



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

TRABAJO DE TITULACIÓN

Modalidad Proyecto de Investigación

TEMA:

Caracterización de los estilos de vida y salud mental en la reinserción social de PPL de la
Fundación Cáritas, 2025

Estudiantes:

Danissa Gabriela Hidalgo Solórzano

Adrián Stephano Mera González

Tutor:

Dr. Victoriano Camas Baena. PhD.

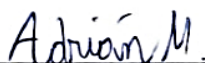
Período 2025-2

CERTIFICADO DE AUTORÍA

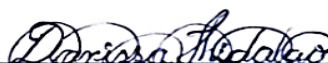
Yo, Adrián Stephano Mera González, con C.I: 1317120887, y Danissa Gabriela Hidalgo Solórzano, con C.I: 1351398209, en calidad de investigadores del presente trabajo de investigación titulada "Caracterización de los Estilos de Vida y Salud Mental en la Reinserción Social de PPL de la Fundación Cáritas, Manta 2025" como requisito previo para optar por el grado de PSICÓLOGO(A), MENCIÓN GENERAL de la CARRERA DE PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD LAICA "ELOY ALFARO" DE MANABÍ. Presentado para su defensa y evaluación, declaro la originalidad y autoría del mismo.

Manta, enero del 2026.


Atentamente,



Adrián Stephano Mera González
Estudiante de Psicología
C.I: 1317120887



Danissa Gabriela Hidalgo Solórzano
Estudiante de Psicología
C.I: 1351398209

 Uleam <small>ELOY ALFARO DE MANABÍ</small>	NOMBRE DEL DOCUMENTO: CERTIFICADO DE TUTOR(A).	CÓDIGO: PAT-04-F-010
	PROCEDIMIENTO: TITULACIÓN DE ESTUDIANTES DE GRADO BAJO LA UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR	REVISIÓN: 1
	Página 1 de 1	

CERTIFICACIÓN

En calidad de docente tutor(a) de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Laica "Eloy Alfaro" de Manabí, CERTIFICO:

Haber dirigido y revisado el trabajo de Integración Curricular bajo la autoría de los estudiantes: **Danissa Gabriela Hidalgo Solórzano y Adrián Stephano Mera González**, legalmente matriculada en la carrera de Psicología, período académico **2025.2**, cumpliendo el total de 384 horas, cuyo tema del proyecto es: **Caracterización de los estilos de vida y salud mental en la reinserción social de PPL de la Fundación Cáritas, Manta 2025.**

La presente investigación ha sido desarrollada en apego al cumplimiento de los requisitos académicos exigidos por el Reglamento de Régimen Académico y en concordancia con los lineamientos internos de la opción de titulación en mención, reuniendo y cumpliendo con los méritos académicos, científicos y formales, suficientes para ser sometida a la evaluación del tribunal de titulación que designe la autoridad competente.

Particular que certifico para los fines consiguientes, salvo disposición de Ley en contrario.

Manta, enero del 2026.

Lo certifico,



Dr. Victoriano Camas Baena
Docente Tutor/a
Área: Ciencias de la Salud

DEDICATORIA

Dedico este trabajo, en primer lugar, a mi madre, Antonia, quien ha sido y sigue siendo mi mayor inspiración de lucha día a día; una mujer guerrera que estuvo desde el principio, siempre creyó en mí, incluso cuando yo no lo hacía. Gracias por tus sacrificios, tu dedicación y tu esfuerzo constante; este logro es tan tuyo como mío, porque todo lo que soy es gracias a ti.

A mi abuelita Lala, por su amor infinito, su paciencia y por ser mi refugio emocional en los días tristes; eres mi confidente, compañera y apoyo incondicional, tu presencia constante me ha sostenido y acompañado en cada etapa de mi vida.

A mis hermanos, mis chiquitos, a quienes siempre llevé presentes en mi corazón aun en la distancia, soñando algún día poder darles todo y ser para ellos un ejemplo de esfuerzo y amor.

A mi gata Titina, por su silenciosa compañía y desde el desconocimiento, brindarme calma en los momentos de mayor cansancio.

En el transcurso de este viaje, tanto académico como personal, he tenido la fortuna de estar acompañada por personas extraordinarias, entre las cuales destaca de manera especial mi novio Pablo Andrés; su presencia en mi vida ha sido una fuente constante de felicidad, apoyo y comprensión.

Por último, dedico este logro a mí misma, por no rendirme y seguir adelante pese a las dificultades.

Danissa Hidalgo Solórzano

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mi familia, por su apoyo incondicional, su paciencia y por ser mi principal fuente de motivación a lo largo de este camino.

A todas las personas que formaron parte de este arduo trabajo, principalmente a mi novia Andrea.

Finalmente, me dedico este logro a mí mismo, por la constancia, el esfuerzo y la resiliencia demostrada al no desistir pese al estrés y las limitantes del proceso.

Adrián Mera González

AGRADECIMIENTOS

Queremos expresar nuestro más profundo agradecimiento al Dr. Victoriano Camas Baena, por su dedicación y compromiso inquebrantable en su rol de tutor durante todo este proceso. Su paciencia, guía experta y constante disposición para orientarnos en cada etapa de nuestra investigación han sido fundamentales para la culminación de este trabajo.

A nuestros docentes, extendemos nuestra más sincera gratitud por la pasión con la que ejercen su vocación y por aquella formación académica que nos han brindado. Muchas gracias por cada clase, consejo y aprendizaje compartido.

A nuestros amigos y compañeros, gracias por su compañía, apoyo y motivación constante; compartir esta experiencia con ustedes hizo que los retos fueran más llevaderos y que los momentos de esfuerzo se convirtieran en oportunidades de aprendizaje y fraternidad. Cada palabra de aliento, cada idea compartida y cada gesto de compañerismo contribuyeron a que este proyecto se hiciera realidad.

Finalmente, este trabajo no habría sido posible sin la colaboración y el respaldo de todas las personas que, de manera directa o indirecta, formaron parte de este recorrido. A cada uno, nuestro más sincero agradecimiento y reconocimiento.

Danissa Hidalgo Solórzano

Adrián Mera González

Contenido

Resumen	11
Abstract.....	12
CAPITULO 1: INTRODUCCIÓN	13
1. Planteamiento del Problema.....	13
1.1.1 Macro Estructural	13
1.1.2 Meso Estructural.....	16
1.1.3 Micro Estructural	18
1.2 Antecedentes	21
1.2.1 Enfoque Explicativo De Los Determinantes De La Salud.....	22
1.2.2 Modelo Personológico	24
1.3 Justificación	29
1.3.1 Justificación Científico - Académica.....	29
1.3.2 Justificación Metodológica	30
1.3.3 Justificación Social	30
1.3.4 Justificación Profesional	30
1.3.5 Justificación Facultad / Carrera	31
1.3.6 Justificación Personal.....	31
1.4 Pregunta de Investigación.....	32
1.5 Objetivos.....	32
1.5.1 Objetivo general	32
1.5.2 Objetivos específicos	32
CAPÍTULO 2: MARCO TEÓRICO	33
2.1 Conceptos Fundamentales	33
2.1.1 Estilo de Vida	33
2.1.2 Salud Mental.....	37
2.1.3 Reinserción social.....	41
2.1.4 Personalidad	45
2.2 Modelos Teóricos.....	52
2.2.1 Psicología Individual de Alfred Adler.....	52
2.2.2. Modelo Histórico-Social Constructivista.....	54

2.2.3 Enfoque Psicosocial de Sánchez-López.....	55
2.2.4 Modelo de los Determinantes de la Salud de Marc Lalonde	56
2.2.5 Teoría de la Subjetividad de Fernando González Rey.....	57
4. Operacionalización de Concepto.....	59
CAPÍTULO 3: METODOLOGÍA.....	61
3.1 Tipos de Investigación.....	61
3.1.1 Investigación Exploratoria	61
3.1.2 Investigación Descriptiva.....	62
3.1.4 Investigación Clasificatoria.....	64
3.2 Métodos de Investigación	64
3.2.1 Metodología Cuantitativa.....	64
3.2.2 Metodología Cualitativa.....	66
3.2.3 Enfoque Mixto.....	67
3.3 Técnicas de Investigación	69
3.3.1 Constituyentes Personológicos del Estilo de Vida	69
3.3.2 Metodología para el Análisis de los Estilos de Vida	71
3.3.2 Técnicas e Instrumentos.....	73
3.4 Consideraciones o Aspectos Éticos	77
3.5 Estructura de Consentimiento Informado Para los Entrevistados:	79
3.6 Universo, Población y Muestra.....	80
3.6.1 Universo.....	80
3.6.2 Población.....	81
3.6.3 Muestra.....	82
3.6.4 Caracterización sociodemográfica.....	84
3.4 Dispositivo Metodológico.....	85
CAPÍTULO 4: RESULTADOS	89
4.1 Análisis e Identificación de Configuraciones de Estilos de Vida	93
Configuración de Estilo de Vida “Familiar-Reparador”	93
Estilo de Vida “Laboral-Autónomo”.....	93
Estilo de Vida “Laboral-Frágil”	94
4.2 Análisis por variables sociodemográficas.....	95

4.2.1 Caracterización sociodemográfica por constituyentes	96
4.2.1.1 Caracterización sociodemográfica por Edad	96
4.2.1.2 Caracterización sociodemográfica por Estado Civil.....	101
4.2.1.3 Caracterización sociodemográfica por Nivel Educativo.....	106
4.2.1.4 Caracterización sociodemográfica por Tiempo de privación de libertad	111
4.2.2 Caracterización Sociodemográfica de las Configuraciones del Estilo de Vida	118
4.2.2.1 Distribución por Edad.....	119
4.2.2.2 Distribución por Estado Civil.....	120
4.2.2.3 Distribución por Tiempo de Privación de Libertad	121
4.2.2.4 Perfil Sociodemográfico.....	122
4.3.1 Distribución de la Muestra por Configuración del Estilo de Vida	126
4.4 Relación con la Salud Mental y Reinserción Social.....	129
Salud Mental	129
Reinserción Social.....	132
CAPITULO 5	135
5.1 Conclusiones generales.....	135
5.1.1 Objetivo general	135
5.2 Discusión	137
5.3 Limitaciones.....	141
5.4 Recomendaciones.....	143
CAPITULO 6	145
Referencias Bibliográficas.....	145
CAPITULO 7	154
7.1 Matriz: Revisión Sistémica de la Literatura.....	154
7.2 Modelo de Ficha de Observación.....	156
7.3 Modelo de Ficha Sociodemográfica.....	157
7.4 Modelo de Guía de Entrevista.....	158
7.5 Modelo de Consentimiento Informado.....	159
7.6 Certificado de Análisis- Compilatio.....	160
7.7 Declaración de Autoría.....	161
7.8 Certificación del Tutor.....	162

7.9 Consentimiento Informado del Participante, Ficha Sociodemográfica, Ficha de Observación, Entrevistas Semiestructuradas, Instrumentos y Evidencias Fotográficas	163
--	-----

Resumen

La reinserción social en la actualidad figura como un desafío para el sistema penitenciario ecuatoriano, especialmente ante la crisis de inseguridad y hacinamiento carcelario que opera como facilitador de la violencia. Por lo tanto, resulta útil conocer cómo los estilos de vida pueden facilitar o dificultar el proceso de reinserción. El presente estudio tiene como objetivo caracterizar los estilos de vida y la salud mental en la reinserción social de personas privadas de libertad vinculadas a la Fundación Cáritas de Manta durante 2025, y analizar su relación con el bienestar psicológico. Se realizó una investigación exploratoria, descriptiva y clasificatoria con enfoque mixto, aplicada a 20 hombres adultos en proceso de reinserción social, utilizando el Cuestionario EV-3, entrevistas semiestructuradas y observación participante, basándonos en el modelo personológico de Mayo (2022). Se identificaron tres estilos de vida, uno de ellos centrado en la familia como red de apoyo, otro enfocado en el trabajo como fuente de identidad y un tercero con dificultades para mantener roles y baja participación productiva. Respecto a la salud mental, se hallaron síntomas de ansiedad, tristeza e irritabilidad, con variaciones según el estilo de vida. Los perfiles familiar y laboral mostraron mayor bienestar y resiliencia, mientras que el perfil laboral frágil presentó mayor vulnerabilidad. Estos resultados pueden guiar recomendaciones para promover estilos de vida funcionales y fortalecer la salud mental en la reinserción social.

Palabras Claves: estilos de vida, salud mental, reinserción social, personas privadas de libertad, bienestar psicológico.

Abstract

Social reintegration is currently a major challenge for the Ecuadorian prison system, particularly in the context of widespread insecurity and prison overcrowding, which act as catalysts for violence. In this regard, understanding how lifestyle factors may facilitate or hinder the reintegration process becomes especially relevant. This study aims to characterize lifestyles and mental health in the social reintegration of individuals deprived of liberty affiliated with Fundación Cáritas de Manta during 2025, as well as to examine their relationship with psychological well-being. An exploratory, descriptive, and classificatory study with a mixed-methods approach was conducted with a sample of 20 adult men undergoing social reintegration. Data were collected using the EV-3 Questionnaire, semi-structured interviews, and participant observation, based on Mayo's personological model (2022). Three distinct lifestyle profiles were identified: one oriented toward family as a primary support network, another centered on work as a source of identity, and a third characterized by difficulties in sustaining social roles and low levels of productive engagement. In terms of mental health, symptoms of anxiety, sadness, and irritability were observed, with notable differences across lifestyle profiles. Participants with family- and work-oriented lifestyles showed higher levels of well-being and resilience, whereas those with a fragile work profile exhibited greater psychological vulnerability. These findings may inform recommendations aimed at promoting functional lifestyles and strengthening mental health during the social reintegration process.

Keywords: lifestyles, mental health, social reintegration, prisoners, psychological well-being.

CAPITULO 1: INTRODUCCIÓN

En este primer capítulo se plantea el problema, fundamentado en una revisión teórica que analiza la caracterización de los estilos de vida y la salud mental en el proceso de reinserción social de personas privadas de libertad (PPL), considerando factores macro, meso y microestructurales. Seguidamente, se presentan antecedentes que integran estudios recientes, sus marcos conceptuales, enfoques metodológicos y técnicas aplicadas, proporcionando un sustento contundente para esta investigación; la justificación expone la relevancia social, institucional y sanitaria del estudio, enfatizando la necesidad de comprender cómo los estilos de vida influyen en la salud mental y la reinserción, finalmente, se delimitan la pregunta de investigación y los objetivos generales y específicos que orientan el desarrollo del proyecto.

1. Planteamiento del Problema

Es de suma importancia visibilizar ante la comunidad las implicaciones que tienen los estilos de vida y la salud mental en el proceso de reinserción social de aquellas personas privadas de libertad (PPL), especialmente en contextos de apoyo como el que ofrece la Fundación Cáritas, en Manta. Resulta necesario tomar conciencia sobre los riesgos psicosociales que enfrentan esta población al reingresar a la sociedad, ya que estos inciden directamente en su calidad de vida y en la eficacia de los programas de reintegración. Por ello, al identificar y analizar los hábitos de vida y el estado de salud mental de las PPL en proceso de reinserción, se busca fortalecer las condiciones para una reintegración social efectiva, promoviendo un entorno saludable, funcional y sostenible en el tiempo.

1.1.1 Macro Estructural

El estudio de los estilos puede complementar el análisis de problemáticas psicosociales, ya que permite comprender cómo se relacionan los comportamientos cotidianos con los

contextos estructurales que los propician. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) describe el estilo de vida como los hábitos y tendencias que las personas entretejen en sus rutinas cotidianas, moldeando su salud general y bienestar social. Pero, formar buenos hábitos no es sólo un acto individual; está influenciado por factores como el género o la condición socioeconómica, estos factores conducen a desigualdades que ponen a las personas en riesgo, como a la exposición a sustancias psicoactivas o ser partícipes de una dieta inadecuada, situaciones que incrementan la probabilidad de desarrollar enfermedades crónicas no transmisibles a largo plazo.

En este sentido, fomentar estilos de vida sostenibles es una estrategia vital para alcanzar las metas de la Agenda 2030 impulsada por la Organización de las Naciones Unidas. Entre sus metas prioritarias se encuentran la garantía de una salud integral y bienestar (ODS 3), junto con el fortalecimiento de una educación de calidad (ODS 4), de igual manera, se enfatiza la importancia de establecer modelos de producción y consumo que sean responsables (ODS 12) (Naciones Unidas, 2021).

En términos más específicos, el cumplimiento de la meta 12.8 de los ODS resulta fundamental, puesto que contribuye al acceso a información importante para construir estilos de vida como los deseados, evitando que el progreso no sólo se base en una mejora de la calidad de vida humana, sino que también cuente con un tipo de progreso social consciente y armónico (Mao, 2020). A partir de aquí, estudios como los de Fahmy (2022) ponen de manifiesto que el bienestar de los grupos en prisión es un eje importante, debido a que aspectos como la salud física y mental de esta población vulnerable son parte integral del bienestar de un ciudadano que regresa y de sus futuras interacciones con el sistema de justicia penal. Sin embargo, a pesar de la alta prevalencia de deficiencias en salud mental en las poblaciones encarceladas y los riesgos

elevados posteriores a la liberación (Tasci et al., 2019), el acceso a la atención psiquiátrica o psicológica sigue siendo muy baja (Gaba, 2022).

En todo el mundo, la población penitenciaria ha aumentado notablemente. La World Prison Population List (WPPL) indica que la cifra sobrepasa hoy en día los 11,5 millones de reclusos. Aunque a nivel global el incremento desde el año 2000 es del 24%, el caso de América del Sur es aún más alarmante, con un aumento del 200%. A lo largo de este proceso, muchos países se han visto abocados al caos del hacinamiento penitenciario, tales como Perú, Brasil, Venezuela, Colombia y Ecuador; este último con un índice de sobreocupación del 112,9%. Respecto a la salud mental, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) propone una visión técnica que supera la simple ausencia de trastornos; la define como una condición de bienestar que faculta al sujeto para desplegar sus capacidades, gestionar el estrés cotidiano, trabajar de manera eficiente y participar activamente en su entorno social. En el escenario penal, esta estabilidad se ve amenazada por el choque emocional que implica la pérdida de libertad. Al respecto, Ospina-Gómez (2019) argumenta que las condiciones inherentes al aislamiento penitenciario desencadenan respuestas psicológicas negativas derivadas de un estado de tensión afectiva constante.

En última instancia, la precariedad de los recintos carcelarios para la intervención psicológica intensifica el estigma y el retiro social del interno (Lawrence, 2023). La carencia de presupuesto para personal especializado y la falta de insumos médicos vulneran el derecho a la salud, fomentando hábitos de vida precarios, por ello, esta desatención dentro del sistema público ha incrementado la violencia intramural, manifestada en motines y tratos degradantes producto del hacinamiento. Por este motivo, la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito

(UNODC, 2020) insiste en la necesidad de estrategias que armonicen la seguridad con programas de rehabilitación efectivos para mitigar la reincidencia delictiva.

De igual manera la Unión Europea en su informe parlamentario ha advertido sobre la urgencia de garantizar condiciones de detención dignas que promuevan la salud mental y la rehabilitación como eje del proceso de reinserción, destacando que las condiciones inadecuadas pueden tener un impacto negativo en los reclusos (European Union, 2022). Este señalamiento se vincula directamente con la necesidad de considerar cómo los estilos de vida y las condiciones estructurales afectan la salud de las personas en situación de encierro.

Por ello, se hace constar que los modos de vida pueden llegar a producir determinados perfiles de enfermedad y establecer determinadas medidas de mantenimiento de la salud (las cuales sí pueden depender del contexto). Entender la salud de las PPL implica tener en cuenta las particularidades de la situación del contexto penitenciario, pero sin olvidar el sistema general de salud pública, es por esta razón que, bienestar de este grupo de personas vulnerables también forma parte de la salud colectiva y ha de tenerse en cuenta desde la vertiente inclusiva y preventiva.

1.1.2 Meso Estructural

En Latinoamérica, las investigaciones sobre estilos de vida en contextos carcelarios frecuentemente adoptan un enfoque fragmentario, abordando variables específicas (consumo de drogas, alimentación, actividad física, etc.) como factores de riesgo o protección. Esta perspectiva reduce a las personas privadas de libertad (PPL) a un conjunto de hábitos observables (tabaquismo, dietas inadecuadas, sedentarismo), donde el enfoque tradicional del estilo de vida no permite una comprensión integral del sujeto. A pesar de sus limitaciones, los estudios que se fundamentan a estos factores pueden servir para la identificación de

determinantes de salud concretos que pueden formar parte de los estilos de vida en la población privada de libertad; la propia evidencia cuantitativa sobre los hábitos específicos de esta población puede ser una base para futuros trabajos de tipo cualitativo o mixto que también exploren de qué manera los hábitos están relacionados con las experiencias subjetivas, con las historias de vida y con los significados que las personas particulares atribuyen durante o después de la fase de reclusión.

Siguiendo con esta línea, Rafael Martins da Costa (2023) analiza las características sociodemográficas, hábitos de vida y condiciones de salud de 326 personas privadas de libertad (PPL) en cuatro unidades penitenciarias del sur de Brasil. Los investigadores se dieron cuenta de un perfil predominantemente masculino (90.8%), joven (53.4% con edades de 18-29 años), con escolaridad baja (55.8% con escolaridad menor a 9 años) y con ingresos escasos (77.9%). Reportaron una alta prevalencia de enfermedades crónicas (52.5%), entre las cuales se encontraron enfermedades respiratorias (22.7%), gastrointestinales (9.5%) y psíquicas (9.2%); así como factores de riesgo como el tabaquismo (63.2%), consumo de alcohol (28.2%) y drogas ilícitas (60.4%).

La proporción de la población dedicada a la actividad física fue del 71.2%, mientras que quienes consumían frutas/verduras adecuadas correspondían al 23.6%, por ende, se concluyó que el encarcelamiento redujo el consumo de drogas y alcohol, pero a su vez perpetuó dietas poco equilibradas y limitadas por la penitenciaría. Los autores concluyen que las personas privadas de libertad replican patrones de enfermedad crónica de la población general, pero en espacios de vulnerabilidad extrema, y abogan por políticas de promoción de salud enfocadas en el acceso a alimentación nutritiva, asistencia médica continua y diligencia en actividades laborales/educativas.

Por otro lado, se ha evidenciado en los centros penitenciarios un deterioro progresivo en las condiciones de vida de las personas privadas de la libertad debido al deterioro en la infraestructura penitenciaria, la falta de acceso a agua potable, la calidad y cantidad de la alimentación, falta de creación de talleres de trabajo y demás áreas educativas, desfavorables condiciones sanitarias, la deficiencia en la prestación de los servicios de salud y el hacinamiento como una de las problemáticas más visibles en los centros penitenciarios, donde la capacidad de estos centros en el país colombiano es de 81.175 población privada de la libertad, estos acogen a 97.398 personas privadas de la libertad, lo que evidencia una sobrepoblación de 16.223 y un nivel de hacinamiento del 19,99% (INPEC, 2022a).

En consecuencia, se considera de imprescindible conocer cómo se vive el encierro, cómo se organiza la vida cotidiana en los centros, qué hábitos se construyen o destruyen en el mismo, y cómo todo esto afecta a la salud mental y a la posibilidad de reintegrarse en la sociedad para pensar en políticas públicas eficaces. Así lo como lo afirman Martínez y Carreño (2020), cualquier proceso de reinserción debe considerar no solo el contexto posterior a la liberación, sino también las condiciones que se vivieron durante el encierro, ya que estas configuran las herramientas (o carencias) con las que una persona enfrentará su nueva etapa de vida.

1.1.3 Micro Estructural

A pesar de los esfuerzos institucionales por implementar políticas de rehabilitación, la realidad carcelaria en Ecuador continúa marcada por el abandono, la sobrepoblación y la falta de atención especializada. Como señala el informe de la Defensoría del Pueblo del Ecuador (2021), la mayoría de los centros de privación de libertad carecen de infraestructura adecuada, personal capacitado y recursos suficientes para garantizar los derechos fundamentales de las PPL. La vida diaria resulta ser así irremediabilmente precaria, donde las personas tienen que pelear por su

subsistencia física y emocional en muchas ocasiones en condiciones que son consideradas una violación de los estándares internacionales de los derechos humanos, estas condiciones ambientales limitan la garantía de los derechos fundamentales dentro de los centros de rehabilitación social en relación a la salud mental y emocional, lo cual repercute en una serie de formas negativas en el proceso de adaptación de las PPL, cuando salgan y cumplan sus condenas.

En el año 2022, el Servicio Nacional de Atención Integral (SNAI) implementó la Política Pública de Rehabilitación Social 2022–2025, en la que se reconoce la importancia de la salud mental en el proceso de rehabilitación. Esta política contempla la atención psicológica para PPL, familiares y personal penitenciario, así como programas de tratamiento para consumo problemático de sustancias y trastornos mentales graves (ResearchGate, 2023).

Sin embargo, estudios recientes como el de Guamán Lema (2024) concluyen que, aunque estas políticas existen en papel, la falta de ejecución efectiva y de continuidad institucional impide que las personas privadas de libertad reciban atención integral real; esto influye negativamente en su salud mental, su calidad de vida dentro del centro y en su posterior reinserción en la sociedad. Por tanto, la estigmatización social hacia las personas que han cumplido una condena representa una de las barreras más fuertes para su reinserción. En la mayoría de los casos, esta población enfrenta discriminación laboral, al igual que falta de acceso a vivienda o exclusión de sus propios núcleos familiares o sociales, lo que aumenta de manera considerable el riesgo de reincidencia.

La cooperativa Huertomanías en Nayón, Quito, es un ejemplo relevante de lucha contra la estigmatización, precisamente porque trabaja cumpliendo con personas con problemas de salud mental (ex-PPL incluidos) a quienes ofrece herramientas de autonomía mediante la

agricultura y la producción de alimentos; la propuesta comunitaria desde esta cooperativa es dignificante y visibiliza positivamente a los mismos grupos con los que trabaja, combatiendo los estigmas que se manifiestan para ellos (El País, 2024).

La Fundación Cáritas Ecuador por su parte, también parte de la Pastoral Social de la Iglesia Católica tiene un rol importante en el acompañamiento de grupos vulnerados, incluyendo a aquellas personas que han estado en el privado de libertad. Su atención conducida hacia el acompañamiento psicoespiritual, los asesoramientos jurídicos, los talleres productivos y las redes de apoyo ha sido de gran aportación en la construcción de los procesos de reinserción social. Cáritas mantiene el interés de promover espacios de sensibilización comunitaria con el objetivo de disminuir la postpenitenciaria y de instaurar un clima de reconciliación y justicia restaurativa mediante programas como Puentes de Libertad y asociándose con organizaciones internacionales, bajo su principal lineamiento, se busca reconstruir los proyectos de vida de ex-PPL en condiciones de vulnerabilidad, ayudándoles a reinsertarse de forma autónoma y digna en sus comunidades.

Actualmente, el SNAI se encuentra trabajando en la creación de un indicador nacional de reincidencia penitenciaria, el cual busca identificar las causas estructurales de la reincidencia para implementar políticas públicas más efectivas (El Universo, 2024). Esta iniciativa es parte de un modelo de rehabilitación basado en ejes como: Inclusión laboral, formación educativa, salud integral (incluyendo salud mental), fortalecimiento del entorno familiar y social.

La realidad de las prisiones, caracterizada por el encierro, la precariedad institucional y la falta de atención especializada, incide a limitar las posibilidades del desarrollo de las personas y a mantener circuitos de exclusión social, aun así, más allá de los determinantes estructurales, es relevante conocer cómo las personas que cumplen condenas a través de medidas de privación de

libertad, negocian, resisten o se adaptan a ellas y cómo sus estilos de vida les ayudan a lidiar con la relación entre prisión y reinserción. De ahí surge la necesidad por abordar esta situación, sobre todo, porque se busca trascender de esta visión reduccionista que nos conduce a poner el foco exclusivamente en el determinismo estructural de los comportamientos y las trayectorias de vida, sin tener en cuenta la agencia individual y los procesos psicológicos que intervienen en la construcción de trayectorias individuales a través de hábitos, rutinas o proyectos de vida.

Indagando un poco en los estilos de vida desde la mirada personológica podemos ampliar el conocimiento de cómo ciertas prácticas, creencias o estrategias concretas contribuyen a explicar la forma en cómo se articula la práctica de la actividad en las poblaciones vulnerables aun cuando se encuentran en entornos de mayor restricción social, es por esto que comprender la relación entre estilos de vida y reinserción puede orientar el diseño de intervenciones que de una manera u otra aborden las carencias materiales o institucionales, pero que a su vez también fortalezcan las capacidades individuales para la autonomía, la toma de decisiones y la construcción de identidades no delictivas.

1.2 Antecedentes

La revisión de la literatura permitió identificar estudios que abordan la temática de los estilos de vida desde perspectivas psicológicas, criminológicas y de salud pública. Se recopilaron estas investigaciones a partir de una búsqueda sistemática de la literatura llevada a cabo en bases de datos académicas especializadas, como, por ejemplo, SciELO y Redalyc, así como con informes públicos, institucionales o de organizaciones internacionales, tales como la OMS, OPS. El análisis permitió el hallazgo de dos orientaciones teóricas en el tratamiento de los estilos de vida y su relación con el comportamiento delictivo, las más dominantes, los modelos

explicativos que provienen de los determinantes Sociales de la Salud, e investigaciones bajo el modelo de las índoles personológicas de los estilos de vida.

1.2.1 Enfoque Explicativo De Los Determinantes De La Salud

La revisión consideró tres tipos de documentos sobre determinantes sociales de la salud: un informe técnico gubernamental que empleó análisis estadísticos poblacionales (Lalonde, 1974), una publicación institucional de divulgación científica (OPS, 1983), y un artículo académico de revisión que sistematizó evidencia sobre factores de riesgo en poblaciones específicas (Awofeso, 2010). Todos los documentos compartieron un enfoque metodológico no experimental, basado en el análisis secundario de datos y reflexión teórica.

Dentro del campo de la salud, las primeras investigaciones para determinar el impacto de los estilos de vida en la salud pública fueron concretadas por el exministro de salud canadiense Marc Lalonde. En la década de 1970, propuso su Modelo de los Cuatro Determinantes de la Salud (1974). Este marco desagregaba las causas de la salud en cuatro categorías interconectadas: la biología humana (factores genéticos y fisiológicos), el medio ambiente (condiciones sociales y físicas), la organización de la atención sanitaria (servicios médicos) y de manera pionera, los estilos de vida. Lalonde (1983) definió este último componente como "el conjunto de decisiones que toma el individuo respecto a su salud y sobre las cuales ejerce cierto grado de control" (Organización Panamericana de la Salud, 1996, p. 23).

Su informe *A New Perspective on the Health of Canadians* (1974) cuantificó por primera vez el impacto de estos determinantes, atribuyendo a los estilos de vida hasta un 43% de la carga de enfermedad en Canadá, superando a la biología humana (27%) y los servicios de salud (11%). Este modelo catalizó una oleada de investigaciones centradas en los estilos de vida como factores modificables de riesgo o protección. Inicialmente, los estudios se enfocaron en "patógenos

conductuales" asociados a enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT): sedentarismo, dietas hipercalóricas, tabaquismo y consumo de alcohol (Becoña Iglesias et al., 1999, citado por Mayo 2021).

Raphael D. (2008, citado por Awofeso, 2010) define los determinantes sociales de la salud como las condiciones económicas y sociales que influyen en la salud de individuos y comunidades, determinando tanto la aparición de enfermedades como el acceso a recursos necesarios para satisfacer necesidades y enfrentar el entorno.

Awofeso (2010) documenta este fenómeno al señalar que las prisiones amplifican las condiciones de salud adversas mediante una cultura que normaliza conductas perjudiciales, como el consumo de tabaco, el uso de drogas inyectables y la violencia, como consecuencia, muchos internos egresan del sistema penitenciario con un deterioro en su salud psicofísica en comparación con su estado al momento de la encarceración. Por ello, las evidencias muestran que el entorno carcelario y el factor ambiental extremo, restringe las posibilidades de elección individual, al mismo tiempo que impone coercitivamente estos estilos de vida deteriorantes.

El enfoque en los determinantes sociales de la salud tiende a centrar su atención en los estilos de vida como resultado de condiciones externas (ambiente, servicios) o elecciones individuales aisladas, sin integrar cómo la personalidad media esta relación. En efecto, las estructuras, y relaciones sociales tienen una influencia sobre los modos de vida de cualquier grupo social, pero la perspectiva basada en los determinantes sociales de la salud tiende a restarle importancia al nivel microsocial, es decir, a nivel individual existe un espacio para la elección intencionada y la configuración de un estilo de vida identitario.

Aunque los determinantes sociales de la salud permiten comprender las condiciones estructurales que afectan el bienestar de las personas privadas de libertad, no logran explicar de

manera suficiente por qué, tras su liberación, algunos individuos alcanzan mayores niveles de reinserción social y rehabilitación exitosa en comparación con otros. Esta limitación sugiere que, más allá de los factores socioeconómicos y ambientales, existen dimensiones psicológicas que median en la superación de adversidades y en la construcción de proyectos de vida positivos.

1.2.2 Modelo Psicológico

La revisión analizó seis estudios sobre estilos de vida y psicología, donde cinco utilizaron metodologías no experimentales: dos artículos científicos con enfoque empírico (Sánchez López, 1997; Rodríguez & Agulló, 1999) y tres obras teóricas (Reynoso & Seligson, 2005; Mayo, 2021; Walters, 2017). Solo un estudio destacó por emplear un diseño longitudinal con recolección de datos originales (Vrucinic, 2020).

Alfred Adler fue uno de los primeros autores en utilizar el término estilo de vida como un concepto central dentro de su teoría de la personalidad (Adler, 2004, citado por Mayo, 2021). Para Adler, el estilo de vida representa una estructura singular del carácter o un patrón de conductas y características personales, mediante el cual cada individuo busca la perfección, definiendo y moldeando todo lo que hacemos.

En su obra *El sentido de la vida*, Alfred Adler (1948) postula que el estilo de vida se configura como un sistema integrador que surge desde la infancia, combinando tanto influencias innatas como ambientales. Adler concibe el estilo de vida como un todo unificado que permea todas las expresiones humanas, desde instintos y emociones hasta actitudes frente al placer, el dolor o la comunidad. El autor destaca que el individuo construye su propio patrón vital a partir de aptitudes heredadas (comunes o modificadas), el contexto social y la educación. El individuo crea el estilo de vida, si bien las relaciones sociales de los primeros años de vida determinan el

estilo de vida, éste sufre pocos cambios después y será el marco de referencia de todas las conductas posteriores.

La conceptualización de Sánchez-López (1997) sobre el estilo de vida intentó superar el reduccionismo de las conceptualizaciones previas, enfocadas principalmente en patologías, definiendo los estilos de vida como la expresión externa del estilo psicológico. Este se entiende como una categoría supraordinal dentro de la personalidad, de carácter global y organizador, que permite la interpretación de la realidad, la atribución de significados y la emisión de respuestas conductuales. Desde esta perspectiva, el estilo psicológico cumple una función adaptativa esencial, ya que configura patrones estables de pensamiento, emoción y acción que orientan la manera en que una persona se relaciona con su entorno. La autora enfatiza la importancia de analizar estos patrones desde una visión dinámica, privilegiando el estudio del cambio a lo largo del tiempo por encima de las evaluaciones puntuales, ya que es precisamente el proceso de transformación lo que puede revelar con mayor claridad el funcionamiento psicológico del individuo.

Rodríguez Suárez y Agulló (1999) afirman que “el concepto de estilo vida ha sido utilizado fundamentalmente con una concepción descriptiva, clasificatoria y evaluadora; en cambio, se le ha contemplado muy escasamente como variable explicativa”. La ausencia de un consenso claro tanto en el plano epistemológico como metodológico ha dificultado el desarrollo del estudio de los estilos de vida como una categoría integradora de la subjetividad individual. Esta limitación ha puesto de relieve la necesidad de avanzar en su conceptualización y en el diseño de enfoques investigativos que permitan comprender de manera más profunda su influencia en el comportamiento humano y en los procesos de salud.

Reynoso y Seligson (2005) entienden el estilo de vida como el conjunto de conductas y actividades cotidianas que se relacionan directamente con las creencias del individuo respecto a lo que considera prácticas saludables, de riesgo o relacionadas con la enfermedad. Desde esta visión, el estilo de vida tiene una influencia directa sobre la salud física, pudiendo convertirse en factor causal de diversas enfermedades como la hipertensión, la diabetes, las enfermedades cardiovasculares y el cáncer, entre otras.

Para Reynoso y Seligson, el estilo de vida se desarrolla a lo largo de la historia personal del sujeto: en primera instancia es modelado por los padres, más tarde se complementa con aprendizajes adquiridos en la escuela, y también es influenciado por los grupos de pares, que pueden fomentar hábitos poco saludables como el consumo de alcohol o tabaco. Además, señalan que los medios masivos de comunicación juegan un papel importante en la promoción de ciertos modelos de comportamiento que pueden ser imitados.

A pesar de estas múltiples influencias, destacan que el sujeto mantiene la capacidad de elección, es decir, puede decidir voluntariamente qué estilo de vida adoptar y ponerlo en práctica. En cuanto a los componentes del estilo de vida, se mencionan diversos aspectos: la alimentación, la actividad física, el consumo de sustancias como alcohol, tabaco u otras drogas, la autorresponsabilidad, las actividades recreativas, las relaciones interpersonales, las prácticas sexuales, las actividades laborales y los patrones de consumo, entre otros.

Mayo I (2021) define el estilo de vida como “una expresión integral y dinámica de la personalidad que surge de la interacción entre la subjetividad individual y su contexto”. A diferencia de los enfoques tradicionales que lo reducen a hábitos o conductas aisladas, Mayo concibe los estilos de vida como “una configuración compleja donde la personalidad se materializa en patrones de comportamiento que, a su vez, influyen en su propio desarrollo”. Este

planteamiento entiende el estilo de vida como un marco estructurante que moldea la experiencia vital del individuo y su relación con el entorno y no únicamente como un producto de la personalidad.

Entre los constituyentes centrales del estilo de vida, Mayo (2021) destaca el sistema de actividades vitales, que organiza jerárquicamente las acciones cotidianas según su sentido subjetivo, desde necesidades básicas hasta prácticas trascendentes. Junto a esto, el sistema comunicativo refleja la calidad y profundidad de las relaciones interpersonales, evidenciando cómo el sujeto proyecta su subjetividad en la interacción social. El sistema de roles, por su parte, integra expectativas sociales y elecciones personales, revelando la flexibilidad o rigidez de la personalidad ante las demandas del contexto. Además, la orientación temporal emerge como un componente clave, al mostrar cómo la percepción del pasado, presente o futuro incide en la regulación emocional y la capacidad de planificación. Finalmente, la autorrealización se presenta como el proceso mediante el cual el individuo despliega sus potencialidades, combinando la apropiación de experiencias sociales con su objetivación en conductas proactivas. En conjunto, estos elementos conforman una red configuracional que trasciende el análisis fragmentado, permitiendo comprender el estilo de vida como una totalidad dinámica y singular, donde lo psíquico y lo comportamental se co-construyen mutuamente.

Dentro de las investigaciones sobre los estilos de vida de las personas que han tenido comportamientos criminales destacan Walters (2017) que propone un modelo basado en la teoría del caos, conceptualizando el estilo de vida criminal como un sistema fractal con patrones de comportamiento caóticos y autoorganizados. Este enfoque identifica "familias de estilos de vida" dentro del crimen, donde factores como la irresponsabilidad, autoindulgencia, intrusión

interpersonal y ruptura de normas sociales interactúan de manera no lineal, afectando la toma de decisiones delictivas y los procesos de desistimiento.

Por su parte, Payne y Roffey (2020) revelan en jóvenes delincuentes australianos que el 33% conceptualiza el crimen como una forma de vida irreversible, vinculada a elecciones tempranas que perpetúan trayectorias criminales. Este estudio hace referencia a la existencia de un circuito de retroalimentación donde la identidad se construye mediante prácticas delictivas recurrentes, limitando la reinserción en la adultez. Complementariamente, Vrucinic (2020) desarrolla un modelo dual que combina estilo de vida criminal y estilo de pensamiento criminal como predictores para evaluar riesgo de reincidencia en reclusos, subrayando la interdependencia entre patrones conductuales y esquemas cognitivos justificatorios.

La mayoría de las investigaciones revisadas adoptan modelos de determinantes sociales de la salud (Lalonde, 1974; OPS, 1983; Awofeso, 2010) para explicar los patrones conductuales en contextos penitenciarios, centrándose en factores estructurales como el acceso a servicios básicos o las condiciones ambientales. Sin embargo, solo dos estudios abordan explícitamente la dimensión psicológica en los estilos de vida criminales (Walters, 2017; Vrucinic, 2020) que hace evidente como en el estadio de poblaciones penitenciarias no es prevalente la comprensión de la configuración psicológica individual, definida por sistemas de actividades, roles y orientación temporal (Mayo, 2021) media en la reincidencia y adaptación posterior a la sociedad.

La omisión de esta dimensión psicológica puede limitar la creación de políticas de rehabilitación eficaces, ya que, si bien los factores socioambientales (biológicos, ecológicos y sanitarios) influyen en las condiciones de vida de las personas privadas de libertad, estas por si solas no logran explicar por qué algunos individuos, a pesar de adversidades estructurales similares, logran una reinserción más exitosa que otros; esta revisión justifica la necesidad de

integrar ambos enfoques: el estructural y el personológico. Mientras los modelos tradicionales destacan cómo la biología humana, el entorno y los servicios de salud impactan a la población carcelaria, los estilos de vida individuales emergen como un factor clave para entender las diferencias en la adaptación post-penitenciaria. Así, se evidencia la insuficiencia de los enfoques puramente socioambientales y se propone un marco configuracional que vincule trayectorias sociales con dinámicas personológicas. La evidencia sugiere que intervenciones centradas en la reestructuración de estilos de vida, entendidos como sistemas fractales modificables (Walters, 2017) podrían reducir la reincidencia con mayor eficacia que las estrategias punitivas predominantes.

1.3 Justificación

1.3.1 Justificación Científico - Académica

El análisis de los estilos de vida y su vínculo con la salud mental en el proceso de reinserción social de Personas Privadas de Libertad (PPL) constituye un aporte imprescindible al desarrollo del conocimiento en el campo de la psicología, particularmente en contextos de alta vulnerabilidad social, a pesar del creciente interés por investigar la situación carcelaria, persiste una escasa atención científica sobre las condiciones psicosociales que enfrentan las personas luego de recuperar su libertad. Esta investigación, al centrarse en la población acompañada por la Fundación Cáritas en Manta, permite identificar patrones de vida, condiciones de salud mental y elementos que inciden en la reintegración comunitaria; el estudio ofrece insumos teóricos y empíricos que enriquecen la producción académica nacional y se proyecta como referencia para futuras investigaciones en áreas como la psicología penitenciaria, comunitaria y de la salud.

1.3.2 Justificación Metodológica

Esta investigación adopta un enfoque cualitativo (mixto) que resulta pertinente para explorar de forma profunda las experiencias subjetivas de las personas en proceso de reinserción, mediante el uso de entrevistas semiestructuradas, y test complementarios que logren captar la riqueza de los relatos personales, permitiendo identificar los significados atribuidos a los estilos de vida y a las prácticas de cuidado de la salud mental. Esta metodología facilita una comprensión general del fenómeno, y a su vez, favorece una aproximación sensible y contextualizada a la realidad de los PPL, en consecuencia, el diseño elegido garantiza flexibilidad y adaptabilidad frente a las condiciones del campo, respetando las particularidades culturales, sociales y emocionales de los participantes vinculados a Cáritas.

1.3.3 Justificación Social

El presente trabajo busca visibilizar las condiciones de vida de las personas que han estado privadas de libertad, destacando cómo sus hábitos cotidianos y su estado emocional influyen en la posibilidad de reinsertarse en la sociedad de forma sostenible, en un contexto nacional marcado por el hacinamiento carcelario, la violencia intrapenitenciaria y la exclusión social posterior a la condena, esta investigación adquiere un alto valor social al promover el reconocimiento de los derechos humanos y la salud integral de quienes han sido históricamente marginados. De este modo, al generar conocimiento útil para organizaciones como la Fundación Cáritas, se espera contribuir al fortalecimiento de iniciativas comunitarias orientadas a la rehabilitación, la justicia restaurativa y la reducción de la reincidencia.

1.3.4 Justificación Profesional

Desde la perspectiva de la psicología como disciplina, este estudio resulta relevante para la formación y el ejercicio profesional, ya que pone en evidencia la importancia de trabajar con

poblaciones que presentan múltiples factores de riesgo psicosocial. Por esto, abordar la salud mental de las PPL en etapa de reinserción requiere comprender no sólo el impacto del encierro, sino también los desafíos que implica reconstruir un proyecto de vida en libertad. En este sentido, la investigación permite al psicólogo adquirir herramientas para diseñar estrategias de intervención, evaluación y acompañamiento que respondan a necesidades reales, favoreciendo procesos de adaptación, resiliencia y autonomía.

1.3.5 Justificación Facultad / Carrera

El desarrollo de este estudio representa una contribución sin precedentes para la Facultad de Ciencias de la Salud, en particular para la carrera de Psicología, ya que fomenta la producción científica desde una mirada crítica y comprometida con los problemas sociales del entorno. La caracterización de estilos de vida y el análisis de la salud mental en contextos de reinserción ofrecen a la comunidad académica elementos para reflexionar sobre el rol de la psicología en escenarios poco abordados dentro del currículo formal. Igualmente, los hallazgos podrán nutrir el diseño de proyectos de intervención, vinculación con la comunidad y trabajos de titulación orientados a la transformación social desde una perspectiva interdisciplinaria.

1.3.6 Justificación Personal

A nivel personal, este trabajo representa una oportunidad de crecimiento, ya que permite vivenciar de manera directa el impacto de la psicología en contextos reales, la interacción con personas en proceso de reinserción fortalece la empatía, la sensibilidad social y la vocación de servicio, aspectos fundamentales en la experiencia formativa. Es así, que el desarrollo de este estudio incorpora el interés por seguir investigando temáticas relacionadas con la exclusión, la salud mental y la reconstrucción del proyecto de vida, contribuyendo de esta manera a construir una psicología más humana, comprometida y transformadora.

1.4 Pregunta de Investigación

¿Cuál es la influencia de los estilos de vida y salud mental en la reinserción social de las personas privadas de libertad de la fundación Cáritas – Manta?

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo general

Caracterizar los principales estilos de vida y salud mental en la reinserción social de PPL de la fundación Cáritas, Manta 2025.

1.5.2 Objetivos específicos

- Identificar los estilos de vida predominantes en las PPL, a través de las dimensiones de sistema de roles, actividades vitales, comunicación, orientación temporal y autorrealización.
- Describir qué estilos de vida pueden favorecer la reinserción social en PPL.
- Identificar los principales indicadores de bienestar psicológico, sintomatología emocional y resiliencia que configuran el perfil de salud mental de los participantes.
- Proponer recomendaciones para la promoción de estilos de vida saludables y el fortalecimiento de la salud mental en el proceso de reinserción social.

CAPÍTULO 2: MARCO TEÓRICO

En el presente capítulo se abordarán, en primer lugar, los conceptos fundamentales relacionados con los estilos de vida y la salud mental en el contexto de la reinserción social de las Personas Privadas de Libertad (PPL). Se pretende desglosar cada uno de estos conceptos para una comprensión integral de los factores que influyen en la adaptación y el bienestar psicológico durante y después del cumplimiento de una pena privativa de libertad. Se hará especial énfasis en los efectos que tienen determinados estilos de vida, tales como la actividad física, los hábitos alimenticios, el consumo de sustancias y las redes de apoyo sobre la salud mental de esta población, con el fin de establecer conexiones entre dichas variables y el proceso de reintegración social. En un segundo epígrafe, se presentarán los principales modelos teóricos que sustentan la presente investigación, así como los autores más relevantes que han contribuido al estudio de la salud mental, el comportamiento social y la rehabilitación de personas en contextos penitenciarios. Finalmente, se incluirá el cuadro de operacionalización, donde se detallan los conceptos fundamentales, sus dimensiones e indicadores que permitirán estructurar el análisis de la investigación.

2.1 Conceptos Fundamentales

2.1.1 Estilo de Vida

Según registros documentales (Ansbacher, 1967) el término "estilo de vida" tiene al menos dos siglos de antigüedad. Carl Jung fue el primer psicólogo en utilizarlo, mencionándolo de paso en 1912 sin profundizar en su análisis. Jung se refirió a este concepto como "el estilo de vida individual propio de uno", señalando su papel en la configuración de la personalidad (Jung, 1961, p. 136). Aunque fue Alfred Adler el principal responsable de desarrollar el concepto de "estilo de vida" en su sentido más amplio, su formación fue evolucionando a lo largo de su obra.

En 1929 Adler consolidó definitivamente el concepto de estilo de vida, como "una estructura singular del carácter o patrón de las conductas y características personales, con la cual cada uno busca la perfección, y que define y moldea todo lo que hacemos" Esta configuración, que se establece durante la primera infancia opera como marco interpretativo de toda la actividad de un sujeto a lo largo de su vida. La concepción adleriana del estilo de vida se articula en tres principios esenciales. El primero es su dimensión teleológica, donde el estilo de vida manifiesta una tendencia constante hacia metas vitales de superación. El segundo corresponde a su función integradora, actuando como principio unificador de la subjetividad que evita visiones fragmentarias al articular memorias infantiles, rasgos personales y conductas actuales en una totalidad coherente. El tercer principio es su perspectiva orgánica, concibiendo al individuo como unidad mente-cuerpo indivisible donde componentes psicológicos y físicos interactúan dinámicamente (Mayo, 2021, p. 11).

En 1974, Marc Lalonde, entonces Ministro de Salud y Bienestar de Canadá, propuso un marco conceptual innovador en su informe *A New Perspective on the Health of Canadians*, donde identificó cuatro determinantes clave de la salud: la biología humana, el ambiente, los estilos de vida y la organización de la atención médica. Dentro de este modelo, Lalonde definió los estilos de vida como el conjunto de decisiones individuales que afectan la salud y sobre las cuales las personas ejercen cierto control.

Estas elecciones, que incluyen hábitos alimenticios, actividad física y otros comportamientos cotidianos, pueden generar riesgos autoimpuestos cuando son perjudiciales. Cuando dichos riesgos derivan en enfermedad o muerte, el estilo de vida del individuo puede considerarse un factor contribuyente o incluso causal (Lalonde, 1974).

Lalonde destacó áreas prioritarias como la nutrición, el control de peso y la actividad física recreativa, y señaló una creciente conciencia en la población canadiense por adoptar hábitos más saludables. A pesar de sus aportaciones, su enfoque recibió críticas por hacer demasiado énfasis en la responsabilidad individual, sin considerar de forma amplia el impacto de determinantes sociales como la pobreza, la educación y las desigualdades estructurales. A pesar de esto, su trabajo sentó un precedente para políticas públicas centradas en la educación y sistemas de apoyo buscan promover elecciones más saludables, reconociendo que se requiere de intervenciones que consideren tanto la voluntad como las condiciones socioambientales (Lalonde, 1974).

Sánchez-López (1997) también aborda el estilo de vida, y lo define como la expresión del estilo psicológico, que es una categoría supraordinal en la organización de la personalidad. Este opera como un principio unificador que estructura la conducta, regula la adaptación de los individuos y que se manifiesta mediante pautas de interpretación, asignación de significados y respuestas contextuales. Para Sánchez-López el estilo de vida representa la expresión externa y observable del estilo psicológico, funcionando como su dimensión visible. La autora enfatiza el estudio de los patrones de cambio (imagen en movimiento) frente a aproximaciones estáticas (foto fija), lo que permite capturar la diversidad humana en su dinamismo evolutivo.

Desde la psicología social, González S. (2008) define el estilo de vida como “un grupo de prácticas más o menos integradas que un individuo abraza, no solo porque tales prácticas satisfacen necesidades utilitarias, sino porque dan forma material a una narrativa particular de la identidad personal, cuyo sentido solo se encuentra en la interacción de las prácticas entre sí”.

Este autor propone que el estilo de vida “no define un rasgo ni indica un proceso, sino que es el resultado de una concatenada serie de pequeñas y grandes decisiones, de conductas y

actos de diferenciación de elección individual entre varias opciones que tiene el individuo para definir sus prácticas”. En términos proyectivos, el estilo de vida es una forma de expresar lo que se es o lo que se quiere ser. Una construcción de dimensiones integradas en que se expresa la personalidad en interacción con el contexto y las determinaciones simbólicas disponibles en el cruce de alternativas de la complejidad cultural”

El enfoque personológico de Mayo (2022) en el que se sustenta la presente investigación define el estilo de vida como “una expresión integral y dinámica de la personalidad que surge de la interacción entre la subjetividad individual y su contexto”. Mayo concibe los estilos de vida como “una configuración compleja donde la personalidad se materializa en patrones de comportamiento que, a su vez, influyen en su propio desarrollo”.

Este modelo supone una ruptura epistemológica con el reduccionismo positivista al conceptualizar los estilos de vida como configuraciones comportamentales complejas, donde los constituyentes personológicos (sistema de actividades, comunicación, roles, temporalidad y autorrealización) emergen de la subjetividad dinámica del individuo, por lo cual el modelo prioriza el análisis de las acciones concretas (no solo cogniciones o emociones) para revelar patrones identitarios y recurrentes, buscando superar la fragmentación empirista al demostrar que los estilos de vida son expresiones plurales de la personalidad, que se regulan por intencionalidad y selectividad.

Esta teoría busca superar el determinismo biológico o contextual destacando que la realidad individual es construida de forma activa por el sujeto a través de sus configuraciones comportamentales. Por lo que podemos argumentar que, incluso en condiciones de enfermedad crónica o conductas antisociales, la disfuncionalidad no se explica únicamente por patologías preexistentes o la influencia de los entornos contextuales, sino que también es una expresión que

está mediada por la agencia personal. Al integrar la dimensión ideográfica, el enfoque personológico ofrece herramientas para intervenciones en salud y educación que reconocen la capacidad transformadora de los sujetos sobre su realidad, promoviendo estilos de vida saludables desde la coherencia entre intencionalidad, acción y contexto.

2.1.2 Salud Mental

Aunque el término salud mental no fue utilizado explícitamente durante los primeros años de desarrollo de la ciencia médica, a lo largo del tiempo múltiples autores hicieron mención sobre la importancia de cuidar del bienestar psicológico. La historia de la “salud mental” estuvo vinculada inicialmente a la enfermedad mental y a las explicaciones culturales de cada época. En la antigüedad, especialmente desde la Grecia clásica, se consideraba la mente (o psique) como separada del cuerpo, dando lugar a tres tradiciones principales para entender el comportamiento anormal: la sobrenatural, la biológica y la psicológica (Mebarak et. al 2009).

Hipócrates, quien fue pionero de la tradición biológica, desafió las creencias sobrenaturales al atribuir los trastornos mentales a causas físicas, como desequilibrios químicos o traumatismos cerebrales, y propuso tratarlos como cualquier otra enfermedad. Además, reconoció factores psicológicos, como el estrés familiar, sentando las bases para una visión más integral de la salud mental. Durante el siglo XVIII, surgió un enfoque psicosocial conocido como *terapia moral*, que enfatizaba el tratamiento humanizado y el entorno social como claves para la recuperación de los pacientes. Philippe Pinel fue una figura central en este movimiento, promoviendo un trato más compasivo y la reintegración social de los pacientes. Este enfoque marcó un hito al considerar que el contexto emocional y relacional influía en la salud mental, alejándose de las explicaciones puramente biológicas o sobrenaturales.

En la década de 1890, Adolph Meyer, influenciado por el movimiento de estudio infantil y su experiencia en hospitales psiquiátricos, propuso que la salud mental dependía de la interacción entre factores biológicos, historias de vida y entorno comunitario. Meyer promovió la idea de que la industrialización y urbanización afectaban la adaptabilidad humana, y abogó por intervenciones preventivas basadas en la educación y la reorganización social (Mandell, 1995).

Claude-Olivier (2015) destaca que, históricamente, el concepto de salud mental fue abordado de manera marginal y reducido a consejos prácticos de higiene mental, como en *The Hygiene of the Mind* de Thomas Clouston en 1906, donde se enfatizaba la prevención, la detección temprana de alteraciones y el cuidado durante las etapas del desarrollo humano, especialmente en la infancia y adolescencia. Sin embargo, antes de 1940, la salud mental no era un objetivo central de la psicología o psiquiatría, sino un conjunto de recomendaciones enfocadas a lo individual y lo familiar.

La creación del Comité Nacional de Higiene Mental (1908) por Clifford Beers marcó un hito al vincular la salud mental con políticas públicas, educación y legislación. Beers, sobreviviente de instituciones psiquiátricas, impulsó una visión preventiva y comunitaria, mientras que Meyer y sus colaboradores incorporaron metodologías científicas, como estudios epidemiológicos y biográficos, para fundamentar las intervenciones. (Mandell, 1995)

Entre las décadas de 1940 y 1970, el concepto de salud mental se afianzó como un referente teórico y político, incorporando enfoques preventivos, sociales y orientados al desarrollo. En este período, la Organización Mundial de la Salud (OMS) formuló en 1950 una definición de carácter amplio y subjetivo, en la que la salud mental se comprende como la capacidad del individuo para establecer vínculos armoniosos con los demás y participar de manera constructiva en las transformaciones de su entorno físico y social, de igual manera, se

asocia con la posibilidad de alcanzar una satisfacción equilibrada de los impulsos instintivos, aun cuando estos se encuentren en tensión o conflicto, logrando una síntesis integrada que favorezca el desarrollo de la personalidad y la expresión armoniosa de las potencialidades individuales.

Marie Jahoda (1958) recopiló diversas definiciones sobre salud mental, destacando que, entre los autores recopilados, se llega a un consenso de que la “salud mental” no puede reducirse a la mera ausencia de enfermedad mental ni equipararse a lo “normal”, dado que este último concepto depende de juicios de valor culturales e históricamente relativos.

Cloutier (1966) fundamenta el concepto de salud mental en la teoría psicodinámica de la personalidad haciendo énfasis en tres elementos clave. En primer lugar, conflictos internos derivados de las tendencias instintivas del individuo, donde la "salud mental" opera transformando conflictos socioeconómicos reales en tensiones individuales resolubles mediante ajustes psicológicos, sin cuestionar las estructuras externas que los generan. En segundo lugar, la adaptabilidad a los "factores externos", entendidos no como realidades objetivas, sino como percepciones subjetivas que impactan la emocionalidad y el desarrollo personal. Esta perspectiva reduce lo social a un mero estímulo para la autorregulación individual, priorizando la armonía interna sobre la transformación de condiciones materiales. El autor menciona que el entorno solo adquiere relevancia cuando se integra a la narrativa personal del sujeto. Su enfoque psicologiza fenómenos colectivos al centrarse en la capacidad adaptativa del individuo, omitiendo críticas a sistemas económicos o políticos.

En los años 70, la salud mental comenzó a alejarse del modelo biomédico tradicional para incorporar perspectivas comunitarias y sociales. El movimiento de desinstitucionalización que se hizo presente en esta época promovió la atención en entornos comunitarios, aunque enfrentó

desafíos como la falta de servicios adecuados, lo que aumentó la población de personas sin hogar con enfermedades mentales (Ronald et. al. 2010).

La OMS (2001) redefinió la salud mental como "estado de bienestar" vinculado a capacidades productivas y participación social, en su informe Salud Mental: Nuevos Conocimientos, Nuevas Esperanzas. Se menciona además que el concepto de salud mental abarca, entre otras cosas “el bienestar subjetivo, la percepción de la propia eficacia, la autonomía, la competencia, la dependencia intergeneracional y la autorrealización de las capacidades intelectuales y emocionales”.

Pacheco (2005) describe características de las personas mentalmente sanas a través de tres aspectos principales. Primero, las personas con buena salud mental muestran satisfacción personal y manejo equilibrado de sus emociones, aceptando las decepciones sin alteraciones extremas y manteniendo una actitud tolerante. En segundo lugar, estas personas establecen relaciones interpersonales significativas, basadas en el respeto, la confianza y la capacidad de amar. Y, por último, las personas mentalmente sanas enfrentan las demandas de la vida con responsabilidad, adaptándose a los cambios y planificando el futuro de manera realista. El enfoque de Pacheco prioriza la agencia individual (elecciones e intencionalidad) y la subjetividad como ejes de la salud mental, coincidiendo con la crítica humanista al reduccionismo biologicista y al determinismo psicoanalítico.

La American Psychological Association, por sus siglas APA (2015) define la salud mental como el “estado mental caracterizado por bienestar emocional, adecuado ajuste conductual, relativa libertad de ansiedad y síntomas incapacitantes, así como la capacidad para establecer relaciones constructivas y afrontar las demandas y tensiones ordinarias de la vida”. (p. 639)

En la actualidad, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) conceptualiza la salud mental como:

Un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, aprender y trabajar adecuadamente e integrarse en su entorno. La salud mental tiene un valor intrínseco y fundamental, y forma parte de nuestro bienestar general. Hay una serie de factores individuales, familiares, ambientales y estructurales que, en conjunto, protegen o socavan la salud mental. Aunque la mayoría de las personas son resilientes, las que están expuestas a circunstancias adversas, como la pobreza, la violencia, las discapacidades y las desigualdades, corren más riesgo de tener problemas de salud mental. (párr. 1)

2.1.3 Reinserción social

La concepción contemporánea de reinserción social tiene sus raíces en los trabajos pioneros de John Howard, quien, en el siglo XVIII, mediante su obra *El estado de las prisiones de Inglaterra y Gales*, propuso un modelo carcelario orientado a fines preventivos y correctivos (Howard, 1777). Su enfoque, conocido como la "Geografía del Dolor", sentó las bases para reformas estructurales como la higienización de espacios, la clasificación de internos por tipo de delito y la implementación de programas laborales, elementos que buscaban trascender el mero castigo hacia una función resocializadora. Este paradigma anticipó lo que posteriormente la Convención Americana de Derechos Humanos (1969) consagraría como el principio de readaptación social como fin esencial de las penas privativas de libertad.

Filósofos como Cesare Beccaria (siglo XVIII), argumentaron que el castigo debía ser proporcional al delito y orientado a la prevención más que a la venganza. Posteriormente, el modelo penitenciario reformista del siglo XIX (ejemplificado por el sistema de Filadelfia o

Auburn) introdujo la idea de que las prisiones debían "corregir" a los internos mediante el trabajo y la disciplina, aunque con un enfoque aún punitivo.

A mediados del siglo XIX, el sistema penitenciario experimentó una transformación significativa con la introducción de los sistemas progresivos, los cuales planteaban la reinserción como un proceso gradual que podía iniciarse incluso durante el cumplimiento de la pena (Teeters, 1955). No obstante, este modelo fue objeto de críticas sustanciales, particularmente por parte de Michel Foucault (1975) quien en *Vigilar y castigar* deconstruyó los supuestos teóricos de estas propuestas. Foucault cuestionó la simplificación etiológica que atribuía la criminalidad a la ociosidad, y en su lugar, propuso un análisis sociopolítico que examinara cómo las instituciones penitenciarias reproducen dinámicas de poder y control social, más que facilitar procesos genuinos de reintegración.

La crítica foucaultiana replanteó radicalmente el discurso sobre reinserción social, desplazando el enfoque desde la modificación conductual individual hacia la comprensión de los conflictos como fenómenos socialmente contruidos (Foucault, 1975). Esta perspectiva ha influido en aproximaciones críticas actuales que, sin desconocer los avances de Howard y los sistemas progresivos, enfatizan la necesidad de contextualizar las intervenciones penitenciarias dentro de estructuras sociales más amplias, donde factores como la desigualdad y la exclusión condicionan tanto las trayectorias delictivas como las posibilidades reales de reintegración (Wacquant, 2009).

La reinserción social se ha trabajado desde distintos modelos. Ward y Brown (2004) desarrollaron el Modelo de Vidas Satisfactorias (GLM), cuestionando el enfoque centrado en déficits del RNR. Su propuesta parte de la premisa de que la mera gestión del riesgo resulta insuficiente para una rehabilitación integral. En palabras de los autores: "el mejor camino para

reducir la reincidencia es dotar a los sujetos de herramientas para vivir satisfactoriamente" (Ward & Brown, 2004, p. 245). El GLM enfatiza la construcción de identidades prosociales mediante la satisfacción de bienes primarios como relaciones significativas, autonomía y propósito vital.

El modelo de Riesgo-Necesidad-Responsividad (RNR) de Andrews y Bonta (2010) representa uno de los enfoques más influyentes en la rehabilitación de infractores. Basado en principios empíricos, este modelo propone tres ejes centrales: la evaluación del riesgo de reincidencia para priorizar intervenciones, la identificación de necesidades criminógenas dinámicas como foco de tratamiento, y la adaptación de estrategias terapéuticas según las características individuales. Los autores demuestran que su aplicación sistemática puede reducir la reincidencia hasta en un 35%, destacando especialmente la eficacia de las técnicas de aprendizaje social cognitivo para modificar patrones conductuales (Andrews & Bonta, 2010).

La Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (2006) define la reinserción social como:

Apoyo brindado a los infractores durante su reingreso a la sociedad tras el encarcelamiento. Intervenciones implementadas después de un arresto para desviar a los infractores del sistema de justicia penal hacia medidas alternativas, como procesos de justicia restaurativa o tratamientos adecuados. Esto incluye la imposición de sanciones basadas en la comunidad en lugar del encarcelamiento, con el objetivo de facilitar la reintegración social de los infractores dentro de la comunidad, evitando así los efectos marginalizadores y perjudiciales de la prisión. Para quienes son sentenciados a prisión, comprende programas correccionales dentro de la cárcel e intervenciones de seguimiento postpenitenciario. (p.

42)

Se establece una distinción entre los conceptos de reinserción social y rehabilitación, debido a su uso indistinto. Mientras la rehabilitación surge desde un paradigma médico que conceptualiza el delito como patología (Tsukame, 2003), su evolución hacia un modelo psicosocial contemporáneo la define como un conjunto de intervenciones orientadas a modificar conductas y prevenir la reincidencia (Wormith et al., 2007). Sin embargo, autores como Andrews y Bonta (2010) enfatizan que su éxito requiere no solo del desarrollo de habilidades individuales sino también de oportunidades concretas para la vida post-penitenciaria. No obstante, la rehabilitación no siempre asegura integración comunitaria. Como señala la Fundación Tierra de Esperanza (2013), un individuo puede mostrar cambios conductuales en contextos controlados sin lograr una inserción social efectiva, debido a factores estructurales como el estigma o la falta de redes de apoyo.

Febles y Castillo (2021) destacan que el sistema carcelario debe enfocarse en la rehabilitación integral y la preparación para la vida postpenitenciaria. Los autores conceptualizan la reinserción social como un proceso complejo que implica la reintegración del individuo a la comunidad, con una preparación sistemática previa. Desde la perspectiva del trabajo social, este proceso rehabilitador implica una intervención profesional con el fin de desarrollar la autoconciencia y la reconstrucción de la identidad personal del individuo como ser social.

La responsabilidad social no culmina con la excarcelación, esta debe extenderse a través de programas de apoyo postpenitenciario que combatan los estigmas sociales y faciliten la readaptación a la vida en libertad. En cuanto a la intervención intramuros, debe priorizarse el desarrollo integral de capacidades físicas, cognitivas y emocionales que preparen al individuo para una transición gradual y menos traumática a la sociedad (ONU, 2007). La reclusión, muchas veces se acompaña de maltratos y carencias que vuelven al individuo más violento que cuando

ingresó, afectando a los otros privados de libertad. Por eso, la Fundación Regional de Asesoría en Derechos Humanos (INREDH), manifiesta que 'encerrar a una persona, someterle a tortura y tratos inhumanos no son formas de reinsertar o rehabilitarla' (Ecuador Chequea, 2018).

El artículo 51 de la Constitución del Ecuador (2008) establece un marco legal integral para la protección de los derechos de las personas privadas de libertad. Garantiza condiciones dignas durante el encarcelamiento, incluyendo acceso a salud, educación, trabajo, alimentación y actividades recreativas, elementos fundamentales para mantener capacidades básicas que faciliten la vida postpenitenciaria. Prohíbe el aislamiento como sanción disciplinaria y asegura comunicación con familiares y abogados, preservando así vínculos sociales cruciales para la reintegración. Además, reconoce derechos específicos para grupos vulnerables (mujeres embarazadas, lactantes, adolescentes, adultos mayores y personas con discapacidad), mediante tratamientos especializados y medidas de protección, abordando necesidades diferenciadas que podrían obstaculizar su reinsertión. El artículo también faculta a las personas privadas de libertad para denunciar malos tratos ante autoridades judiciales, estableciendo mecanismos de rendición de cuentas que prevengan daños psicológicos o físicos contraproducentes para su rehabilitación.

2.1.4 Personalidad

Es en la Antigua Grecia donde se realizan las primeras conceptualizaciones sobre personalidad. Cicerón (106-43 a.C., citado por Cerdá, 1985) definió la personalidad en cuatro significados, como: apariencia o imagen que un individuo proyecta ante los demás; rol de una persona en su vida; conjunto de cualidades inherentes que constituyen a un individuo; sinónimo de prestigio, la dignidad y el estatus social, donde el uso del término "persona" dependía directamente del nivel social. En el siglo VI, Boecio sintetizó estos conceptos clásicos para dar

origen formal al término "personalidad", definiendo a la persona como una sustancia individual de naturaleza racional. Este hito incorporó el atributo de la racionalidad como elemento definitorio esencial, lo que impulsó un amplio desarrollo de definiciones filosóficas posteriores. Entre estas destacó especialmente la contribución de Santo Tomás de Aquino, quien, según registra Allport (1970), exaltó la primacía del individuo concreto por encima de cualquier realidad abstracta, sosteniendo que nada puede ser superior a la realidad intrínseca que posee el ser humano (Sinisterra et al., 2009)

Jhon Locke en el siglo XVII acuñó la teoría de la *tabula rasa*. Según Locke, un recién nacido carece de contenidos mentales innatos, asemejándose a una "pizarra en blanco" (*tabula rasa*) cuya configuración psicológica depende únicamente de la experiencia e interacción con el ambiente. Locke, en su *Ensayo sobre el entendimiento humano* (1690), argumentó que no existen ideas innatas y que todo conocimiento, incluyendo los fundamentos de la personalidad, se construye mediante la percepción sensorial y la reflexión sobre estas experiencias. Esta visión enfatizaba la moldeabilidad continua del ser humano, no solo en la infancia sino también en la edad adulta, otorgando al ambiente un papel determinante en la formación de la identidad (Davidoff, 1998, como se citó en Sinisterra et al., 2009).

Freud (1923) estructura la personalidad en tres sistemas dinámicos: el ello (inconsciente, regido por el principio de placer), el yo (consciente-preconsciente, mediador con la realidad) y el superyó (instancia moral internalizada). El ello alberga impulsos primarios (agresividad, supervivencia, búsqueda de placer) que buscan gratificación inmediata mediante reflejos o fantasías (satisfacción del deseo). Sin embargo, al carecer de contacto con la realidad, requiere del yo, que emerge como instancia reguladora bajo el principio de realidad: mediante el razonamiento, demora la satisfacción de los impulsos hasta encontrar medios seguros y efectivos

(ej.: planificar cómo saciar la sed). Esta estructura se completa con el superyó, que internaliza normas parentales y sociales para formar la conciencia moral.

Opera comparando las acciones del yo con un yo ideal de perfección, premiando o castigando mediante culpa o autoafirmación. Freud advirtió que un superyó excesivamente severo puede paralizar al individuo. Así, la conducta adulta resulta del equilibrio inestable entre estas fuerzas: el ello (deseos primarios), el yo (adaptación racional) y el superyó (exigencias éticas), interactuando en niveles conscientes, preconsciouses e inconscientes (Morris & Maisto, 2005, p. 379-380).

Allport definió la personalidad como «organización dinámica interna del individuo de aquellos sistemas psicofísicos que determinan su particular ajuste al medio (Allport, 1937, como se citó en Amarista, 2004). Allport enfatizó la primacía de los factores individuales en la configuración de la personalidad. y afirmó que debe existir una continuidad motivacional a lo largo de la vida, de modo que los motivos internos operen de manera consistente en el tiempo.

Allport coincidió con Freud en que los instintos sexuales influyen en la motivación humana, pero puntualizó que ese predominio instintivo no perdura indefinidamente, pues con el paso de los años otros motivos adquieren relevancia. Asimismo, sostenía que cuanto más autónomos y libres sean los motivos que guían la conducta, mayor será el nivel de madurez psicológica del individuo. En este sentido, Allport subrayó la importancia del yo auténtico en la personalidad y acuñó el término *propio* (propium) para referirse al núcleo unificador de la experiencia persona. Este núcleo íntimo contiene las raíces internas que dan coherencia a las actitudes, objetivos y valores del individuo (Sinisterra et al., 2009).

Hull (1943) formuló un modelo explicativo centrado en la conexión entre estímulos y respuestas, conocido como el modelo E-R (*Estímulo-Respuesta*). En esta perspectiva, la

personalidad no es entendida como una estructura interna inobservable, sino como un entramado de hábitos adquiridos a través de la experiencia, los cuales se configuran mediante asociaciones repetidas entre estímulos del entorno y respuestas del organismo. Estos lazos, denominados E-R, se fortalecen con la repetición y forman la base de lo que Hull consideraba la estructura fundamental de la personalidad. Esta concepción de la personalidad se enmarca en una perspectiva mecanicista y determinista del comportamiento, donde las conductas son explicadas por principios de aprendizaje y reforzamiento. El hábito, entonces, es el resultado observable de una historia individual de asociaciones, y es esta red de hábitos lo que otorga coherencia y previsibilidad al comportamiento del sujeto (Sinisterra et al., 2009).

Para Rogers, la personalidad se configura como un proceso dinámico de autorrealización guiado por metas positivas. Rogers postuló que los seres humanos poseen una *tendencia innata a la realización*, un impulso biopsicosocial que motiva al individuo a desarrollar sus capacidades y potenciales desde el nacimiento. Esta fuerza proactiva orienta las acciones hacia conductas que favorecen el crecimiento integral y la congruencia consigo mismo. Cuando esta tendencia se cultiva mediante la adquisición de destrezas y la búsqueda de experiencias enriquecedoras, la personalidad se despliega hacia un funcionamiento pleno y adaptativo. (Morris & Maisto, 2005, p. 408). Rogers, afirmaba que los hombres y las mujeres desarrollan su personalidad al servicio de metas positivas. De acuerdo con Rogers, todo organismo nace con capacidades, aptitudes o potencialidades, es decir, “una especie de proyecto genético al que se agrega sustancia a medida que la vida progresa” (Maddi, 1989, citado en Morris & Maisto, 2005, p. 392)

La teoría de los rasgos propone que las diferencias individuales pueden comprenderse a través de características estables y medibles. Cattell, como figura destacada de esta teoría, desarrolló un sistema taxonómico para entender la estructura subyacente de la personalidad. Su

trabajo permitió identificar patrones conductuales que trascienden lo anecdótico, que puedan operar como predictores consistentes de la adaptación, el temperamento y la labilidad emocional.

Cattell distingue los rasgos comunes (extroversión o ansiedad, compartidos por la población) de los rasgos únicos (talentos específicos que definen la singularidad individual), equilibrando así lo universal con lo idiosincrásico. Esta taxonomía se complementa con la dualidad entre rasgos superficiales (conductas observables como la puntualidad) y rasgos fuente (estructuras profundas como la autodisciplina, identificables mediante análisis factorial), método que permitió a Cattell aislar sus 16 factores primarios. Simultáneamente, integra naturaleza y crianza al diferenciar rasgos constitucionales (de base biológica, como la reactividad emocional) de los moldeados por el ambiente (actitudes culturales forjadas socialmente).

Finalmente, su dinamismo motivacional articula tres fuerzas: los rasgos dinámicos (metas que impulsan la acción), de habilidad (capacidades para lograrlas) y de temperamento (estilos emocionales que modulan dicha acción), revelando cómo la personalidad no solo describe, sino que orienta la conducta humana hacia fines específicos (Aiken, 2003; García-Méndez, 2005).

Eysenck (1970) definió la personalidad como una organización estable y perdurable del carácter, temperamento, intelecto y físico que facilita la adaptación ambiental. Esta concepción integra fuerzas biológicas, tipologías históricas y teoría del aprendizaje, estableciendo tres dimensiones centrales: extroversión-introversión (sociabilidad vs. reserva), neuroticismo (ansiedad e inestabilidad emocional) y psicoticismo (conducta desorganizada). Para Eysenck, la personalidad opera como una jerarquía de respuestas específicas (conductas situacionales) que se consolidan en respuestas habituales, permitiendo no solo describir sino comprender las causas subyacentes del comportamiento (Davidoff, 1998; Engler, 1996) En esta visión, la dimensión extroversión-introversión constituye un continuo donde los individuos varían entre polos: los

extrovertidos muestran tendencia a la sociabilidad, impulsividad y participación activa, mientras los introvertidos se inclinan hacia la reserva, la reflexividad y la timidez (Sinisterra et al., 2009).

Para Bandura (1977), la personalidad constituye una interacción dinámica entre cognición, aprendizaje y ambiente. En este modelo triádico, las expectativas internas de los individuos desempeñan un papel fundamental, ya que median cómo el entorno influye en el comportamiento. Estas expectativas se modifican continuamente a partir de las experiencias conductuales previas, creando patrones de anticipación ante nuevas situaciones. Un elemento central de esta visión es que las personas regulan su conducta mediante criterios o estándares de desempeño personalizados. Estos parámetros internos, únicos en cada individuo, permiten evaluar y calificar el comportamiento en diversos contextos, estableciendo un sistema de autorregulación que guía las respuestas adaptativas. Así, la personalidad emerge no como un conjunto fijo de rasgos, sino como un proceso continuo de ajuste entre factores internos (cogniciones, expectativas) y externos (demandas ambientales).

Arias (1997) postula que el sujeto psicológico no es una instancia alcanzada en el desarrollo, sino una condición inherente al ser humano que persiste a lo largo de la vida (salvo en situaciones extremas). Su calidad y nivel de desarrollo varían, pero la condición de sujeto es permanente. En este marco, identifica siete componentes interrelacionados que configuran el comportamiento, siendo la personalidad el primero y más relevante: entendida como un producto tardío del desarrollo, integra propiedades cognitivas y afectivas en una organización estructural y funcional. Esta posee un carácter estable e individualizado que la convierte en elemento identitario del sujeto, aunque su manifestación conductual no es lineal.

Leal, Vidales y Vidales (1997) definen la personalidad mediante tres perspectivas complementarias: primero, como la organización total de tendencias reactivas, patrones de

hábitos y cualidades físicas que determinan la efectividad social del individuo; segundo, como un modo habitual de ajuste entre impulsos internos y demandas ambientales; y tercero, como un sistema integrado de actitudes y tendencias conductuales que permiten la adaptación al entorno. Adicionalmente, estos autores clasifican sus cualidades en tres categorías: atributos personales vinculados al desarrollo evolutivo, definiciones biológico-conductuales centradas en el ajuste adaptativo como estrategia de supervivencia, y rasgos diferenciales que destacan la singularidad individual frente a su grupo social (Leal & cols., 1997).

Respecto a su formación, teorías como las de Domínguez y Fernández (1999) señalan que la personalidad carece de base sólida en la primera infancia debido a la inmadurez de funciones y estructuras psicológicas. Es hacia los 3 años cuando emergen patrones identificables de intereses, aptitudes y estilos conductuales que facilitan la adaptación y bienestar (Costa & McCrae, 1997; Díaz & Díaz-Guerrero, 1997). Esta estructura, una vez consolidada, se caracteriza por su permanencia, continuidad y particularidad a lo largo de la vida, aunque puede desarrollar patrones desadaptativos que comprometen el desempeño individual (Costa & McCrae, 1994; Fruyt et al., 2002).

Ante la ausencia de un consenso científico sobre la personalidad, la Teoría Integradora, surge para superar la fragmentación teórica. Sus objetivos son: construir un modelo amplio que unifique teorías clave e incorpore hallazgos empíricos (incluyendo la inteligencia); definir la personalidad mediante factores o facetas de dimensiones centrales; fundamentarla desde un enfoque evolucionista; y ofrecer un modelo de rasgos que trascienda lo descriptivo para abordar procesos dinámicos. Esta teoría postula que la personalidad debe integrar tres aspectos irrenunciables: temperamento, carácter (self) e inteligencia. Rechaza reduccionismos al insistir en que debe considerar tanto lo consciente como lo inconsciente, conductas observables e

internas, diferencias de género y no-género, y expresiones normales y patológicas. Su enfoque holístico incluye la psicopatología para desarrollar estrategias de cambio, posicionándose como un marco inclusivo capaz de organizar la pluralidad de investigaciones existentes (Lluís, 2002).

Mayo (2021) conceptualiza al sujeto individual como una entidad bidimensional: la dimensión interna (subjektividad) y la dimensión externa (comportamiento observable), relacionadas dialécticamente como partes de un todo integrado. Dentro de esta estructura, la personalidad constituye un componente de la subjektividad interna, mientras el estilo de vida opera como la expresión conductual externa donde se materializan los patrones identitarios de la personalidad. No todo comportamiento refleja la personalidad: acciones nuevas o eventuales son funciones del sujeto sin vincularse necesariamente con su núcleo identitario. Solo aquellos comportamientos típicos, recurrentes e identitarios conforman el estilo de vida, cuyo proceso de construcción es mediado activamente por la personalidad (Mayo, 2021, p. 25).

2.2 Modelos Teóricos

2.2.1 Psicología Individual de Alfred Adler

Según Ruiz, Oberst y Quesada (2006), el estilo de vida de una persona puede entenderse como una estructura cognitiva y emocional que refleja sus patrones de conducta, creencias fundamentales y temas repetitivos, tanto a nivel consciente como inconsciente. Esta organización interna se configura desde los primeros años de vida, a partir de las experiencias tempranas y de la actitud que el niño desarrolla frente a ellas, influida también por el sentido de comunidad y los objetivos personales, aunque estos no siempre sean realistas.

Aunque el concepto de Estilo de Vida implica una estructura relativamente estable de la personalidad, es decir, una forma característica de ser, su comprensión requiere situarlo dentro del contexto social, ya que representa la forma en que la persona se relaciona y responde a su

entorno (Adler, 1927/1981). Desde esta perspectiva, los síntomas psicopatológicos no deben considerarse únicamente como manifestaciones intrapsíquicas, sino como expresiones vinculadas al modo en que la persona vive e interactúa con su realidad social, una visión que también es central en los enfoques terapéuticos sistémicos y relacionales.

La psicología adleriana se define como una psicología del uso, ya que su interés principal no recae en lo que el individuo tiene, sino en lo que hace con ello. La pregunta fundamental que guía al psicólogo adleriano es: ¿Qué hace el individuo con lo que tiene? En este sentido, lo relevante no es solo la conducta en sí, sino su utilidad dentro de un marco intencional. Para comprender esto, es necesario analizar los patrones de relación que se manifiestan en la vida del paciente, con el fin de inferir los propósitos del comportamiento y su correspondiente estilo de vida.

Como afirma Rudolf Dreikurs (en Stern, 1965, p. 72), “todo hombre puede hacerse entender por los otros mediante su comportamiento”. Por eso, la terapia adleriana se enfoca principalmente en el comportamiento, más que en los sentimientos; estos últimos no son considerados la causa de la conducta, sino instrumentos al servicio de esta. Los sentimientos están orientados a una finalidad, responden a una lógica interna que, aunque pueda parecer ilógica desde fuera, tiene coherencia dentro del sistema del propio individuo.

La psicología adleriana sostiene que el comportamiento humano está dirigido hacia metas y resultados proyectados en el futuro. Desde el nacimiento, los seres humanos experimentan un sentimiento de inferioridad, y como consecuencia, luchan contra él mediante la creación de finalidades compensatorias, esta dinámica se articula dentro de una visión de la persona como una unidad, donde conocimientos, sentimientos y comportamientos forman un todo inseparable. Para Adler, ni la herencia ni el ambiente son factores determinantes de la existencia, sino marcos

dentro de los cuales el individuo se despliega según su estilo de vida y a partir del poder creador del yo. Así, el plan de vida se configura en los primeros cinco años de existencia y se perfecciona posteriormente conforme a los propósitos de la vida adulta.

2.2.2. Modelo Histórico-Social Constructivista

Vigotsky consideró al significado de la palabra como la unidad de análisis de la conciencia humana, unidad que podía albergar al conjunto de las diferentes funciones psíquicas del individuo que serían el reflejo de la conciencia, dentro de un plano intelectual. Para Vigotsky, el hombre no es un concepto abstracto, sino un ser insertado en una sociedad, rodeado de relaciones sociales, por lo cual su psiquismo es un producto social, un proceso de apropiación a través de toda la historia cultural que lo antecede, acumulada a través de la misma historia de la humanidad.

La teoría del desarrollo vygotskyana parte de la concepción de que todo organismo es activo, estableciendo una continua interacción entre las condiciones sociales, que son mutables, y la base biológica del comportamiento humano. Él observó que en el punto de partida están las estructuras orgánicas elementales, determinantes por la maduración. A partir de ellas se forman nuevas, y cada vez más complejas, funciones mentales, dependiendo de la naturaleza de las experiencias sociales del niño. En esta perspectiva, el proceso de desarrollo sigue en su origen dos líneas diferentes: un proceso elemental, de base biológica, y un proceso superior de origen sociocultural.

En ese sentido, es lícito decir que las funciones psicológicas elementales son de origen biológico; están presentes en los niños y en los animales; se caracterizan por las acciones involuntarias (o reflejas); por las reacciones inmediatas (o automáticas) y sufren control del ambiente externo.

En contrapartida, las funciones psicológicas superiores son de origen social; están presentes solamente en el hombre; se caracterizan por la intencionalidad de las acciones, que son mediadas. Ellas resultan de la interacción entre los factores biológicos (funciones psicológicas elementales) y los culturales, que evolucionaron en el transcurrir de la historia humana. De esa forma, Vygotsky considera que las funciones psíquicas son de origen sociocultural, pues resultaron de la interacción del individuo con su contexto cultural y social.

Las funciones psicológicas superiores, a pesar de que tengan su origen en la vida sociocultural del hombre, sólo son posibles porque existen actividades cerebrales. En efecto, esas funciones no tienen su origen en el cerebro, aunque no existen sin él, pues se sirven de las funciones elementales que, en última instancia, están conectadas a los procesos cerebrales.

2.2.3 Enfoque Psicosocial de Sánchez-López

La consideración de la personalidad como un conjunto organizado y jerarquizado, en cuya cima estaría el EP. Dentro de la tradición de Royce y Powell (1983), se definiría como un sistema que proporciona la dirección y el enfoque a los sistemas de nivel más bajo, participando e integrando los dos grandes subsistemas de diferenciación interindividual, el sistema cognitivo y el afectivo-motivacional (ver Sánchez-Canóvas y SánchezLópez, 1994) porque "recluta" las aptitudes y los rasgos afectivos implicados cuando un sujeto actúa en una situación determinada.

Desde una perspectiva psicosocial de la personalidad y con una orientación factorialista, los aportes de Sánchez-López resultan significativos para comprender la relación entre la personalidad y el estilo de vida. Su enfoque se centra en la diversidad individual y en la manera en que esta se manifiesta en los patrones conductuales (Sánchez-López, 1997; Sánchez-López & Aparicio García, 2001; Sánchez-López & Díaz-Morales, 2001).

En su propuesta teórica, el estilo de vida es comprendido como la manifestación externa del estilo psicológico, una categoría de orden superior en la organización de la personalidad. Este estilo psicológico se concibe como un sistema global, integrador y organizador de la conducta, fundamental para el ajuste adaptativo del individuo. Se expresa como un conjunto de pautas estables de interpretación, atribución de significados y generación de respuestas (Sánchez-López, 1997).

La autora enfatiza la importancia de estudiar el estilo desde una lógica procesual, priorizando el patrón de cambio más que la descripción estática. Así, propone observar al sujeto como una "imagen en movimiento" más que como una "foto fija", reconociendo que la variabilidad y transformación constituyen rasgos esenciales del funcionamiento psicológico humano (Sánchez-López, 1997, p. 226).

2.2.4 Modelo de los Determinantes de la Salud de Marc Lalonde

Estilos de vida y conductas de salud (drogas, sedentarismo, alimentación, estrés, educación vial, difícil acceso a los servicios sanitarios), Biología humana (constitución, carga genética, desarrollo y envejecimiento), Medio ambiente (contaminación física, química, biológica, psicosocial y sociocultural), Sistema de asistencia sanitaria (mala utilización de recursos, sucesos adversos producidos por la asistencia sanitaria, lista de espera excesivas, burocratización de la asistencia).

Los determinantes de la salud se clasifican en torno a cuatro grandes categorías:

- Medio ambiente, incluye todos aquellos factores relacionados con la salud que son externos al cuerpo humano y sobre los cuales la persona tiene poco o ningún control.
- Estilo de vida, el componente estilo de vida representa el conjunto de

decisiones que toma el individuo con respecto a su propia salud y sobre las cuales ejerce cierto grado de control.

- Biología humana, incluye la herencia genética de la persona, los procesos de maduración y envejecimiento, y los diferentes aparatos internos del organismo, dada la complejidad del cuerpo humano, su biología puede repercutir sobre la salud de maneras múltiples, variadas y graves.
- Servicios de atención, incluye la práctica de la medicina y la enfermería, los hospitales, los hogares de ancianos, los medicamentos, los servicios públicos comunitarios de atención de salud, las ambulancias y otros servicios sanitarios.

2.2.5 Teoría de la Subjetividad de Fernando González Rey

La Teoría de la Subjetividad de González Rey y la epistemología cualitativa constructiva e interpretativa en que se fundamenta, son referentes teóricos importantes en la comprensión del estilo de vida que se presenta en este libro. Dado que la personalidad del sujeto y, en general, su subjetividad, no se expresan directa y linealmente en el comportamiento. Resulta necesario buscar alternativas de estudio que permitan captar y comprender formas de objetivación indirectas y no lineales. En este sentido, la idea del estilo de vida como espacio holístico de expresión de la subjetividad del sujeto, revela su importancia teórica y metodológica.

El análisis de la relación sujeto-subjetividad-estilo de vida constituye una alternativa pertinente en la caracterización psicológica del estilo de vida. El sujeto es el individuo concreto, al hablar de él no sólo se hace referencia a su mundo interno, sino también al sistema de relaciones en que se objetiva su subjetividad.

Si tú retomas a Vygotsky (1987, 276) cuando dice que el sentido “es el agregado de todos los factores psicológicos que aparecen en nuestra conciencia como un resultado de la palabra”, te

das cuenta de que no está hablando de una categoría de un nuevo orden ontológico, aunque ese concepto representó un enorme paso adelante para una comprensión nueva sobre la conciencia. Está abriendo la conciencia al plano del lenguaje, pero a la vez no la reduce al lenguaje, integrando en esa unidad, que definió como sentido, los factores psicológicos más diversos evocados por la palabra. Por lo tanto, Vygotsky representa el sentido como una categoría mental que existe en el plano de la acción de la persona. Eso fue muy inspirador para mí, para el posterior desarrollo de los conceptos de mi propuesta, como el de sentido subjetivo (González Rey 2013b).

4. Operacionalización de Concepto

Variables y dimensiones:

Disciplina	Modelos Teóricos	Autores	Conceptos	Dimensiones	Indicadores
Psicología	Psicología Individual	Alfred Adler	Estilo de Vida	Teleológica	- Metas vitales de superación - Compensación de sentimientos de inferioridad
				Integradora	- Unificación de memorias infantiles, rasgos y conductas - Coherencia subjetiva
				Organísmica	- Interacción dinámica mente-cuerpo - Expresión conductual de la personalidad
	Enfoque Psicosocial	Sánchez-López		Expresiva	- Patrones de interpretación contextual - Atribución de significados identitarios
	Teoría Psicoanalítica	Freud (1923)	Personalidad	Estructural	- Equilibrio ello/yo/superyó - Mecanismos de autorregulación
	Teoría de Rasgos	Cattell, Eysenck		Dinámica	- Estabilidad emocional (neuroticismo) - Patrones de sociabilidad (extroversión)
	Teoría Humanista	Rogers, Maslow		Autorrealización	- Tendencia innata al crecimiento - Desarrollo de potencialidades
Salud Pública	Modelo Biopsicosocial	Adolph Meyer	Salud Mental	Bienestar Subjetivo	- Satisfacción personal - Manejo equilibrado de emociones
	Modelo Determinantes de Salud	Marc Lalonde		Conductual	- Hábitos alimenticios - Actividad física - Consumo de sustancias
		OMS (2022)		Relacional	- Establecimiento de vínculos significativos - Capacidad de confianza y respeto
		Pacheco (2005)		Adaptativa	- Afrontamiento de demandas vitales - Planificación realista del futuro

		APA (2015)		Resiliencia	- Tolerancia al estrés - Ausencia de síntomas incapacitantes (ansiedad/depresión)
Criminología	Modelo GLM (Vidas Satisfactorias)	Ward & Brown (2004)	Reinserción Social	Preparación Intramuros	- Acceso a educación/formación laboral - Desarrollo de habilidades psicosociales
	Modelo RNR (Riesgo-Necesidad-Responsividad)	Andrews & Bonta (2010)		Apoyo Postpenitenciario	- Programas de seguimiento - Redes de apoyo comunitarias
	Enfoque de Derechos Humanos	Constitución Ecuador (2008)		Marco Legal	- Condiciones dignas de reclusión - Protección de grupos vulnerables
		Febles & Castillo (2021)		Reconstrucción Identitaria	- Autoconciencia transformadora - Reintegración a roles sociales

CAPÍTULO 3: METODOLOGÍA

El siguiente capítulo abarca los tipos de investigación exploratoria, descriptiva y clasificatoria. Seguidamente, se detallarán el método de investigación y las técnicas que se emplearán; cada uno de estos aspectos será conceptualizado, descrito y justificado. Del mismo modo, se presentarán las consideraciones éticas, la muestra de informantes y, finalmente, la matriz del dispositivo metodológico.

3.1 Tipos de Investigación

3.1.1 *Investigación Exploratoria*

Definición y Características. La investigación exploratoria se implementa cuando el objetivo es examinar un tema o problema de investigación que ha sido poco abordado o que genera incertidumbre o quizá no se ha hecho ningún estudio al respecto. Por ejemplo, cuando la revisión de literatura revela poca información en relación con el problema de estudio, o cuando se considera pertinente indagar sobre temas con una nueva perspectiva. (Sampieri, 2014). Este tipo de investigación se centra en descubrir, por medio de una adecuada revisión de la literatura y está caracterizado por su metodología más flexible, amplia y dispersa implicando un mayor riesgo, por lo cual se requiere de paciencia y serenidad por parte del investigador (Nieto, 2018). En las investigaciones exploratorias se puede emplear en el método cualitativo tanto como en el método cuantitativo, es necesario tener en cuenta que al tratarse de una investigación exploratoria no se puede realizar el planteamiento de una hipótesis, debido a la falta de información para realizar una proyección sobre el fenómeno que se estudia (Ramos, 2020).

Justificación. Se emplea el tipo de estudio exploratorio debido a su flexibilidad e interés por conocer y explicar un fenómeno que no se ha estudiado con anterioridad, en este proyecto, este tipo de investigación es adecuado ya que existe investigación limitada sobre el estilo de vida con un enfoque persona lógico en persona privadas de su libertad, así como su

influencia en la reinserción y la salud mental. En Ecuador, estudios personológicos relacionados con el estilo de vida no han sido desarrollados, por lo que es necesario que exista una exploración detallada y bien fundamentada del tema.

3.1.2 Investigación Descriptiva

Definición y Características. Las investigaciones descriptivas tienen como finalidad caracterizar una situación o fenómeno específico, resaltando sus características diferenciadoras (Ander-Egg, 2011). Este tipo de investigación se centra en identificar las propiedades, características y perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier fenómeno sujeto a análisis. Esto implica que su propósito es medir o recolectar información de forma independiente o conjunta sobre los conceptos o variables de interés, sin pretender establecer relaciones causales entre ellos (Sampieri, 2014).

La investigación descriptiva admite enfoques cualitativos o cuantitativos, pero este estudio adopta el cualitativo para examinar situaciones, costumbres y actividades mediante la descripción de procesos y actores sociales (Guevara, Verdesoto & Castro, 2020). Su diseño se orienta a responder preguntas como *¿Qué ocurre? ¿Cuándo sucede? ¿Qué características tiene?* permitiendo obtener datos detallados sobre comportamientos, componentes y estructuras vinculadas al fenómeno (Valle, 2022).

Este enfoque opera con una sola variable de estudio, aunque identifica factores contextuales que puedan influir en ella (Ochoa & Yunkor, 2019). La investigación descriptiva es observacional y retrospectiva, por lo que no requiere intervención, sino que el investigador describe el fenómeno en su entorno natural, precisando espacio y período temporal, aunque utiliza datos pasados, puede integrar nueva información para enriquecer el análisis (Ochoa & Yunkor, 2019). La claridad sobre participantes y contexto es esencial, evitando generalizaciones (Valle, 2022).

La metodología prioriza rasgos observables y verificables en testimonios (ej. entrevistas), buscando comprender perspectivas de los actores (Valle, 2022). Documenta meticulosamente el entorno donde surge el fenómeno, ya que factores contextuales pueden convertirse en objetos de estudio adicionales (Ochoa & Yunkor, 2019). Así, no solo describe realidades, sino que interpreta significados desde la voz de los participantes, respetando la singularidad de cada escenario (Valle, 2022).

Justificación. La investigación descriptiva resulta relevante y aplicable para el proyecto, tomando en cuenta que el objetivo principal es caracterizar, analizar y resaltar las características de los estilos de vida y salud mental de la muestra estudiada y su efecto en el proceso de reinserción social. El enfoque permitirá documentar de manera sistemática el estilo de vida, salud mental y los factores estructurales que inciden en la vida de los PPL, sin definir relaciones causales, con el objetivo de visibilizar una realidad poco estudiada, así, se evaluarán tanto de forma independiente como conjunta, los estilos de vida, características de la salud mental y su impacto en la rehabilitación social, implementando cuestionarios con el fin de recopilar información mediante entrevistas. De esta manera se podrá profundizar en experiencias individuales y percepciones.

3.1.3 Investigación Inductiva

Definición y Características. El método inductivo es un enfoque de investigación que parte de observaciones específicas para llegar a conclusiones generales. A través de la recolección de datos empíricos y la identificación de patrones, este método permite formular hipótesis o teorías que expliquen fenómenos observados. Este método tiene limitaciones, ya que sus conclusiones son probabilísticas y pueden ser refutadas si las observaciones no son representativas (Sampieri, 2011).

Justificación. En nuestra investigación, mediante la aplicación de instrumentos y técnicas de evaluación, se buscará identificar qué características comunes comparten aquellos

individuos que han atravesado un proceso de reclusión. El objetivo es reconocer factores que puedan estar asociados tanto a dificultades como a recursos en su salud mental, así como elementos que favorezcan o entorpezcan su proceso de reinserción social, esta aproximación inductiva permitirá generar conocimiento que podría ser útil para conocer más integralmente los constituyentes del estilo de vida y como estos podrían facilitar una mejor a la reinserción.

3.1.4 Investigación Clasificatoria.

Definición y Características. El estudio clasificatorio consiste en ordenar datos y fenómenos mediante la agrupación en clases, basándose en propiedades comunes, se sitúa entre la investigación descriptiva y exploratoria, aunque requiere un mayor esfuerzo de sistematización, categorización y organización que la primera. Su objetivo final es categorizar elementos de un conjunto en subconjuntos, según sus similitudes, cualidades o atributos compartidos (Ander-Egg, 1995).

Justificación. Este enfoque es adecuado para la investigación en estilos de vida porque permite clasificar hábitos, comportamientos y patrones sociales en categorías significativas para establecer relaciones causales entre dichas características y su relevancia en la reinserción y la salud mental.

3.2 Métodos de Investigación

3.2.1 Metodología Cuantitativa

Características. El enfoque cuantitativo se caracteriza por ser secuencial, deductivo y probatorio: parte de un problema delimitado, formula hipótesis, define variables y emplea instrumentos estandarizados para medirlas con precisión numérica. Su propósito es probar esas hipótesis mediante estadística, buscando generalización, control, replicabilidad y pruebas de relaciones causales (Sampieri, 2014).

La investigación cuantitativa se caracteriza por cuatro pilares esenciales según Hernández, Batista y Fernández (2010):

- Búsqueda de verdad comprobable científicamente
- Objetividad del investigador
- Descubrimiento de leyes generales
- Trabajo sistemático con datos

Estas se materializan mediante diseños experimentales que garantizan confiabilidad (resultados consistentes al replicar mediciones) y validez (comparación controlada de variables). Este enfoque permite confrontar hipótesis mediante operacionalización rigurosa, donde las deducciones teóricas se validan empíricamente mediante observación controlada de variables.

Esta metodología exige un procedimiento sistemático con etapas clave:

- 1) Planteamiento del problema
- 2) Diseño metodológico
- 3) Recolección de datos
- 4) Análisis
- 5) Interpretación de resultados

Su aplicación requiere resolver preguntas fundamentales (qué, quiénes, cómo, por qué) y considerar factores críticos al elegir temas: viabilidad, utilidad social, recursos disponibles y delimitación espacio-temporal.

Justificación. La metodología cuantitativa es esencial para transformar dimensiones subjetivas de los estilos de vida en datos medibles, superando limitaciones interpretativas. En este contexto, el uso del Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida permite la caracterización del estilo de vida desde el enfoque personológico; el modo de respuesta se centra en los comportamientos que caracterizan al sujeto, de ahí que las opciones de respuestas son: “*No me caracteriza*”, “*Me caracteriza*”, y “*Me caracteriza Mucho*”. Este procedimiento favorece la obtención de resultados confiables (consistentes al replicarse) y

válidos (comparables entre grupos), superando las limitaciones interpretativas de otros enfoques al establecer relaciones causales entre variables observables.

3.2.2 Metodología Cualitativa

Características. El enfoque cualitativo utiliza la recolección y análisis de datos, durante o después de la recolección y el análisis de los datos. Es inductivo, flexible y circular: se adentra en ambientes naturales, explora significados y produce narrativas sin medición numérica estandarizada, sosteniendo múltiples realidades de manera interpretativa (Sampieri, 2014).

La investigación cualitativa se define por su énfasis en el significado y la comprensión hermenéutica (Maxwell, 2004). Se centra en reconstruir realidades sociales desde la perspectiva de los participantes, priorizando el contexto y los procesos sobre variables aisladas (Taylor & Bogdan, 1984). Este tipo de investigación implica un enfoque holístico que analiza a los individuos en su totalidad que incluye su pasado y entorno actual, rechazando simplificaciones reduccionistas. Su objetivo no es buscar verdades universales, sino profundizar en la diversidad de significados subjetivos (Flick, 1998), utilizando estrategias inductivas donde las teorías emergen desde los datos, no para validar hipótesis previas.

La investigación cualitativa se realiza mediante un proceso abierto y flexible que evita preconcepciones teóricas. Los investigadores acceden a experiencias, interacciones y documentos sin definir previamente conceptos o hipótesis rígidas. En cambio, los conceptos se desarrollan y refinan progresivamente durante el trabajo de campo, permitiendo que las particularidades del fenómeno emerjan sin filtros teóricos previos. Esta aproximación inductiva prioriza la comprensión orgánica de la realidad social desde las voces de los participantes, rechazando estructuras predeterminadas que limiten la complejidad de los datos (Angrosino, 2007).

Entre los métodos centrales destacan registros narrativos y reflexivos como notas de campo detalladas, transcripciones literales de entrevistas, y descripciones densas de comportamientos observados. Estos instrumentos capturan no solo eventos visibles, sino significados subyacentes mediante interpretaciones basadas en la escritura. El investigador documenta minuciosamente contextos, gestos y matices discursivos, construyendo un corpus textual que preserva la autenticidad de las experiencias estudiadas. La riqueza de estos registros reside en su capacidad para integrar contradicciones, silencios y dimensiones simbólicas que enfoques cuantitativos omiten (Angrosino, 2007).

Justificación. La metodología cualitativa resulta indispensable en esta investigación porque permite una exploración más profunda de las dimensiones subjetivas e identitarias de los estilos de vida que escapan a la cuantificación. El estudio de la jerarquización de roles, la selectividad de actividades, entre otros requiere un enfoque capaz de develar significados y trayectorias biográficas que permitan un acercamiento más completo de la experiencia humana. Técnicas como las entrevistas semiestructuradas y el Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3), su análisis correspondiente permiten conocer como los sujetos interpretan sus propias prácticas cotidianas. Esta profundidad interpretativa es irremplazable para comprender fenómenos como la "disfuncionalidad" en estilos de vida, donde indicadores estadísticos resultan insuficientes para captar conflictos entre valores de los métodos cuantitativos y los comportamientos reales.

3.2.3 Enfoque Mixto

Características. El enfoque mixto combina y coordina ambos métodos, integrando datos y relatos cualitativos para aprovechar la complementariedad de profundidad interpretativa y amplitud de generalización. El enfoque mixto se fundamenta en una integración dialéctica y rigurosa de metodologías cuantitativas y cualitativas, trasciende la mera coexistencia de técnicas. Se fundamenta en la articulación sistémica de ambos

paradigmas, donde la complementariedad metodológica genera una comprensión holística del fenómeno estudiado. Esto se logra mediante la triangulación de datos, que permite contrastar patrones numéricos con significados subjetivos, validar hallazgos mediante convergencias y explorar divergencias como oportunidades teóricas (Creswell & Plano Clark, 2017).

Justificación. Nuestra investigación se enmarca en un enfoque metodológico mixto, que integra técnicas cuantitativas y cualitativas para una caracterización multidimensional del estilo de vida. Se emplean instrumentos cuantitativos como el Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida, que permite medir y cuantificar sistemáticamente los constituyentes, patrones y posibles disfunciones de los estilos de vida. Por otro lado, se aplican técnicas cualitativas como la entrevista semiestructurada y el Cuestionario para la Caracterización del Estilo de Vida (EV-3), diseñados para captar las representaciones subjetivas, las narrativas personales y el significado que los participantes atribuyen a su experiencia vital. La integración de diversas metodológicas pretende lograr un análisis integral de cómo el estilo de vida, entendido como una configuración dinámica, media en el proceso de reinserción social y en el estado de salud mental.

Los estilos de vida implican dimensiones observables, como patrones de actividades y roles, cuantificables mediante instrumentos diseñados para la medición específica sus constituyentes. La misma naturaleza del estudio de los estilos de vida, y su énfasis en procesos identitarios y significados subjetivos atribuidos por los individuos, se exploran de manera más completa a través las entrevistas semiestructuradas.

La metodología cuantitativa opera los constructos teóricos en variables medibles, identificando recurrencias y jerarquías en la muestra, sin embargo, sin la profundidad hermenéutica de lo cualitativo, fenómenos como la disfuncionalidad entre valores declarados y conductas reales permanecerían poco claros; el enfoque mixto supera esta limitación al

contextualizar los datos con sus respectivas narrativas biográficas, revelando cómo los sujetos experimentan y negocian sus prácticas cotidianas.

3.3 Técnicas de Investigación

Las técnicas empleadas en esta investigación tienen como objetivo central la exploración sistemática de los constituyentes personológicos del estilo de vida, los cuales representan dimensiones que configuran la forma en la que un individuo interpreta, organiza y responde a su entorno, revelando el sentido subjetivo que cada persona otorga a su experiencia vital, en estrecha relación con su historia personal, contexto social y proyecto de vida.

3.3.1 Constituyentes Personológicos del Estilo de Vida

Se definen como aquellas cualidades comportamentales de carácter integrativas, subjetivamente determinadas, gracias a lo cual permiten el conocimiento de la personalidad a través de su estilo de vida. En estos constan el sistema de actividades vitales, sistema comunicativo, sistema de roles, orientación temporal y autorrealización personal (Mayo, 2022).

Sistema de Actividades Vitales. Este sistema se define como “la organización jerárquica del conjunto de actividades que realiza el sujeto y que expresa el sentido subjetivo que la personalidad le confiere”. El sistema de actividades se caracteriza por las atribuciones subjetivas del individuo respecto a las actividades que realiza, y el cómo estas actividades se organizan y se configuran influyen en el nivel de desarrollo de la personalidad adaptación al medio social, Se clasifican en actividades psicosomáticas (necesidades básicas), actividades funcionales (habilidades y competencias de la personalidad), actividades sociopsicológicas (relaciones interpersonales) y actividades espirituales (realización personal) (Mayo, 2022).

Sistema Comunicativo. Es la organización jerárquica del conjunto de contactos comunicativos (relaciones interpersonales) del sujeto que expresa el sentido subjetivo que la

personalidad le confiere. Este sistema no solo articula cómo el sujeto establece vínculos, sino que también regula la cooperación y coordinación en la actividad conjunta, estando estrechamente vinculado al sistema de actividades. Además, el contenido de los contactos comunicativos permite inferir el tipo de relación que el individuo mantiene con el mundo, evidenciando así su estilo comunicativo, entendido como la manera relativamente estable en que proyecta su personalidad en la interacción social. (Mayo, 2022).

Sistema de Roles. El sistema de roles se entiende como la configuración jerárquica y subjetivamente determinada del aspecto funcional de la relación individuo-sociedad, que es síntesis de condicionantes sociales e individuales y de las actividades y contactos comunicativos en el sujeto. El sistema de roles constituye una estructura jerárquica, subjetivamente organizada, que representa el aspecto funcional de la relación individuo-sociedad. Se configura como una síntesis dinámica entre los condicionantes sociales (expectativas, normas, estatus) y los factores individuales (historia personal, motivaciones, significaciones), mediada a través de la actividad y la comunicación.

Desde este enfoque, el rol no es una simple función impuesta externamente, sino una forma de expresión de la subjetividad, moldeada y reelaborada por el individuo en función de su identidad y desarrollo personal. Así, el rol es entendido como una unidad relacional e interaccional, que presupone la presencia de otros y cobra sentido tanto en el plano interpersonal como en el intrapersonal. Cada persona organiza sus roles según una jerarquía subjetiva, otorgándoles significados y niveles de compromiso distintos. (Mayo, 2022).

Orientación Temporal. Es el modo en que el individuo organiza subjetivamente su vida en relación con el pasado, el presente y el futuro. La orientación temporal regula la conducta al establecer vínculos entre experiencias pasadas, vivencias actuales y metas futuras, configurando el sentido y dirección del estilo de vida. La orientación al pasado puede adquirir un sentido positivo o negativo; el presente puede vivirse de forma hedonista o fatalista; y el

futuro se asocia con metas, planificación y anticipación de consecuencias. Desde el enfoque personológico, la orientación temporal no se reduce a una preferencia momentánea, sino que constituye una forma estable de regulación psíquica que expresa el nivel de desarrollo de la personalidad. Esta orientación impregna el comportamiento cotidiano y señala la armonía o contradicción entre el sujeto y su medio. (Mayo, 2022).

Autorrealización Personal. La autorrealización personal es un proceso que se desencadena a partir de la adquisición por el individuo de la capacidad de autodeterminación. Consiste en el proceso de construcción de la personalidad a sí misma, de acuerdo con una imagen o modelo conscientemente asumido. Este proceso se estructura a través de dos dimensiones fundamentales que son la apropiación y la objetivación. La apropiación alude a la asimilación activa y significativa de experiencias culturales y sociales que enriquecen la identidad personal, como por ejemplo la participación en actividades creativas. La objetivación implica la exteriorización de esas cualidades personales, manifestándose en comportamientos proactivos y en la transformación consciente del entorno. (Mayo, 2022).

3.3.2 Metodología para el Análisis de los Estilos de Vida

La investigación adoptará un enfoque secuencial centrado en el rol como eje estructurador del estilo de vida, basado en el trabajo de Mayo (2021). En primer lugar, se explorarán los constituyentes personológicos mediante la aplicación de una entrevista semiestructurada y el Cuestionario para la Caracterización del Estilo de Vida (EV-3), técnicas complementarias diseñadas para captar las dimensiones cualitativas y contextuales del fenómeno de estudio. Mientras la entrevista semiestructurada permite profundizar en las experiencias subjetivas y los significados que los participantes atribuyen a sus trayectorias vitales, el EV-3 posibilita una caracterización sistemática de las representaciones sobre satisfacción vital, intenciones de cambio, y es crucial para operacionalizar la función estructuradora del rol.

A través de sus preguntas en cascada de la sección IV, el EV-3 permite desglosar empíricamente cómo el rol predominante se configura a través de las actividades específicas que lo caracterizan, los temas de comunicación preferentes en su desempeño y las funciones de la comunicación que allí predominan. Esta triangulación metodológica con los instrumentos cuantitativos como es el Cuestionario Exploratorio, enriquece el análisis al contrastar las tendencias estructurales con las narrativas personales, permitiendo identificar patrones tanto resilientes como disruptivos que explican la organización actual de estos constituyentes y su influencia en el proceso de reinserción social.

Para el sistema de actividades vitales, se analizará el equilibrio entre actividades psicosomáticas, funcionales, sociopsicológicas y espirituales mediante el Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida, examinando su coherencia con el rol predominante. La entrevista semiestructurada permitirá profundizar en las manifestaciones cotidianas y significados atribuidos a estas actividades. Específicamente, se analizará la correspondencia entre el rol declarado y la práctica real del sistema de actividades, por ejemplo, si un rol laboral se correlaciona con actividades funcionales o existe un desequilibrio hacia actividades psicosomáticas que revele una configuración disfuncional, donde la hipertrofia de las necesidades básicas limite el desempeño de actividades de niveles superiores que promuevan el crecimiento humano.

La orientación temporal se estudiará mediante el Cuestionario Exploratorio con las narrativas cualitativas recogidas en la entrevista semiestructurada y el EV-3, determinando si la perspectiva hacia pasado, presente y futuro fortalece o dificulta el ejercicio del rol central. Se prestará especial atención a configuraciones disfuncionales, como roles sociales asociados a temporalidades fatalistas o desconexión entre proyectos declarados y acciones presentes, lo cual, según el modelo personológico, indica un bajo nivel de desarrollo de la personalidad y un ajuste deficiente del sujeto a su medio.

La integración de hallazgos definirá perfiles de funcionalidad. Un perfil saludable emergerá cuando converjan roles integrados, como actividades diversificadas con presencia funcional-espiritual (identificadas en el Cuestionario Exploratorio), orientación temporal proactiva (articulada en entrevistas y confirmada por los inventarios), y alta autorrealización mediante proyectos de impacto social que evidencien una faceta de objetivación activa. Contrariamente, un perfil de riesgo mostrará conflictos de rol (incoherencias entre identidad declarada y actividades reales), temporalidad fatalista (detectada en los instrumentos y las entrevistas), y baja autorrealización con limitada apropiación cultural (evidenciada en el EV-3 y las narrativas de los participantes), configuraciones comportamentales que, como se constató en la investigación base, son propias de sujetos con estilos de vida disfuncionales y propensos a la inadaptación.

3.3.2 Técnicas e Instrumentos

Entrevista Semiestructurada. La entrevista semiestructurada nos permite una exploración dinámica de experiencias subjetivas. Según Añorve (1991), esta herramienta se define como una conversación deliberada entre el investigador y el participante, estructurada para obtener información específica alineada con los objetivos del estudio. A diferencia de los encuentros sociales espontáneos, esta interacción es finita y guiada por reglas metodológicas, donde el investigador mantiene el control del flujo temático, aunque adaptándose a las normas sociales que pueden influir en el tono o la profundidad de las respuestas.

Su diseño requiere una planificación rigurosa: selección de informantes clave (expertos o personas con experiencias relevantes), elaboración de una guía de preguntas equilibrada entre apertura y estructura, y realización de pruebas preliminares para ajustar el instrumento. Como señala Flick (2012), las variantes de esta técnica (focalizada, de expertos, etc.) se eligen según los objetivos, permitiendo combinar preguntas cerradas para datos

factuales con respuestas abiertas para explorar significados complejos, lo que facilita una recolección de datos pragmática y contextualizada.

La elección de la entrevista semiestructurada se justifica por su capacidad única para generar conocimiento interpretativo y reconstruir sistemas de representación social. destacan que esta técnica crea condiciones óptimas para la interacción dialéctica entre entrevistador y entrevistado, esencial para acceder a dimensiones como creencias, emociones y motivaciones internas. Tonon (2010) enfatiza que la adaptabilidad de la entrevista semiestructurada permite ajustarse a las singularidades psicoafectivas de cada participante, facilitando el contraste de testimonios diversos y la identificación de patrones subyacentes.

La entrevista semiestructurada se justifica por su capacidad para explorar dimensiones subjetivas de los constituyentes psicológicos desde la perspectiva de las PPL. Su flexibilidad permite profundizar en significados no accesibles con técnicas cerradas: cómo definen la autorrealización o cómo perciben sus roles sociales post-cárcel. Para esta población, el diálogo respetuoso genera confianza, esta técnica es importante para el análisis del sistema comunicativo y la autorrealización, al examinar cómo proyectan su identidad en interacciones o cómo objetivan proyectos personales. Estas entrevistas pueden acercarnos a los significados de la autorrealización personal en sus dimensiones de apropiación cultural y proyectos de objetivación, así como la función mediadora del sistema comunicativo en la expresión del rol predominante. Esta técnica contextualizará cómo los patrones de interacción facilitan u obstaculizan la adaptación social post-penitenciaria, además, al indagar sobre salud mental aporta insumos directos para las recomendaciones de intervención basadas en necesidades expresadas por los propios participantes.

Cuestionario para la Caracterización del Estilo de Vida (EV-3). Tiene como objetivo recabar las representaciones subjetivas de los participantes sobre su propio estilo de vida, profundizando en dimensiones cualitativas importantes como el nivel de satisfacción

vital, las intenciones de cambio, la orientación temporal predominante, la configuración jerárquica y funcional del sistema individual de roles, y el grado de autorrealización percibido en los ámbitos laboral, de pareja y personal. Este instrumento permite explorar la lógica interna que organiza la conducta. Al ser adaptado para la población de personas privadas de libertad, busca identificar la autopercepción sobre los nexos causales entre características específicas de su estilo de vida y su situación actual, permitiendo una comprensión integral y fenomenológica que complementa el análisis estructural obtenido mediante otros instrumentos.

El cuestionario consta de 8 secciones que recogen tanto datos sociodemográficos como las dimensiones subjetivas del estilo de vida. Las secciones II y III exploran mediante preguntas abiertas la satisfacción global y las intenciones de cambio, mientras que la sección IV evalúa la orientación temporal mediante una elección entre tres proposiciones con justificación. La sección V analiza el sistema individual de roles a través de cuatro ítems en cascada que identifican roles principales, actividades asociadas, temas comunicativos y funciones de la comunicación. Las secciones VI y VII, adaptadas específicamente para PPL, investigan la autopercepción sobre la influencia del estilo de vida en la situación legal y las características atribuidas a estilos de vida delictivos. Finalmente, la sección VIII valora la autorrealización en trabajo, pareja y vida personal mediante una escala tripartita con justificación.

Su aplicación se realiza preferentemente en formato de entrevista semiestructurada, con una duración estimada de 30-45 minutos. Esta modalidad permite clarificar consignas y profundizar respuestas, particularmente en las preguntas abiertas y en la compleja sección de roles. Para la población estudiada, su adaptación específica permite identificar autopercepciones sobre los nexos entre su estilo de vida y la conducta delictiva, permitiendo

identificar alteraciones en los sistemas personológicos como las documentadas en investigaciones previas (Gutiérrez Álvarez, 1993).

Se debe comprender que solo se entiende la configuración objetiva del estilo de vida por sí misma, sino también su significado subjetivo para el participante, aportando así una caracterización integral para el diseño de intervenciones en reinserción social basadas en la autopercepción de las PPL sobre sus propios procesos de cambio y autorrealización.

Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida. Este instrumento constituye la cuarta versión desarrollada desde el enfoque personológico para caracterizar integralmente el estilo de vida. Consta de 87 ítems organizados en 10 preguntas que evalúan tanto los constituyentes personológicos como los mecanismos de integración y configuración del estilo de vida. Las preguntas I a VI se orientan a los constituyentes fundamentales: Sistema de Roles (I), Sistema de Actividades (II), Comportamiento Comunicativo (III), Orientación Temporal (IV), Autorrealización Contextual (V) y Estrategias de Afrontamiento (VI). Las preguntas VII a X exploran dimensiones integradoras y disfuncionales: Perfiles Emocionales por Contextos (VII), Comportamientos de Autocuidado (VIII), Sintomatología Asociada a Contextos (IX) y Percepción Global de Problemas (X).

La aplicación se realiza mediante una escala de tres opciones de respuesta ("No me caracteriza", "Me caracteriza", "Me caracteriza Mucho") que permite al sujeto autoevaluar la frecuencia e intensidad de cada comportamiento en su vida cotidiana. Para el análisis cualitativo se consideran los indicadores recurrentes que aparecen con mayor frecuencia en las respuestas. El instrumento puede ser autoaplicado o administrado mediante entrevista, con un tiempo estimado de 20-30 minutos, lo que lo hace viable para el contexto de reinserción donde los participantes pueden presentar limitaciones de atención y concentración.

Para la población de personas privadas de libertad, este cuestionario permite identificar la estructura del estilo de vida y los mecanismos disfuncionales y generadores de

estrés que caracterizan los estilos de vida desadaptativos. La exploración específica de sintomatología asociada a contextos (pregunta IX) y los perfiles emocionales (pregunta VII) proporciona información crucial sobre la salud mental en relación con los diferentes ámbitos de la vida. Al triangularse con otros instrumentos, permite establecer correlaciones entre configuraciones personológicas disfuncionales y problemas específicos de adaptación social, aportando así evidencia para el diseño de intervenciones diferenciadas en el proceso de reinserción.

Las técnicas implementadas en esta investigación se articulan de manera coherente para superar visiones fragmentarias del fenómeno de estudio. El Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida proporciona una caracterización sistemática y cuantificable de los patrones comportamentales, mientras que la entrevista semiestructurada y el Cuestionario EV-3 profundizan en las representaciones subjetivas y significados que los participantes atribuyen a su experiencia vital. Esta triangulación metodológica responde a la necesidad de captar el estilo de vida como una configuración dinámica, donde los datos estructurales se enriquecen con la comprensión de las lógicas internas que organizan la conducta, permitiendo así analizar cómo estas configuraciones median en los procesos de reinserción social y salud mental desde una perspectiva integral.

3.4 Consideraciones o Aspectos Éticos

Sobre la base de las directrices establecidas por el CEISH (Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos) para elaborar el consentimiento informado, se añade a continuación el escrito que se presentará a los participantes de la presente investigación, misma donde se mencionan aspectos los materiales que se emplearán (ficha de observación y entrevista semiestructurada) mediante los cuales se obtendrá la información necesaria para el proyecto investigativo, además se le aclara al participante que no supone algún riesgo físico o integral, debido a que la información mencionada durante los acercamientos serán empleadas

únicamente con fines educativos y expuesta ante docentes evaluadores. Recalcando que la participación es voluntaria y no se encuentra sujeta a permanecer en la investigación si así lo desea, es decir, que puede retirarse en cualquier momento, de ser así la información obtenida de aquel participante será eliminada del trabajo. Se expresa la importancia de mantener la confidencialidad, por lo tanto, se menciona que los nombres de los miembros participantes serán cambiados por una codificación.

Según el Reglamento Interno del CEISH ULEAM (2024) “Evaluar los aspectos éticos, metodológicos y jurídicos de los protocolos de investigación con seres humanos de conformidad a los siguientes aspectos, tomando en cuenta su relevancia para la protección de los derechos humanos de los sujetos en investigación” (p. 5).

En consecuencia, la presente investigación se enmarca en el cumplimiento estricto de los lineamientos establecidos por el CEISH, dado que involucra la participación de seres humanos. No obstante, el estudio ha sido clasificado como de mínimo impacto para los participantes y no representa riesgo o peligro alguno para su integridad. De igual manera, se implementarán los documentos y procedimientos éticos correspondientes, entre ellos: declaratoria de compromiso de confidencialidad, carta de declaración sobre la existencia o inexistencia de conflicto de interés, hoja de vida de los investigadores, carta de interés institucional emitida por la máxima autoridad, y declaración de responsabilidad suscrita por la investigadora principal. Con base en los requisitos establecidos, se procederá a la elaboración del consentimiento informado para los participantes seleccionados.

3.5 Estructura de Consentimiento Informado Para los Entrevistados:

Consentimiento Informado **Declaratoria del Consentimiento Informado**

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes

Firma del participante

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Firma del participante

Fecha

3.6 Universo, Población y Muestra

3.6.1 Universo

Existen autores que señalan al universo como la población, en cambio otros determinan al universo como todo elemento de una determinada área para investigaciones físicas, aquellas investigaciones bióticas y elementos inanimados, mientras otros autores designan el universo a las investigaciones sociales y naturales dirigidas a los estudios con seres vivos como personas.

Según Carrasco (2009), el universo es el conjunto de elementos, es decir, personas, objetos, sistemas, hechos o sucesos, entre otras, a los que pertenece la población y la muestra de la investigación y cerca relación con las variables y la problemática que se está estudiando.

De esta forma, se define al universo como un conjunto de sujetos, objetos, fenómenos, que tiene algunas características definitivas, ante la posibilidad de investigar el conjunto en su totalidad se seleccionara un subconjunto al cual se le denomina muestra. En la presente investigación, el universo corresponde a la población privada de libertad en la Cárcel “El Rodeo”, ubicada en Manabí, Portoviejo. Según datos reportados al 29 de junio de 2024, esta población se aproxima a 1,600 internos, de los cuales aproximadamente 150 son extranjeros (El Universo, 2024).

Bajo el marco jurídico del Código Orgánico Integral Penal (COIP), se desarrolló un cambio en el sistema penitenciario mediante la promoción de oportunidades para los privados de libertad. Entre los cuales se menciona: acceder al sistema progresivo y hacer cumplir las finalidades del sistema de rehabilitación social, junto a ello, se promulga el Reglamento de rehabilitación y reinserción social; sin embargo, hasta la fecha persisten las problemáticas carcelarias.

Según Machado:

Las personas privadas de libertad, durante el transcurso del cumplimiento de su condena, pasan largo tiempo encerrados en sus celdas, deambulando por los patios del centro penitenciario, o en el peor de los casos, planificando nuevos delitos. A esto, los datos señalan que el 31% de los privados de libertad poseen educación media; esta limitada preparación académica hace difícil su rehabilitación o reinserción en la sociedad. (Machado, 2019).

La reinserción social busca que las personas privadas de libertad, al cumplir su pena, puedan reincorporarse a la sociedad de forma pacífica y conforme a la ley, mediante el desarrollo de habilidades, valores, educación y capacitación laboral que beneficien tanto a ellas como a la comunidad, sin embargo, en el país este proceso se ve limitado, ya que continúa siendo más una propuesta que una realidad debido a la insuficiencia de recursos y a la ineficacia de los órganos administrativos responsables.

3.6.2 Población

Es el conjunto de sujetos u objetos de los que se desea conocer una investigación. “El universo o población puede ser constituida por personas, animales, registros médicos, nacimientos, muestras de laboratorio, accidentes viales, entre otros” (Pineda et al., 1994).

La población de una investigación es un conjunto de casos, definido, limitado y accesible que formará el referente para la elección de una muestra y cumple con diversos criterios predeterminados. Cabe aclarar que cuando se hace referencia a la población de estudio no solo se habla de seres humanos sino también puede responder a animales, familias, organizaciones, objetos, etc. Por ende, definir con claridad la población de un estudio es importante, ya que, al

concluir la investigación, los resultados obtenidos a partir de una muestra representativa permitirán su proyección o generalización al conjunto total de esa población o universo.

La población seleccionada para la presente investigación corresponde a un grupo considerado en situación de vulnerabilidad, conformado por personas privadas de libertad que se encuentran en un proceso de reinserción social, en el marco de las acciones desarrolladas por la Fundación Cáritas. Estos individuos, en su mayoría, participan en programas orientados al desarrollo de habilidades, fortalecimiento de valores y capacitación laboral, con el fin de facilitar su integración a la sociedad una vez cumplida su pena.

3.6.3 Muestra

De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2014) “El tamaño de la muestra debe determinarse en función de los objetivos del estudio, la variabilidad de la población, el nivel de confianza deseado y los recursos disponibles. Un cálculo adecuado asegura la representatividad y la validez estadística de los resultados” (p. 180).

La muestra, es entendida entonces como un subconjunto de la población total, que se selecciona mediante diversos procedimientos como fórmulas estadísticas o métodos lógicos, dependiendo de las características del estudio y los recursos disponibles, por lo tanto, diseñar adecuadamente la muestra es imprescindible, pues facilita la realización de la investigación en un tiempo razonable, ya que permite un análisis más adaptable a las variables involucradas y garantiza un mayor control sobre el proceso investigativo.

En función de los datos estadísticos obtenidos con anterioridad, y a partir de sus respectivas conceptualizaciones, se expone la muestra, en este caso, para esta selección se elaboró una ficha sociodemográfica que cuenta con aspectos relevantes sobre la variedad que caracteriza a cada informante, se mantiene como objetivo trabajar con 20 persona privadas de

libertad (PPL) que lleven un proceso de reinserción social dentro de la fundación Cáritas, y al mismo tiempo, cuenten con los criterios de inclusión y de exclusión, en este caso, la muestra es significativa y no representativa.

Criterios de inclusión. Para participar en el estudio, los informantes deben cumplir con los siguientes criterios:

- Ser una Persona Privada de Libertad (PPL) en proceso de reinserción social vinculada a la Fundación Cáritas, Manta.
- Tener 18 años o más al momento de la recolección de datos.
- Haber otorgado su consentimiento informado de manera voluntaria.
- Estar en condiciones físicas y cognitivas para responder las preguntas del estudio.
- Tener una participación activa en los programas de reinserción social de la Fundación Cáritas durante al menos los últimos tres meses.

Criterios de exclusión. Los informantes serán excluidos del estudio si cumplen con alguno de los siguientes criterios:

- Presentar alguna condición médica o psiquiátrica aguda que impida su participación durante el proceso de recolección de datos.
- Negarse a firmar o revocar el consentimiento informado en cualquier etapa del estudio.
- Tener dificultades graves de comunicación que imposibiliten la comprensión de las preguntas o la expresión de sus respuestas.
- Estar cumpliendo sanciones disciplinarias internas que restrinjan su participación en actividades externas o entrevistas.

- No pertenecer al grupo de PPL en proceso de reinserción social de la Fundación Cáritas, Manta.

3.6.4 Caracterización sociodemográfica.

Datos	Respuesta
1. Edad	años
2. Sexo	Masculino <input type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/> Prefiere no decirlo <input type="checkbox"/>
3. Nacionalidad	
4. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: _____
5. Estado civil	Soltero/a <input type="checkbox"/> Casado/a <input type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input type="checkbox"/> Viudo/a <input type="checkbox"/>
6. Número de hijos	
7. Nivel de estudios alcanzado	No estudió <input type="checkbox"/> Primaria incompleta <input type="checkbox"/> Primaria completa <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input type="checkbox"/> Secundaria completa <input type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores <input type="checkbox"/>
8. Ocupación	
9. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	_____
10. Motivo de ingreso (opcional)	_____
11. Tiempo en el programa (meses)	_____
12. Actividades que realiza actualmente	Trabajo <input type="checkbox"/> Educación <input type="checkbox"/> Actividades religiosas <input type="checkbox"/> Atención psicológica <input type="checkbox"/> Otro <input type="checkbox"/> : _____
13. Personas con quienes vive o planea vivir	Familia <input type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Otro: _____
14. Apoyo familiar que considera	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
15. Consumo actual o pasado de alcohol	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
16. Consumo actual o pasado de otras sustancias	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?:
17. Estado general de salud (según su opinión)	<input type="checkbox"/> Bueno <input type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo
18. Religión o creencia principal	

3.4 Dispositivo Metodológico

Tipo de Investigación	Método	Técnicas	Muestra	Objetivos	Procedimientos	Resultados
<p>Descriptiva Busca caracterizar o detallar un fenómeno tal como se presenta en su contexto natural, sin manipularlo ni establecer relaciones de causa-efecto. Describe propiedades, características o comportamientos de personas, grupos o procesos. Suele responder preguntas como: ¿Qué es?, ¿Cómo es?, ¿Qué características tiene?</p> <p>Inductiva Es un enfoque que parte de observaciones específicas para construir conclusiones</p>	<p>Cualitativa La investigación cualitativa se enfoca en comprender significados, experiencias y realidades sociales desde la perspectiva de los participantes, sin usar mediciones numéricas estandarizadas. Es inductiva, flexible y contextual, centrada en reconstruir el sentido de las prácticas humanas en su entorno natural.</p> <p>Enfoque mixto Integra metodologías cualitativas y cuantitativas de forma articulada, no como una</p>	<p>Ficha sociodemográfica Permite recopilar información básica de los participantes, facilitando la caracterización de la población.</p> <p>Observación participante /ficha de observación Se emplearon estas técnicas para registrar de manera sistemática la interacción social entre el entrevistador y el participante, permitiendo valorar la problemática a partir de la participación directa y la toma de apuntes durante los encuentros.</p>	<p>Personas mayores de 18 años, que formen parte del programa de Reinserción Social de la fundación Cáritas.</p> <p>20 informantes con determinadas características sociodemográficas.</p>	<p>Objetivo general Caracterizar los principales estilos de vida y salud mental en la reinserción social de PPL de la fundación Cáritas, Manta 2025.</p> <p>Objetivos específicos - Identificar los estilos de vida predominantes en las PPL, a través de las dimensiones de sistema de roles, actividades vitales, comunicación, orientación temporal y autorrealización. -Describir que estilos de vida favorecen pueden favorecer la reinserción social en PPL. -Identificar los principales indicadores de</p>	<p>Socialización y aprobación del proyecto. En primera instancia, se realizó la socialización del proyecto con las autoridades competentes, con el propósito de presentar los objetivos, alcance y relevancia de la investigación, obteniendo la autorización institucional para su ejecución.</p> <p>Selección de los informantes. Una vez aprobado el proyecto, se procedió a la selección de los informantes, considerando los criterios de inclusión previamente establecidos, tales como pertenencia al grupo de estudio, disponibilidad y aceptación voluntaria</p>	<p>De acuerdo con el tema del proyecto de investigación y los objetivos planteados, se analizaron las características relevantes de los actores involucrados en el contexto de estudio, permitiendo comprender su comportamiento y necesidades en relación con el impacto esperado. Del mismo modo, se desarrollaron de manera satisfactoria los capítulos I, II y III, cumpliendo con sus respectivos epígrafes y</p>

<p>generales o hipótesis. A través del análisis de casos concretos y repetitivos, permite identificar patrones comunes y generar conocimiento.</p>	<p>simple suma de técnicas, sino mediante un enfoque dialéctico y complementario que busca una comprensión integral del fenómeno.</p>	<p>Entrevista semiestructurada: Conversación guiada pero flexible que permite explorar las experiencias, creencias y emociones del participante.</p>		<p>bienestar psicológico, sintomatología emocional y resiliencia que configuran el perfil de salud mental de los participantes. -Proponer recomendaciones para la promoción de estilos de vida saludables y el fortalecimiento de la salud mental en el proceso de reinserción social.</p>	<p>para participar en la investigación. Explicación del estudio y obtención del consentimiento informado. Posteriormente, se explicó a los participantes la finalidad del estudio, los procedimientos a desarrollar, la confidencialidad de la información y sus derechos como participantes, procediendo a la firma del consentimiento informado. Aplicación de la ficha sociodemográfica A continuación, se aplicó la ficha sociodemográfica con la finalidad de recopilar información relevante para la caracterización de los informantes. Aplicación de los instrumentos de evaluación. Seguidamente, se</p>	<p>lineamientos metodológicos.</p>
<p>Clasificatoria Consiste en organizar y agrupar datos o fenómenos en clases o categorías con base en similitudes, características compartidas o atributos comunes. Implica un esfuerzo sistemático para ordenar la información y hacerla comprensible.</p>						
<p>Exploratoria Es un tipo de investigación que se aplica cuando el</p>						

<p>tema es poco estudiado o existe incertidumbre al respecto. Su objetivo es descubrir, comprender y abrir camino hacia nuevas líneas de estudio.</p> <p>Se caracteriza por una metodología flexible, abierta y adaptable, ya que no siempre se cuenta con antecedentes suficientes para formular hipótesis claras. Puede incluir métodos cualitativos, cuantitativos o ambos.</p>					<p>aplicaron los instrumentos EV-3 y el Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida, siguiendo los lineamientos metodológicos establecidos.</p> <p>Recolección y sistematización de la información</p> <p>Posteriormente, se realizó la recolección, organización y depuración de los datos obtenidos, garantizando su adecuada sistematización.</p> <p>Análisis de la información</p> <p>Se efectuó el análisis de las actividades vitales, el sistema de roles, el sistema comunicativo y los niveles de autorrealización, en función de los resultados obtenidos.</p> <p>Análisis e interpretación de resultados</p>	
--	--	--	--	--	---	--

					Con base en la información analizada, se procedió al análisis e interpretación de los resultados, en correspondencia con los objetivos planteados.	
--	--	--	--	--	--	--

CAPÍTULO 4: RESULTADOS

El presente capítulo desarrolla el análisis interpretativo de los resultados obtenidos en la investigación, tomando como referencia el modelo personológico del estilo de vida; el propósito central de este análisis es identificar, describir y relacionar las configuraciones del estilo de vida, su relación con la salud mental y las perspectivas de reinserción social de las Personas Privadas de Libertad (PPL) participantes en el programa de la Fundación Cáritas.

Con base en los datos obtenidos mediante la aplicación de los cuestionarios EV-3 (Cuestionario para la Caracterización del Estilo de Vida), el Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida y las entrevistas semiestructuradas, se procedió a organizar la información para explorar las características particulares que definen el estilo de vida de los informantes. Esta caracterización constituye una base para comprender cómo ciertas configuraciones personológicas se asocian con diferentes estados de salud mental y expectativas de reintegración social.

El análisis se organiza considerando las dimensiones fundamentales del estilo de vida evaluadas por los instrumentos, las cuales se articulan en torno a los siguientes constituyentes personológicos:

- Sistema Individual de Roles
- Sistema Individual de Actividades
- Sistema de Contactos Comunicativos
- Orientación Temporal
- Autorrealización personal

Cada una de estas dimensiones fue examinada con el propósito de identificar patrones comunes, particularidades y elementos distintivos que permitan comprender cómo determinadas configuraciones del estilo de vida se vinculan con la sintomatología asociada a

los contextos de vida, la percepción global de los problemas y, en última instancia, con los desafíos que emergen en el proceso de reinserción social.

En función de este análisis, se proponen configuraciones tipológicas del estilo de vida, orientadas a sintetizar sus principales características y a ofrecer una interpretación coherente del modo en que dichas configuraciones inciden en el bienestar psicosocial y en los procesos de cambio dirigidos a la reinserción social de los informantes, lográndose identificar tres configuraciones diferenciadas:

Familiar-Reparador

La familia no figura únicamente como un apoyo, sino como motor del sentido de vida y el marco de referencia para todas sus decisiones y acciones cotidianas. Su sistema de actividades se estructura coherentemente alrededor de este eje: trabajan para proveer a sus hijos, cuidan su salud para estar disponibles para su familia, rechazan activamente las "malas amistades" que asocian con su pasado delictivo, y organizan su tiempo libre en función de la convivencia familiar.

La dimensión comunicativa revela una red altamente selectiva y protectora, construyendo un círculo cerrado donde la pareja, los hijos, los padres o los hermanos constituyen prácticamente la totalidad de sus contactos significativos, saben que ciertos entornos y personas representan riesgo de reincidencia, por lo que eligen activamente el aislamiento de esos contextos. La orientación temporal de esta configuración es predominantemente futura, combinada con un uso funcional del pasado como aprendizaje, no niegan su historia delictiva, pero tampoco quedan atrapados en ella.

Esta proyección es concreta y dirigida a objetivos relacionados con la esfera familiar. Su autorrealización está en proceso de construcción, vinculada directamente al éxito en el desempeño de sus roles familiares, se sienten realizados cuando logran proveer, cuando ven a sus hijos felices, cuando recuperan la confianza de su pareja o el orgullo de sus padres. Esta

configuración representa una vía de reinserción a través de la reparación de los vínculos deteriorados durante el proceso de encarcelamiento, intentando compensar mediante responsabilidad, presencia y cuidado. Es el grupo más numeroso (55%), lo que sugiere que para muchos hombres privados de libertad, la familia constituye el anclaje afectivo y simbólico más potente para sostener el cambio y dar sentido a la vida en libertad.

Laboral-Autónomo

Los participantes correspondientes a esta configuración han construido su identidad postpenitenciaria alrededor del rol de trabajador, profesional o proveedor autosuficiente, subordinando los roles familiares a esta dimensión laboral-productiva, el trabajo para este grupo se convierte en una fuente de identidad, orgullo y autorrealización. El sistema de actividades de este grupo es funcional-psicosomático con énfasis en la productividad y el autocuidado: trabajan intensamente, cuidan su apariencia y salud física de manera sistemática, y muestran una ética del trabajo como eje de la reinserción.

Su red comunicativa es pragmática e instrumental. En esta configuración las conversaciones giran en torno al ámbito laboral, temas relacionados al oficio, economía, o desarrollo profesional. La familia existe como apoyo emocional básico, especialmente la pareja, pero no estructura la cotidianidad ni constituye el espacio principal de comunicación significativa, su orientación temporal combina un presente funcional con proyección futura material. La autorrealización en este grupo es estable y alta, basada en la sensación de competencia, autonomía y logro productivo. Esta configuración representa una vía de reinserción a través de la autonomización y la autosuficiencia.

Este grupo constituye el 20%, lo que sugiere que esta configuración requiere condiciones específicas, probablemente mayor capital educativo, habilidades técnicas, redes laborales accesibles, o una historia familiar menos central en la biografía del sujeto. Estos

hombres han elegido construirse a sí mismos principalmente a través del hacer productivo, más que a través del vínculo afectivo familiar.

Laboral-Frágil

Esta configuración agrupa a participantes cuyo estilo de vida presenta desarticulación entre sus constituyentes personológicos, evidenciando una estructura frágil, ambivalente o poco integrada que puede dificultar la construcción de un proyecto coherente de reinserción.

A diferencia de las dos configuraciones anteriores, donde existe un eje organizador claro, basado en la familia o el trabajo, aquí los roles no están consolidados. El sistema de actividades generalmente muestra bajo activismo funcional, no conciben el trabajo u estudio como actividades propias, predominan actividades psicosomáticas básicas como el descanso, o un cuidado mínimo de salud; y sociopsicológicas, como reuniones familiares sin participación activa. Se presenta una ausencia de actividades que impliquen desarrollo de competencias, aprendizaje o productividad sostenida.

El sistema comunicativo sugiere ambivalencia. La familia figura como fuente de apoyo, pero también como propiciadora de conflicto, tristeza y ansiedad. Las redes de apoyo están presentes, pero se caracterizan por desconfianza, o se reducen a un solo vínculo significativo. La orientación temporal tiende hacia el pasado negativo, presente fatalista o una proyección futura débil que suele depender de factores externos. La autorrealización es baja, fragmentada o externamente dependiente.

Esta configuración representa trayectorias de alto riesgo, por lo que puede dificultar reinserción sostenida. Constituyen el 20% de la muestra, parecen tener dificultades para consolidar un estilo de vida funcionalmente integrado, durante el momento de realización del estudio, requiriendo probablemente intervención multidimensional para consolidar roles, con actividades que aporten significado en la realidad post-penitenciaria, proporcionar

herramientas para la mediación de conflictos en las relaciones interpersonales y facilitar la construcción de un proyecto de vida con dirección clara.

4.1 Análisis e Identificación de Configuraciones de Estilos de Vida

El presente apartado analiza el bloque abierto de las entrevistas, considerando cómo los participantes narran su vida cotidiana, sus roles predominantes y la importancia que atribuyen a estos en sus procesos de reinserción social para ejemplificar las configuraciones de estilos de vida identificadas, se utilizan verbatim textuales, y cumplen una función ilustrativa, no representativa de la totalidad de los casos.

Configuración de Estilo de Vida “Familiar-Reparador”

En esta configuración, el rol familiar se posiciona como eje central de la organización del estilo de vida. Los participantes estructuran sus actividades, decisiones y proyecciones futuras en función del bienestar de la familia, asignándole un valor identitario y reparador; además, la salud mental se ve fortalecida por el sentido de propósito que otorga la familia, lo que convierte a la reinserción en un acto de reparación afectiva y responsabilidad moral.

VERBATIMS:

“Porque estoy con mi familia. Porque tengo mi trabajo para poderlo ayudar día a día.”
(Participante 007)

“Mi meta principal es la estabilidad económica para mis hijos. Quiero terminar de realizarme como trabajador y ser un ejemplo de valores para ellos. Reconozco mis errores y tengo el deseo de cambiar; quiero que mi hogar sea un lugar tranquilo y seguir adelante con mi pareja, mejorando cada día la convivencia. Solo quiero vivir el presente de forma correcta para asegurar el futuro de mis pelados.”

(Participante 020)

Estilo de Vida “Laboral-Autónomo”

Este estilo se caracteriza por la centralidad del rol laboral, articulado con una red de apoyo afectiva con menor participación pero igualmente significativa; el trabajo es concebido como una forma de responsabilidad, utilidad e inserción social, mientras que los vínculos

cercanos cumplen una función de soporte emocional. En este grupo, la salud mental se apoya en el sentimiento de utilidad y autonomía; en el caso de la reinserción, se logra a través del trabajo como eje dignificador que permite al sujeto visualizar una vejez estable.

VERBATIMS:

“Me gusta la agricultura. Me encanta salir y pasar más tiempo porque me gusta construir la naturaleza: sembrar árboles, sembrar cacao, sembrar coco, sembrar lo que más me favorece: el mango, el guineo... de todo eso.”

(Participante 003)

“Bueno, lo principal ya pensando en mi vejez, tener mi... una casita ya bien estabilizada y un negocio para yo poder subsistir, porque ya vamos hacia arriba, ya vamos hacia... hacia ser viejos ya, la edad va pasando, ya vamos... somos personas ya mayores.”

(Participante 016)

Estilo de Vida “Laboral-Frágil”

En esta configuración, el rol laboral organiza la rutina diaria del sujeto, pero sin un sostén vincular afianzado; los discursos evidencian una orientación predominante hacia la autosuficiencia, con limitaciones en el sistema comunicativo y una menor presencia de redes de apoyo estables. Particularmente en este estilo, se muestra una salud mental vulnerable, donde aparecen signos de estancamiento; la reinserción por su parte es inestable, pues depende de factores externos y carece de un soporte emocional establecido que mitigue la desesperación.

VERBATIMS:

“A veces en la desesperación cuando uno tiene hijos y ve que no tienen qué comer... en esa forma somos un poquito débiles por la familia. Pero hay que tratar de buscar trabajo así sea por ahí, haciendo cualquier actividad para salir.”

(Participante 005)

“Me levanto un poco tarde. Hay días que me despierto y digo “¿para qué?”, como que me siento estancado, cuando me pasa eso, me quedo acostado o me pongo a ver televisión todo el día. Me da como una desgana de todo, pero después pienso en mi mamá y me levanto a ver qué se hace.”

(Participante 017)

4.2 Análisis por variables sociodemográficas

Los 20 participantes del estudio son personas en proceso de reinserción social que se encuentran en régimen de prelibertad, cumpliendo medidas alternativas a la privación de libertad bajo supervisión del programa de Cáritas Manta. La muestra incluye 20 hombres con edades comprendidas entre 29 y 60 años, con una edad promedio de 39.6 años.

Tabla 1

Características sociodemográficas de los participantes

Variable	Categoría	n	%
Sexo	Masculino	20	100%
Edad	29-35 años	8	40%
	36-45 años	7	35%
	46-60 años	5	25%
Estado civil	Casado/Unión libre	14	70%
	Soltero/Separado	6	30%
Nivel educativo	Sin estudios/Primaria	4	20%
	Secundaria incompleta/completa	15	75%
	Estudios técnicos/superiores	1	5%
Tiempo de privación de libertad	1-5 años	6	30%
	6-10 años	11	55%
	11-13 años	3	15%

En cuanto a los motivos de ingreso al sistema penitenciario, se identificó que el delito más prevalente es el tráfico o posesión de sustancias sujetas a fiscalización (n=6, 30%), seguido de asesinato u homicidio (n=5, 25%) y robo agravado (n=3, 15%). Otros delitos incluyen abuso sexual (n=2, 10%), trata de personas y asalto. El apoyo familiar percibido muestra una polarización entre los niveles alto (n=8, 40%) y medio (n=8, 40%), mientras que

un 20% (n=4) percibe un apoyo bajo. Respecto al consumo de sustancias, 11 participantes (55%) reportaron consumo de alcohol en su historial, y una cifra idéntica (n=11, 55%) reconoció el consumo previo o actual de otras sustancias como marihuana, cocaína y pasta base.

4.2.1 Caracterización sociodemográfica por constituyentes

4.2.1.1 Caracterización sociodemográfica por Edad

29 a 35 años

Tabla 2

Indicadores del rango de edad 29 a 35 años (8 participantes)

Constituyente	Indicadores
Sistema de Roles	Rol familiar: 100% (8/8) Subtipos de rol primario: <i>Padre</i> (37.5%), <i>Esposo/Pareja</i> (37.5%), <i>Hijo</i> (25%).
Sistema de Actividades	Predominio funcional: 62.5% (5/8). Predominio psicossomático: 37.5% (3/8).
Sistema Comunicativo	Red orientada a la familia: 37.5% (3/8). Gestión de relaciones sociales: 25% (2/8). Gestión emocional: 25% (2/8). Red de apoyo: 12.5% (1/8).
Orientación Temporal	Integración Pasado-Futuro: 62.5% (5/8). Orientación al futuro: 25% (2/8). Orientación al presente hedonista: 12.5% (1/8).
Autorrealización	Nivel medio: 87.5% (7/8). Equilibrio objetivación-apropiación: 62.5% (5/8). Objetivación: 25% (2/8).

- **Sistema de Roles:** La totalidad del grupo organiza su identidad postpenitenciaria en torno a un rol familiar (ser Padre, Esposo o Hijo). Para los hombres de este rango de edad, la familia es la principal fuente de sentido y reparación después del

encarcelamiento. La distribución de los roles (Padre, Esposo, Hijo) muestra las diferentes vías a través de las cuales se concreta este proceso de resignificación, donde la paternidad figura como eje central de la vida postpenitenciaria, la pareja como parte importante de la red de apoyo, o las relaciones padres/hijo se dirigen hacia el reaprendizaje y la reparación de los vínculos anteriormente afectados.

- **Sistema de Actividades:** Se evidencia una mayoría (62.5%) cuyo día a día se estructura alrededor de actividades funcionales (trabajo, estudio), mientras que una parte significativa (37.5%) centra su energía en actividades psicosomáticas (cuidado de la salud, descanso). Mientras algunos priorizan la reconstrucción de una identidad productiva y económica, otros enfatizan la recuperación del bienestar físico y emocional.
- **Sistema Comunicativo:** Se observa un estilo comunicativo predominantemente cauteloso, protector y centrado en la gestión. La categoría más frecuente es la orientación a la estabilidad familiar (37.5%), seguida de la gestión de relaciones ambivalentes (25%) y la gestión emocional en un círculo íntimo (25%). Esto evidencia que la comunicación busca consolidar y proteger los vínculos existentes, gestionando el riesgo percibido en las relaciones más amplias.
- **Orientación Temporal:** El indicador principal es el perfil temporal mixto (62.5%), que integra de manera activa el pasado en la proyección de futuro. Esto sugiere una elaboración psicológica de la experiencia carcelaria y delictiva, donde el pasado se procesa como una lección (positiva o negativa) que informa y da dirección a los planes futuros. La menor frecuencia de una orientación pura al futuro (25%) o al presente (12.5%) refuerza que, para este grupo, el proceso de mirar hacia adelante está íntimamente ligado a la reinterpretación de lo vivido.

- **Autorrealización:** El indicador clave es el predominio de un nivel medio de autorrealización (87.5%), asociado a un enfoque de equilibrio (62.5%) entre la obtención de logros externos (objetivación) y el crecimiento interno (apropiación). Esto caracteriza una fase de evaluación y construcción progresiva, donde el sentido de logro es parcial y contingente al avance en múltiples áreas de la vida. El único caso de nivel alto (12.5%) está vinculado a un enfoque centrado en la objetivación (logros laborales y de autonomía concretos), sugiriendo que la consolidación de una identidad productiva estable puede acelerar y solidificar la sensación de realización personal.

36 a 45 años

Tabla 3

Indicadores del rango de edad 36 a 45 años (7 participantes)

Constituyente	Categorías y Porcentajes
Sistema de Roles	Rol Familiar: 85.7% (6/7). Rol Laboral: 14.3% (1/7).
Sistema de Actividades	Predominio Psicossomático: 71.4% (5/7). Predominio Funcional: 28.6% (2/7).
Sistema Comunicativo	Gestión de relaciones sociales: 42.9% (3/7). Red orientada a la familia: 28.6% (2/7). Gestión emocional: 14.3% (1/7). Guía/Influencia: 14.3% (1/7).
Orientación Temporal	Orientación al futuro: 57.1% (4/7). Integración Presente-Futuro: 42.9% (3/7).
Autorrealización	Nivel Alto: 100% (7/7). Equilibrio objetivación-apropiación: 57.1% (4/7); Objetivación: 42.9% (3/7).

- **Sistema de Roles:** Se mantiene el predominio del rol familiar (85.7%). En este rango se identifica también identidades que se articulan alrededor del rol laboral (14.3%) donde la consolidación profesional logra convertirse en el núcleo identitario principal.

- **Sistema de Actividades:** Se manifiesta un incremento del predominio de actividades psicosomáticas (71.4%). Esto puede interpretarse como una mayor inversión en el autocuidado y la salud, posiblemente como respuesta al desgaste acumulado tras el proceso penitenciario o como una base para sostener su integridad física y mental frente a otros proyectos. Las actividades funcionales, aunque presentes, tienen una menor preponderancia.
- **Sistema Comunicativo:** Se evidencia en este grupo la gestión y construcción de redes sociales más allá de la familia (42.9%), lo que puede sugerir una reinserción comunitaria. También aparece una comunicación orientada a la guía e influencia en otros, indicando el desarrollo de roles de liderazgo o mentoría.
- **Orientación Temporal:** Se consolida una clara orientación hacia el futuro (57.1%), y el resto mantiene una proyección futura combinada con un presente activo. El pasado deja de ser un componente explícito en la autodescripción temporal, lo que denota una mayor capacidad para desvincularse de la experiencia carcelaria y enfocarse en la construcción por venir.
- **Autorrealización:** Es notable el salto a un nivel alto de autorrealización en el 100% de los casos. Esto refleja que, en esta década, los participantes experimentan un sentimiento sólido de logro y eficacia personal. El enfoque se divide entre un equilibrio y una contracción en la objetivación, mostrando que este logro se sustenta tanto en resultados concretos como en procesos internos.

46 a 60 años

Tabla 4

Indicadores del rango de edad 46 a 60 años (5 participantes)

Constituyente	Categorías y Porcentajes
Sistema de Roles	Rol Familiar: 100% (5/5).

Sistema de Actividades	Predominio Psicossomático: 80% (4/5). Predominio Funcional: 20% (1/5).
Sistema Comunicativo	Red orientada a la gestión emocional: 60% (3/5). Gestión de conflictos/ambivalencia: 40% (2/5).
Orientación Temporal	Integrado con énfasis en pasado: 60% (3/5) Presente-Futuro: 40% (2/5: 011, 005)
Autorrealización	Nivel Medio: 80% (4/5) Bajo: 20% (1/5). Enfoque de Objetivación: 60% (3/5); Equilibrio entre objetivación y apropiación: 20% (1/5).

- **Sistema de Roles:** La totalidad del grupo estructura su identidad en torno a roles familiares. El 80% sitúa el rol de Padre como organizador central de identidad y proyecto de vida post-penitenciario. El 20% restante organiza su sistema en torno a los roles de Esposo y Padre de manera conjunta. Esta configuración sugiere que en los participantes mayores los roles familiares operan como único eje de sentido y autorrealización.
- **Sistema de Actividades:** Una parte significativa (80%) estructura su rutina en torno a actividades psicossomáticas (cuidado de salud, ejercicio físico, descanso), y priorizan el mantenimiento del bienestar corporal y la gestión del estrés. Existe una minoría (20%) presenta una configuración funcional-sociopsicológica donde el trabajo y las relaciones interpersonales estructuran la vida cotidiana.
- **Sistema Comunicativo:** En la mayoría la comunicación se vuelve predominantemente introspectiva y reguladora, con un énfasis en la gestión emocional (60%). Un segundo grupo, se enfocan en la gestión de conflictos, marcados por ambivalencia en la familia, donde esta puede figurar como una fuente de apoyo y conflicto, tristeza o ansiedad (40%) Esta sugiere una tendencia hacia la selectividad comunicativa, priorizando vínculos inmediatos.

- **Orientación Temporal:** Una parte importante integra resignifica la experiencia de privación de libertad como aprendizaje, combinado con orientaciones hacia presente y futuro (60%). La integración de la experiencia vital completa (con un pasado que a menudo es negativo) se vuelve central, combinándose con una proyección futura que probablemente tiene un horizonte más cercano.
- **Autorrealización:** El nivel de autorrealización desciende respecto al rango anterior, predominando un nivel medio (80%) e incluso apareciendo un nivel bajo (20%). El enfoque se inclina hacia la objetivación (60%), sugiriendo que la evaluación del logro personal depende más de los resultados y legados concretos que de procesos internos, y que esta evaluación puede ser más crítica o menos satisfactoria en esta etapa.

4.2.1.2 Caracterización sociodemográfica por Estado Civil

Tabla 5

Indicadores en el subgrupo Casado/Unión Libre (14 participantes)

Constituyente	Indicadores
Sistema de Roles	Rol familiar: 100% (14/14) Subtipos: Padre (71.4%, 10/14), Esposo (21.4%, 3/14), Hijo (7.1%, 1/14)
Sistema de Actividades	Predominio psicossomático-sociopsicológico: 64.3% (9/14) Predominio funcional-sociopsicológico: 28.6% (4/14) Predominio profesional-académico: 7.1% (1/14)
Sistema Comunicativo	Red orientada a la familia: 71.4% (10/14) Red amplia: 21.4% (3/14) Red orientada a servicio: 7.1% (1/14)
Orientación Temporal	Orientación presente-futuro: 64.3% (9/14) Integración pasado-presente-futuro: 21.4% (3/14) Orientación predominante al futuro: 14.3% (2/14)
Autorrealización	Nivel medio/parcial de autorrealización: 64.3% (9/14)

Nivel alto de autorrealización: 21.4% (3/14)

Nivel bajo/fragmentado: 14.3% (2/14)

- **Sistema de Roles:** La totalidad del grupo estructura su identidad postpenitenciaria alrededor de roles familiares, con una marcada preponderancia del rol de Padre. Este dato sugiere que para los hombres casados o en unión libre, la paternidad constituye el principal organizador del sentido de vida y un recurso de reparación identitaria tras la privación de libertad. El rol de Esposo aparece en segundo, evidenciando la importancia de la función conyugal en la gestión del hogar, la estabilidad emocional y el proyecto rehabilitador. Solo un caso prioriza el rol de Hijo, reflejando una configuración donde la familia de origen mantiene centralidad sobre la familia nuclear.
- **Sistema de Actividades:** Se evidencia una tendencia hacia una configuración psicósomática-sociopsicológica (64.3%), caracterizada por la importancia del autocuidado, la gestión del estrés y el fortalecimiento de vínculos afectivos. Esto sugiere que la mayoría busca la estabilización emocional y la tranquilidad como estrategia de reinserción, organizando rutinas salutogénicas (ejercicio, descanso, libertad corporal) integradas con la convivencia familiar. Un grupo significativo (28.6%) organiza su vida en torno a actividades funcionales-sociopsicológicas, integrando el trabajo productivo con la vida familiar como eje de sustento y realización. Un caso (7.1%) evidencia un sistema profesional-académico orientado al Derecho y el servicio voluntario.
- **Sistema Comunicativo:** Predomina una red selectiva y cerrada centrada en la familia (71.4%), donde la comunicación tiende a limitarse al núcleo familiar (pareja, hijos, padres) como estrategia protectora frente a contactos percibidos como riesgosos (malas amistades). Este patrón refleja un estilo comunicativo que prioriza la

seguridad, la regulación emocional y la cooperación, con rechazo explícito a entornos asociados con riesgo de recaída. El 21.4% presenta redes amplias pero marcadas por ambivalencias y conflictos, sugiriendo dificultades en la gestión de vínculos extrafamiliares. Un caso (7.1%) muestra un sistema expresivo amplio orientado al servicio, la influencia y el consejo.

- **Orientación Temporal:** El indicador principal es la orientación al presente con proyección futura (64.3%), que combina un anclaje pragmático en la situación actual con metas concretas y esperanzadoras (estabilidad económica, provisión familiar, vejez estable). Esta configuración evita el fatalismo y permite una organización cotidiana funcional orientada a objetivos específicos, actuando como mecanismo autorregulador. El 21.4% evidencia un perfil temporal equilibrado que integra el pasado como aprendizaje, el presente como espacio de acción y el futuro como horizonte motivador. El 14.3% se orienta predominantemente al futuro, con fuerte planificación de vida centrada en metas profesionales o familiares concretas.
- **Autorrealización:** La mayoría (64.3%) reporta un nivel medio o parcial de autorrealización, caracterizado por logros en áreas específicas como la familia y el trabajo. Este patrón refleja una fase de transición donde la satisfacción está condicionada al avance progresivo en múltiples esferas, con dependencia crítica de la capacidad de provisión económica familiar. El 21.4% alcanza un nivel alto vinculado a la consolidación de estabilidad laboral, autonomía económica, desempeño exitoso de roles familiares y, en un caso, trascendencia profesional-espiritual. El 14.3% presenta autorrealización baja o fragmentada, marcada por frustración, dependencia externa de la pareja, precariedad laboral y dificultades para transformar circunstancias.

Soltero/Separado/Divorciado**Tabla 6***Indicadores en el subgrupo Soltero/Separado/Divorciado (6 participantes)*

Constituyente	Indicadores
Sistema de Roles	Rol familiar: 100% (6/6) Subtipos de rol primario: Padre (66.7%, 4/6), Hijo (33.3%, 2/6)
Sistema de Actividades	Predominio funcional-sociopsicológico: 50% (3/6) Predominio psicossomático: 33.3% (2/6) Predominio funcional-sociopsicológico-espiritual: 16.7% (1/6)
Sistema Comunicativo	Red centrada en familia: 50% (3/6) Red amplia pero superficial/conflictiva: 33.3% (2/6) Red reducida con apoyo ambivalente: 16.7% (1/6)
Orientación Temporal	Orientación presente-futuro: 50% (3/6) Integración pasado-presente-futuro: 33.3% (2/6) Orientación presente: 16.7% (1/6)
Autorrealización	Nivel medio/parcial de autorrealización: 50% (3/6) Nivel alto de autorrealización: 16.7% (1/6) Nivel bajo/fragmentado: 33.3% (2/6)

- **Sistema de Roles:** La totalidad del grupo organiza su identidad en torno a roles familiares, con predominio del rol de Padre (66.7%). Esto sugiere que para hombres sin pareja estable la paternidad opera como fuente de sentido y responsabilidad. El 33.3% prioriza el rol de Hijo, una proporción significativamente mayor que en el grupo casado, evidenciando que la ausencia de relación conyugal estable puede reorientar la vinculación hacia la familia de origen (padres) como principal red de apoyo.
- **Sistema de Actividades:** La mitad del grupo (50%) evidencia una configuración funcional-sociopsicológica, donde el trabajo productivo y las relaciones

interpersonales estructuran la vida cotidiana. Este patrón refleja un énfasis en la reconstrucción de una identidad laboral y la consolidación de vínculos afectivos fuera del ámbito conyugal. El 33.3% presenta un sistema psicósomático con productividad limitada, caracterizado por bajo activismo, rechazo de actividades laborales/estudio como características, rutina de descanso y consumo pasivo, evidenciando dificultades para estructurar actividad vital significativa y sostenida. Un caso muestra un sistema de actividades más integrado, que abarca actividades funcionales, sociopsicológicas y espirituales con un fuerte componente religioso.

- **Sistema Comunicativo:** La mitad del grupo evidencia una red selectiva centrada en la familia de origen (padres), pareja no conviviente o núcleo reducido (madre-esposa), funcionando como principal soporte emocional e instrumental, con rechazo activo de contactos riesgosos. El 33.3% presenta redes amplias pero superficiales o conflictivas, caracterizadas por alta desconfianza, relaciones no duraderas por discusiones, ambivalencia donde la familia es simultáneamente soporte y fuente de malestar (fracaso, conflicto, tristeza, ansiedad). Un caso muestra red equilibrada con integración padre-trabajador-amigo, aunque con información limitada en el documento.
- **Orientación Temporal:** La mitad del grupo se orienta al presente con proyección futura, combinando anclaje pragmático en situación actual con metas concretas de estabilidad, como consolidar un matrimonio, trabajo estable, o tener una casa propia. El 33.3% muestra perfil temporal complejo que integra pasado-presente-futuro, donde las experiencias previas figuran como un recordatorio que impulsa una mejor planificación futura, pero también pueden generar tensión, debido a la percepción de ser juzgados por la familia, o los sentimientos de angustia por el recuerdo de los fracasos del pasado. Un caso (16.7%) presenta orientación presente con fuerte

influencia del pasado como carga, futuro percibido con baja agencia, aproximándose a rasgos fatalistas.

- **Autorrealización:** La distribución es más heterogénea que en el grupo casado. La mitad reporta nivel medio/parcial, vinculado a logros en áreas específicas (trabajo, familia) pero con una sensación de tener un proyecto inconcluso, dependiente de materializar roles (proveedor, capitán) o alcanzar autonomía laboral. Un caso alcanza nivel alto, en el que se sugiere que una autonomía laboral consolidada, independencia económica y capacidad de autogestión exitosa contribuyen ampliamente. El 33.3% presenta nivel bajo/fragmentado, caracterizado por frustración marcada, dependencia de factores externos, baja proactividad, dificultades para transformar circunstancias, y fragilidad ante "enredos emocionales" y contextos de riesgo, reflejando mayor vulnerabilidad psicosocial.

4.2.1.3 Caracterización sociodemográfica por Nivel Educativo

Sin Estudios / Educación Primaria

Tabla 7

Indicadores en el subgrupo Sin Estudios/Educación Primaria (5 participantes)

Constituyente	Indicadores
Sistema de Roles	Rol familiar: 100% (5/5) Subtipos de rol primario: Padre (60%, 3/5), Hijo (40%, 2/5)
Sistema de Actividades	Predominio psicossomático-sociopsicológico: 60% (3/5) Predominio funcional-sociopsicológico: 20% (1/5) Predominio funcional-sociopsicológico-espiritual: 20% (1/5)
Sistema Comunicativo	Red centrada en familia: 80% (4/5) Red ambivalente: 20% (1/5)

Orientación Temporal	<p>Orientación presente-futuro: 40% (2/5)</p> <p>Integrado pasado-presente-futuro: 20% (1/5)</p> <p>Orientación presente-pasado: 20% (1/5)</p> <p>Orientación presente fatalista: 20% (1/5)</p>
Autorrealización	<p>Nivel medio/parcial de autorrealización: 60% (3/5)</p> <p>Nivel alto de autorrealización: 20% (1/5)</p> <p>Nivel bajo/fragmentado: 20% (1/5)</p>

- Sistema de Roles:** La totalidad del grupo organiza su identidad postpenitenciaria en torno a roles familiares. El 60% prioriza el rol de Padre, aunque se evidencian tensiones entre expectativa social del rol paterno y autoevaluación negativa del desempeño, sugiriendo la existencia de un conflicto de rol o identidad paterna frágil. El 40% centra su identidad en el rol de Hijo, sugiriendo que en este nivel educativo la familia de origen puede constituir el principal escenario de reparación identitaria, especialmente cuando existe unión libre o estado civil soltero.
- Sistema de Actividades:** Predomina la configuración psicósomática-sociopsicológica (60%), caracterizada por priorización del autocuidado físico (ejercicio, descanso, disfrute de libertad), gestión del estrés y estabilidad de vínculos primarios, con bajo interés en apropiación cultural compleja o información técnica. Un caso evidencia el extremo negativo, caracterizado por un bajo activismo, evitación, rechazo de trabajo/estudio, dificultades para estructurar actividad vital significativa. Otro caso una muestra configuración funcional-sociopsicológica orientada al trabajo. Y el caso restante presenta configuración funcional-sociopsicológica-espiritual diversificada con fuerte componente religioso.
- Sistema Comunicativo:** En el 80% de los participantes predomina una red comunicativa selectiva y cerrada centrada en la familia, con una restricción deliberada de contactos extrafamiliares percibidos como factores de riesgo. Este patrón refleja un

estilo comunicativo de carácter protector que busca consolidar familia como la red principal de apoyo. Uno de los casos (20%) evidencia ambivalencia en la esfera familiar, que opera como fuente simultánea de alegría y conflicto.

- **Orientación Temporal:** El 40% muestra orientación presente con proyección futura, combinando aceptación del presente de libertad con planificación proactiva (vejez, trabajo estable hijos), evitando fatalismo. Uno de los casos (20%) evidencia un perfil temporal complejo con peso significativo del pasado como recordatorio constante de las consecuencias de sus actos, lo que impulsa su proyección futura de mantenerse en libertad. Otro caso individual (20%) muestra orientación enfocada al presente con influencia del pasado como. El 20% restante presenta orientación presente fatalista: futuro percibido con poca agencia, pasado como carga, presente marcado por inmediatez y adaptación pasiva.
- **Autorrealización:** La mayoría del grupo, correspondiente al 60%, se sitúa en un nivel medio o parcial de autorrealización, caracterizado por avances concretos en determinadas áreas de su vida y una percepción general de cuentan con proyectos personales que aún están inconclusos y que se suelen subordinar al logro a la autonomía laboral. En uno de estos casos, la autorrealización se expresa principalmente a través de sus actividades laborales, cuyo significado va más allá de la subsistencia (20%). Finalmente, el último caso (20%) presenta un nivel bajo o fragmentado de autorrealización, relacionado con la frustración de la dependencia externa, baja proactividad y dificultades para sostener actividades significativas.

Secundaria Incompleta/Completa

Tabla 8

Indicadores en el subgrupo Secundaria Incompleta/Completa (14 participantes)

Constituyente	Indicadores
----------------------	--------------------

Sistema de Roles	Rol familiar: 100% (14/14) Subtipos de rol primario: Padre (71.4%, 10/14), Esposo (14.3%, 2/14), Hijo (7.1%, 1/14), Trabajador (7.1%, 1/14)
Sistema de Actividades	Predominio psicossomático-sociopsicológico: 50% (7/14) Predominio funcional-sociopsicológico: 35.7% (5/14) Predominio psicossomático-funcional-social: 14.3% (2/14)
Sistema Comunicativo	Red centrada en familia: 57.1% (8/14) Red amplia/multifuncional con tensiones: 35.7% (5/14) Red ambivalente: 7.1% (1/14)
Orientación Temporal	Orientación presente con proyección futura: 64.3% (9/14) Perfil temporal equilibrado incipiente: 14.3% (2/14) Perfil temporal complejo: 14.3% (2/14) Orientación predominante al futuro: 7.1% (1/14)
Autorrealización	Nivel medio/parcial de autorrealización: 57.1% (8/14) Nivel alto de autorrealización: 28.6% (4/14) Nivel bajo/fragmentado: 14.3% (2/14)

- Sistema de Roles:** La totalidad del grupo organiza su identidad en torno a roles familiares. El 71.4% prioriza el rol de Padre, siendo el principal organizador del sentido de vida postpenitenciario. El 14.3% de los participantes se concentra en rol de Esposo, priorizando vida en pareja y gestión del hogar. En el único caso de rol de Hijo (7.1%), a pesar de no estar fuertemente estructurado, este emerge como organizador desde posición de receptividad y reaprendizaje. Otro caso (7,1%) prioriza rol de Trabajador por encima de Padre, priorizando identidad de proveedor autosuficiente y ética del trabajo.
- Sistema de Actividades:** La mitad del grupo evidencia una configuración psicossomática-sociopsicológica, con actividades que giran en torno al autocuidado (ejercicio, descanso, apariencia), gestión del estrés y vínculos afectivos. El 35.7% de los participantes presenta un predominio de actividades centradas en lo funcional-sociopsicológico, en las cuales el trabajo y las relaciones interpersonales estructuran

la rutina diaria y aportan estabilidad. Finalmente, el 14.3% muestra una configuración psicossomático-funcional-social, que se caracteriza por una organización diversa de actividades orientadas a procesos de rehabilitación. recuperación, con tendencias de cambio personal.

- **Sistema Comunicativo:** Predomina una red selectiva y cerrada centrada en familia, con rechazo a contactos extrafamiliares asociados con riesgo (57.1%). En uno de los casos, la red se concentra principalmente en la pareja como fuente casi única de apoyo. El 35.7% presenta redes amplias, aunque generalmente atravesadas por ambivalencias y conflictos relacionales, donde la familia puede operar simultáneamente como fuente de apoyo o de malestar.
- **Orientación Temporal:** Predomina en el grupo una orientación enfocada en presente con proyección futura, que combina un enfoque práctico en la situación actual con metas concretas orientadas a la estabilidad económica y personal. Varios de los casos rechazan la rumiación del pasado. Un 14.3% presenta un perfil temporal equilibrado, en el que pasado, presente y futuro se integran de manera funcional. El otro 14.3% restante muestra una orientación temporal complejo o paradójico, con referencias simultáneas a distintos momentos temporales. En menor proporción, el 7.1% se orienta principalmente al futuro, con planificación clara y definida.
- **Autorrealización:** La mayoría (57.1%) se ubica en un nivel medio o parcial, caracterizado por logros específicos y la percepción de un proyecto vital aún en construcción, dependiente de la consolidación de roles y del alcance de metas laborales o familiares. El 28.6% alcanza un nivel alto de autorrealización, que se asocia principalmente a la estabilidad laboral, autonomía económica y desempeño de los roles familiares. Finalmente, el 14.3% presenta un nivel bajo o fragmentado de

autorrealización, vinculado a precariedad laboral, dependencia externa y dificultades para sostener un proyecto personal consistente.

4.2.1.4 Caracterización sociodemográfica por Tiempo de privación de libertad

1 a 5 años

Tabla 9

Indicadores por constituyente para el rango de privación de 1 a 5 años (6 participantes)

Constituyente	Indicadores
Sistema de Roles	Rol familiar: 100% (6/6) Subtipos: Padre (50%, 3/6), Esposo (16.7%, 1/6), Hijo (16.7%, 1/6), Configuración múltiple (16.7%, 1/6)
Sistema de Actividades	Predominio psicosomático-funcional-social: 33.3% (2/6) Predominio profesional-académico-sociopsicológico: 16.7% (1/6) Predominio psicosomático-sociopsicológico: 16.7% (1/6) Predominio funcional-sociopsicológico: 16.7% (1/6) Predominio psicosomático: 16.7% (1/6)
Sistema Comunicativo	Red amplia: 33.3% (2/6) Red centrada en familia: 33.3% (2/6) Red superficial: 16.7% (1/6) Red familiar-laboral con tensiones: 16.7% (1/6)
Orientación Temporal	Orientación presente con proyección futura: 50% (3/6) Orientación predominante al futuro: 16.7% (1/6) Perfil temporal complejo: 16.7% (1/6) Orientación presente con tensión futura: 16.7% (1/6)
Autorrealización	Nivel alto: 50% (3/6) Nivel medio: 50% (3/6)

- **Sistema de Roles:** La totalidad del grupo organiza su identidad en torno a roles familiares. En la mitad de los casos, el rol de padre ocupa un lugar central y funciona como principal referencia de responsabilidad y orientación persona. Uno de los casos

(16.7%) se presenta el rol de Esposo. En el grupo se observa una organización de la identidad centrada principalmente en roles familiares. El rol de Padre figura como sustento de sentido y orientación del cambio personal, mientras que, en otros casos, los roles conyugales, filiales o profesionales se articulan de manera complementaria.

- **Sistema de Actividades:** La organización del sistema de actividades presenta una distribución diversa entre los participantes. El 33.3% integra actividades de tipo psicossomático, funcional y social, relacionadas con el cuidado de la salud, el ejercicio físico, el trabajo productivo y la participación social que suelen orientarse a procesos de rehabilitación. Uno de los casos (16.7%) presenta una configuración centrada en actividades académicas y profesionales, con énfasis en la educación como vía de desarrollo personal. Otro caso (16.7%) evidencia un predominio psicossomático-sociopsicológico, caracterizado por una participación en espacios sociales. Uno de los casos (16.7%) organiza sus actividades en torno al trabajo y la vida familiar, mientras que el último (16.7%) muestra un perfil psicossomático-sociopsicológico con limitadas actividades funcionales productivas, lo que sugiere un mayor nivel de vulnerabilidad
- **Sistema Comunicativo:** El 33.3% de los participantes cuenta con redes amplias que incluyen apoyos familiares, sociales e institucionales para lidiar con su malestar. Otro 33.3% presenta redes más cerradas, centradas en la familia, estas funcionan como principal fuente de apoyo, aunque en algunos casos existe la presencia de tensiones. El 16.7% dispone de una red extensa pero superficial de contactos, con una diferencia clara entre los vínculos protectores y otros contextos percibidos como desestabilizadores. El 16.7% restante presenta una red amplia que abarca diversas esferas de interacción social.
- **Orientación Temporal:** La mitad de los participantes muestra una orientación al presente con una proyección futura, caracterizada por un enfoque en la situación

actual que acompaña con metas a mediano y largo plazo, utilizando el pasado como referencia de aprendizaje de vida o como etapa superada a la que no se pretende regresar. El 16.7% presenta una orientación predominantemente futura, con planificación de objetivos personales y profesionales. Otro 16.7% evidencia una orientación al presente con proyección futura, junto con una decisión consciente de dejar el pasado atrás. El 16.7% restante muestra un perfil temporal complejo, en el que pasado, presente y futuro coexisten como referencias significativas para la toma de decisiones.

- **Autorrealización:** La mitad alcanza un nivel alto de autorrealización, caracterizado por objetivación que se expresa en la consolidación de proyectos personales, formativos o laborales, y en la materialización de los cambios sostenidos en la vida cotidiana. El otro 50% presenta un nivel medio o parcial, que se caracteriza por ciertos avances en áreas específicas de su vida, junto con la percepción de encontrarse en una etapa de ajuste de su proyecto personal.

6 a 10 años

Tabla 10

Indicadores por constituyente para el rango de privación de 6 a 10 años (11 participantes)

Constituyente	Indicadores
Sistema de Roles	Rol familiar: 100% (11/11) Subtipos de rol primario: Padre (72.7%, 8/11), Esposo (18.2%, 2/11), Trabajador (9.1%, 1/11)
Sistema de Actividades	Predominio psicossomático-sociopsicológico: 36.4% (4/11) Predominio funcional-sociopsicológico: 36.4% (4/11) Predominio psicossomático-funcional: 18.2% (2/11) Predominio funcional-sociopsicológico-espiritual: 9.1% (1/11)

Sistema	Red centrada en familia: 63.6% (7/11)
Comunicativo	Red amplia ambivalente: 27.3% (3/11)
	Red reducida ambivalente: 9.1% (1/11)
Orientación	Orientación presente con proyección futura: 54.5% (6/11)
Temporal	Perfil temporal complejo: 18.2% (2/11)
	Orientación al futuro: 18.2% (2/11)
	Orientación presente fatalista: 9.1% (1/11)
Autorrealización	Nivel medio: 54.5% (6/11)
	Nivel alto: 27.3% (3/11)
	Nivel bajo: 18.2% (2/11)

- Sistema de Roles:** La totalidad del grupo se organiza en torno a roles familiares. La mayoría (72.7%,) prioriza el rol de Padre el rol de padre constituye el eje central de sentido y orientación vital, asociado a funciones de cuidado, provisión, guía y responsabilidad. En una proporción menor (18.2%), se presenta el rol de esposo, estructurando la vida diaria alrededor de la relación de pareja y la gestión del hogar como espacio de realización personal. En uno de los casos (9.1%), el rol de trabajador se posiciona por encima del rol familiar, configurando la identidad desde la autosuficiencia económica y una ética del trabajo centrada en la provisión y la estabilidad.
- Sistema de Actividades:** La organización del sistema de actividades muestra una distribución en equilibrio entre configuraciones psicossomático-sociopsicológicas y las funcionales-sociopsicológicas, cada con un 36.4% de los participantes. En el primer grupo, las actividades se orientan al autocuidado, la reducción del estrés y la estabilidad de los vínculos, por lo que se integran trabajo físico, descanso y convivencia familiar. En el segundo grupo, el trabajo productivo y las relaciones interpersonales estructuran la rutina diaria, y se concibe al empleo como una fuente de tranquilidad y estabilidad. Un 18.2% presenta una configuración psicossomático-

funcional, donde el autocuidado y la actividad laboral se articulan como estrategias de recuperación y adaptación. En uno de los casos (9.1%), se observa una integración funcional-sociopsicológica con un componente espiritual relevante, en la que la práctica religiosa se incorpora como recurso organizador de la vida cotidiana.

- **Sistema Comunicativo:** Predomina una red comunicativa selectiva y cerrada centrada en la familia en el 63.6% de los participantes. Estas redes se caracterizan por la restricción de contactos extrafamiliares, percibidos como fuentes de riesgo, y también por el fortalecimiento de la familia como principal espacio de apoyo emocional y regulación conductual. En uno de estos casos, la red se reduce casi exclusivamente a la pareja como figura de sostén. El 27.3% presenta redes más amplias, aunque estas se atraviesan por tensiones, desconfianza o conflictos. En estos casos, la familia nuclear mantiene un lugar principal, mientras que otros vínculos se sostienen de forma ambivalente entre desconfianza o conflicto. Un 9.1% muestra una red más equilibrada, integrando de manera funcional los ámbitos familiar, laboral y social.
- **Orientación Temporal:** La orientación temporal predominante es el presente con proyección futura, presente en el 54.5% del grupo. Estos participantes se mantienen centrados en la situación actual, y se ven acompañados de metas claras vinculadas a estabilidad económica, bienestar familiar y continuidad del proyecto de vida. El 18.2% presenta un perfil temporal complejo, donde pasado, presente y futuro coexisten como referencias, donde se presentan lecturas ambivalentes o imprecisas de la experiencia personal. Otro 18.2% muestra una orientación predominantemente futura. Están enfocados en la planificación y la anticipación de logros, aunque tienen menor anclaje en el presente. En uno de los casos (9.1%), se identifica una orientación

presente de carácter fatalista, con fuerte influencia del pasado y baja proyección futura.

- **Autorrealización:** En este grupo, la autorrealización se ubica mayoritariamente en un nivel medio o parcial (54.5%). Estos participantes evidencian logros concretos en ámbitos específicos, principalmente familiares o laborales, aunque mantienen la percepción de un proyecto personal que aún se está construyendo, y que suele estar condicionado por la autonomía económica. Un 27.3% alcanza un nivel alto de autorrealización, caracterizado por una integración estable entre identidad, actividad cotidiana y sentido de vida, con objetivaciones claras en el trabajo, la vida familiar y la abstinencia sostenida. Finalmente, el 18.2% presenta un nivel bajo o fragmentado, donde la autorrealización se encuentra limitada a un único ámbito relacional o se ve afectada por frustración, dependencia externa y dificultad para integrar un proyecto personal coherente.

11 a 13 años

Tabla 11

Indicadores por constituyente para el rango de privación de 11 a 13 años (3 participantes)

Constituyente	Indicadores
Sistema de Roles	Rol familiar: 100% (3/3) Subtipos de rol primario: Padre/Esposo (33.3%, 1/3), Hijo (33.3%, 1/3), Esposo (33.3%, 1/3)
Sistema de Actividades	Predominio psicossomático-sociopsicológico: 66.7% (2/3) Predominio funcional-sociopsicológico: 33.3% (1/3)
Sistema Comunicativo	Red centrada en familia: 100% (3/3)
Orientación	Presente con proyección futura: 66.7% (2/3)
Temporal	Perfil temporal equilibrado: 33.3% (1/3)

Autorrealización	Nivel alto: 33.3% (1/3)
	Nivel medio: 33.3% (1/3)
	Nivel bajo: 33.3% (1/3)

- Sistema de Roles:** En el total de los participantes, la identidad se organiza de manera consistente en torno a roles familiares. En un tercio de los casos el rol se estructura de forma integrada entre padre y esposo, combinando aspectos de la vida afectiva, conyugal y parental como pilares de sentido y estabilidad en la vida. Otro tercio prioriza el rol de hijo, ubicando a la familia de origen como principal referencia para su identidad y como un espacio de apoyo, aprendizaje y reorganización personal. En el tercio final predomina el rol de esposo como organizador central, con la vida en pareja y la gestión del hogar figurando como escenarios casi exclusivos de estabilidad emocional y proyección vital. En conjunto, el sistema de roles se caracteriza por una fuerte centralidad familiar, poco diversificada hacia otros ámbitos.
- Sistema de Actividades:** Predomina una configuración psicossomática-sociopsicológica en el 66.7% de los participantes, donde las actividades se orientan principalmente al autocuidado físico, el descanso y la regulación del estrés, y se articulan con la convivencia familiar como espacio de interacción importante. En estos casos, el autocuidado y la estabilidad relacional tienen importancia en la organización de la vida cotidiana, La actividad laboral aparece con un carácter más instrumental o limitado al sustento. Uno de los casos (33.3%) presenta una configuración funcional-sociopsicológica, en la que el trabajo estructura la rutina diaria, complementado por vínculos familiares activos y prácticas de autocuidado que cumplen una función reguladora.
- Sistema Comunicativo:** La totalidad del grupo evidencia red de contactos centrada en familia. Los vínculos familiares operan como principal fuente de apoyo emocional,

instrumental y regulador, mientras que los contactos extrafamiliares son escasos o restringidos de forma voluntaria. Esto refleja una estrategia de protección relacional, orientada a evitar influencias percibidas como riesgosas y a consolidar la familia como núcleo casi exclusivo de contención, estabilidad y orientación cotidiana.

- **Orientación Temporal:** La orientación temporal predominante corresponde al presente con proyección futura (66.7%). En estos participantes, el presente se asume desde una lógica funcional, y se centra en el cumplimiento de responsabilidades como medio para alcanzar metas en el futuro. El 33.3% restante presenta un perfil temporal equilibrado, en el que coexisten un presente activo, una proyección futura planificada y una relación positiva con el pasado, entendido como fuente de aprendizaje de vida.
- **Autorrealización:** La autorrealización es equitativa entre los niveles alto, medio y bajo (33.3% en cada uno). En uno de los casos, la autorrealización alcanza un nivel alto, manifestada en una fuerte proactividad y objetivación concreta a través de iniciativas autónomas que permiten consolidar independencia y sentido de logro personal. Otro caso se sitúa en un nivel medio/parcial, con avances claros en ámbitos laborales y familiares, aunque con la percepción de un proyecto aún en construcción y condicionado al logro de mayor estabilidad económica. El caso restante presenta un nivel bajo o fragmentado, con la experiencia de realización concentrada casi exclusivamente en la relación de pareja, junto a frustración en el ámbito laboral y una proyección personal limitada, lo que restringe la autorrealización a un espacio relacional específico.

4.2.2 Caracterización Sociodemográfica de las Configuraciones del Estilo de Vida

Se presentan las distribuciones por edad, estado civil, tiempo de privación de libertad y nivel educativo, seguidas de un perfil integrado, correlaciones significativas e implicaciones para la intervención.

4.2.2.1 Distribución por Edad

Tabla 12

Distribución etaria por configuración del estilo de vida

Configuración	29-35 años	36-45 años	46-60 años	Total
Familiar-Reparador	4 (006, 010, 018, 020)	5 (001, 007, 012, 014, 015)	3 (002, 004, 011)	12
Laboral-Autónomo	2 (009, 013)	2 (003, 016)	0	4
Laboral-Frágil	2 (008, 019)	0	2 (005, 017)	4
TOTAL	8	7	5	20

- Familiar-Reparador:** Para este grupo, se presenta una ligera mayoría en la adultez media (36-45 años), que agrupa al 41.7% de este grupo. Los adultos jóvenes (29-35 años) representan un tercio del total (33.3%), y los adultos más maduros (46-60 años) representan el 25%. Esto sugiere que la consolidación de un estilo de vida familiar-reparador puede ser posible en diversas etapas vitales, aunque encuentra un terreno propicio en la adultez media, donde los roles parentales y conyugales suelen estar más definidos.
- Laboral-Autónomo:** Se muestra una distribución equilibrada entre jóvenes (29-35 años) y adultos medios (36-45 años), con un 50% de representación en cada rango y una ausencia total en el segmento de adultos maduros (46-60 años). Esto puede sugiere que los proyectos vida asociados a la autonomía laboral pueden emprenderse en diferentes momentos de la vida adulta, tanto temprana y media, vinculándose usualmente a etapas de mayor actividad productiva.
- Laboral-Frágil:** Evidencia una distribución polarizada, con una igual representación en los extremos del rango etario (50% en jóvenes adultos y 50% en adultez mayor) y una ausencia total en los participantes de adultez media (36-45 años). Este patrón sugiere que la vulnerabilidad y desarticulación del estilo de vida afectan tanto

aquellos que, por su juventud, no logran estructurar un proyecto postpenitenciario, como a aquellos, que, a razón de su edad, tienden a ser menos flexibles, percibió rechazo por el mercado laboral o entenderse como demasiado dependientes de su familia.

4.2.2.2 Distribución por Estado Civil

Tabla 13

Distribución del estado civil por configuración del estilo de vida

Configuración	Casado / Unión Libre	Soltero / Separado / Divorciado	Total
Familiar-Reparador	10 (001, 004, 006, 010, 011, 012, 014, 015, 018, 020)	2 (002, 007)	12
Laboral-Autónomo	3 (003, 013, 016)	1 (009)	4
Laboral-Frágil	2 (005, 008)	2 (017, 019)	4
TOTAL	15	5	20

- **Familiar-Reparador:** Se caracteriza por una alta tasa de unión estable (83.3%). Los dos casos solteros o separados mantienen un estilo familiar-reparador a través de otros roles, como hijo cuidador o como figura paterna presente, lo que parece indicar que la estructura de apoyo familiar, más que el estado civil, es el organizador clave de esta configuración.
- **Laboral-Autónomo:** También presenta un predominio de uniones estables (75%). La presencia de una persona soltera refuerza la idea de que el eje organizador en esta configuración es el desempeño laboral y la independencia económica, pudiendo sostenerse con éxito independientemente de la situación conyugal.
- **Laboral-Frágil:** Muestra una distribución equitativa (50% con pareja, 50% sin ella). Este dato indica que el solo hecho de tener una pareja no garantiza una configuración integrada del estilo de vida. La presencia de participantes en unión estable en esta

configuración sugiere la existencia de dinámicas relacionales disfuncionales o una incapacidad para convertir el vínculo de pareja en un pilar estructurante de la reinserción.

4.2.2.3 Distribución por Tiempo de Privación de Libertad

Tabla 14

Distribución del Tiempo de privación de libertad por configuración del estilo de vida

Configuración	1-5 años	6-10 años	11-13 años	Total
Familiar-Reparador	3 (012, 014, 015)	7 (002, 004, 007, 010, 011, 018, 020)	2 (001, 006)	12
Laboral-Autónomo	1 (003)	3 (009, 013, 016)	0	4
Laboral-Frágil	1 (019)	2 (005, 017)	1 (008)	4
TOTAL	5	12	3	20

- **Distribución general:** La mayoría de la muestra cumplió condenas de duración media (6-10 años, 60%), seguida por condenas cortas (1-5 años, 25%) y extensas (11-13 años, 15%).
- **Análisis por configuración:** No se observa una correlación determinante entre la duración de la condena y la configuración posterior del estilo de vida, ya que las tres categorías están representadas en casi todos los rangos temporales. Esto implica que la capacidad de construir un estilo de vida integrado o el riesgo de permanecer en uno frágil dependen de factores que trascienden el tiempo de encierro, tales como los recursos personales, la solidez de las redes de apoyo y las oportunidades reales de acceso al mercado laboral tras el egreso.

4.2.2.4 Perfil Sociodemográfico

Configuración 1: Familiar-Reparador. Hombre en adultez media (36-45 años), casado o en unión libre, con una condena de duración media (6-10 años) y nivel educativo de secundaria (completa o incompleta). La pareja y la familia nuclear funcionan como el eje organizador central de su identidad postpenitenciaria.

Configuración 2: Laboral-Autónomo: Hombre de cualquier edad adulta (joven o medio), generalmente en pareja, con una condena de duración media (6-10 años) y al menos educación secundaria. Su identidad y proyecto de vida se estructuran de manera primaria en torno al trabajo y la autonomía económica, subordinando o integrando funcionalmente otros roles.

Configuración 3: Laboral-Frágil: Hombre en los extremos etarios (joven adulto de 29-35 años o adulto mayor de 46-60), con o sin pareja, con tiempo de condena variable y educación principalmente a nivel de secundaria. Este perfil se caracteriza por la ausencia de un eje organizador claro, mostrando desarticulación entre sus roles, actividades y proyectos futuros.

4.3 Análisis por Constituyentes del Estilo de Vida

Con el propósito de integrar la información obtenida mediante las distintas técnicas aplicadas (entrevista semiestructurada, EV-3 y Cuestionario Exploratorio), se elaboró un cuadro general que sintetiza los cinco constituyentes del modelo personológico para cada participante. Este cuadro permite visualizar los patrones predominantes y constituye la base para el análisis posterior.

La sistematización presentada a continuación facilita la identificación de tendencias comunes, particularidades individuales y elementos distintivos que caracterizan a las personas en proceso de reinserción social; el análisis de estos patrones permitirá, en apartados

subsiguientes, comprender las configuraciones del estilo de vida que median en los procesos de adaptación post-penitenciaria y su relación con la salud mental.

Tabla 15

Análisis individual de los constituyentes de los participantes

	SIR	SIA	SIC	OT	Aut.
P001	Familiar (Esposo) - Padre	Psicosomático- Sociopsicológico	Encaminado a regular y proteger la vida familiar	Futuro	Alto - centrado en objetivación
P002	Familiar (Padre) - Amigo	Funcional - Sociopsicológico	Encaminado al apoyo emocional	Futuro – pasado positivo	Medio - centrado en objetivación
P003	Familiar (Padre) - Voluntario	Funcionales – Espirituales	Encaminado a guiar e influir en otros	Futuro	Alto - centrado en objetivación
P004	Familiar (Padre) - Trabajador	Psicosomático – Sociopsicológico	Encaminado a la prevención de conflictos	Futuro – pasado positivo	Medio - centrado en objetivación
P005	Familiar (Padre) - Esposo	Psicosomático - Sociopsicológico	Encaminado a la protección y regulación emocional	Futuro	Medio – equilibrio entre objetivación y apropiación
P006	Familiar (Hijo) - Novio - Hermano	Funcional - Sociopsicológico	Encaminado a la estabilidad y contención familiar	Futuro – pasado positivo	Medio – equilibrio entre objetivación y apropiación

P007	Familiar (Padre) - Trabajador	Funcional - Sociopsicológico	Encaminado a la estabilidad emocional y familiar	Futuro – presente hedonista	Alto – equilibrio entre objetivación y apropiación
P008	Familiar (Esposo) - Hijo	Psicosomático - Funcional	Encaminado a la estabilidad familiar	Pasado positivo - futuro	Medio – centrado en apropiación
P009	Familiar (Padre) - Trabajador	Funcional - Psicosomático	Encaminado hacia la estabilidad emocional individual	Presente hedonista	Alto – centrado en objetivación
P010	Familiar (Padre) - Trabajador	Funcional - Sociopsicológico	Encaminado hacia la estabilidad emocional con la pareja	Pasado negativo - futuro	Medio – equilibrio entre objetivación y apropiación
P011	Familiar (Padre) - Hijo	Psicosomático - Funcional	Encaminado hacia la regulación emocional familiar	Pasado negativo - futuro	Medio - centrado en objetivación
P012	Familiar (Esposo) - Padre	Psicosomático - Funcional	Encaminado hacia la construcción de redes de apoyo	Presente negativo - futuro	Alto – equilibrio entre objetivación y apropiación
P013	Familiar (Hijo) - Hermano	Psicosomático - Funcional	Encaminado hacia la gestión de relaciones ambivalentes de amistad	Pasado negativo - futuro	Medio - centrado en objetivación

P014	Familiar (Padre) - Hijo	Psicosomático - Sociopsicológico	Encaminado hacia la gestión de relaciones ambivalentes de amistad	Presente hedonista - futuro	Alto – equilibrio entre objetivación y apropiación
P015	Familiar (Padre) - Amigo	Psicosomático - Funcional	Encaminado en el mantenimiento de relaciones familiar y de amistad	Futuro	Alto – equilibrio entre objetivación y apropiación
P016	Trabajador – Familiar (Padre)	Psicosomático - Funcional	Encaminado hacia la regulación emocional con la pareja	Futuro	Alto - centrado en objetivación
P017	Familiar (Padre) - Trabajador	Psicosomático - Sociopsicológico	Encaminado hacia la gestión de relaciones ambivalentes familiares	Pasado negativo – presente fatalista	Bajo - objetivación y apropiación
P018	Familiar (Padre) - Trabajador	Psicosomático - Funcional	Encaminado a consolidar una red de apoyo	Futuro – pasado positivo	Medio – equilibrio entre objetivación y apropiación
P019	Familiar (Hijo) - Padre	Psicosomático - Sociopsicológico	Encaminado hacia la regulación de la familia y gestión de relaciones	Futuro	Medio – equilibrio entre objetivación y apropiación

			ambivalentes con la comunidad		
P020	Familiar (Padre) - Pareja	Funcional - Sociopsicológico	Encaminado hacia la gestión de relaciones ambivalentes familiares	Futuro	Medio – equilibrio entre objetivación y apropiación

4.3.1 Distribución de la Muestra por Configuración del Estilo de Vida

Tabla 16

Distribución de las configuraciones identificadas

Configuración del Estilo de Vida	N	%	Participantes
Familiar-Reparador	12	60%	001, 002, 004, 006, 007, 010, 011, 012, 014, 015, 018, 020
Laboral-Autónomo	4	20%	003, 009, 013, 016
Laboral-Frágil	4	20%	005, 008, 017, 019
TOTAL	20	100%	

Familiar-Reparador

Tabla 17

Caracterización de la configuración Familiar-Reparador

Constituyente	Características Distintivas
Sistema de Roles	Jerarquía clara con rol de Padre/Esposo/Hijo como organizador central de identidad y sentido de vida. Estos roles operan como organizadores de la identidad y el sentido de vida post-penitenciario.
Sistema de Actividades	Predominio de una organización funcional-sociopsicológica de las actividades. Las actividades laborales son percibidas como el medio principal de provisión familiar. Existe un rechazo activo y consciente de actividades, contextos y rutinas asociadas al pasado delictivo.

Sistema Comunicativo	Red selectiva, protectora y centrada en el núcleo familiar. La familia (pareja, hijos, padres) opera como una fuente de apoyo emocional.
Orientación Temporal	Orientación predominantemente futura y proactiva, articulada con un presente funcional. Se observa una planificación concreta de metas a mediano y largo plazo (vivienda, educación de los hijos, estabilidad laboral). El pasado es integrado como experiencia de aprendizaje, no como foco de rumiación.
Autorrealización	Nivel de medio a alto, en crecimiento y vinculado al desempeño efectivo de los roles familiares. La objetivación se manifiesta en acciones concretas (trabajo, actividades recreativas). La apropiación se evidencia en la búsqueda activa de herramientas para el cambio (apoyo psicológico, fe religiosa)

Laboral-Autónomo

Tabla 18

Caracterización de la configuración Laboral-Autónomo

Constituyente	Características
Sistema de Roles	Jerarquía clara con rol de Trabajador/Profesional como organizador primario de la identidad postpenitenciaria. Los roles familiares (padre, esposo) existen, pero se subordinan funcionalmente a esta dimensión laboral. El trabajo opera como principal fuente de identidad social legítima y medio de objetivación personal.
Sistema de Actividades	Predominio de una organización funcional-psicosomática de las actividades. Las actividades laborales autónomas o especializadas constituyen el núcleo central de la cotidianidad, integradas con prácticas sistemáticas de autocuidado físico (ejercicio, cuidado de la apariencia, salud).
Sistema Comunicativo	Red pragmática, instrumental y de alcance selectivo. La comunicación se orienta predominantemente hacia el ámbito laboral (proyectos, materiales, desarrollo profesional) y se concentra en figuras clave (generalmente la pareja). La familia extensa no

Orientación	constituye el espacio principal de intercambio comunicativo significativo, priorizándose la eficacia sobre la expansión relacional.
Temporal	Orientación presente-futura con metas materiales concretas y planificación realista. Combinación de un presente funcional centrado en la productividad con proyección hacia objetivos tangibles (vivienda propia, negocio, estabilidad económica). El pasado es integrado como experiencia superada generalmente sin rumiación, enfocándose en la construcción activa de su futuro.
Autorrealización	Nivel alto y estable, sustentado en la autonomía, competencia laboral y autosuficiencia. La objetivación se manifiesta en actividades concretas, rutinas laborales y mantenimiento de abstinencia. La apropiación se evidencia en la búsqueda selectiva de herramientas de crecimiento (formación técnica, participación religiosa o psicológica como recursos).

Laboral-Frágil

Tabla 19

Caracterización de la configuración Laboral-Frágil

Constituyente	Características Distintivas
Sistema de Roles	Los roles familiares (padre, esposo) y laborales son reconocidos nominalmente, pero carecen de solidez identitaria y muestran fracturas entre el rol prescrito, el subjetivo y el actuado. El desempeño de los roles es fuente de ambivalencia más que de autorrealización.
Sistema de Actividades	Predominio de una organización psicósomática-básica y sociopsicológica pasiva. El núcleo cotidiano lo constituyen actividades de descanso, cuidado mínimo de salud y reuniones familiares. Existe una tendencia de rechazo hacia el trabajo/estudio como actividades propias, y ausencia de actividades funcionales (desarrollo de competencias) y espirituales (sentido trascendente).
Sistema Comunicativo	Se caracteriza generalmente por una red ambivalente, reducida y caracterizada por la desconfianza. La comunicación suele

	concentrarse en la familia nuclear, que opera simultáneamente como principal fuente de apoyo emocional y de tensión, conflicto y estrés.
Orientación Temporal	Orientación fragmentada hacia un Presente Fatalista y/o un Pasado Negativo (rumiación de experiencias traumáticas o de fracaso). La proyección futura es débil, vaga o está supeditada a factores externos (suerte, ayuda de otros). No se observa una integración temporal balanceada que articule pasado, presente y futuro de modo constructivo.
Autorrealización	Nivel bajo, fragmentado y dependiente. La objetivación es escasa, manifestándose en conductas de supervivencia y no en proyectos sostenidos. La apropiación es pasiva y limitada, sin una búsqueda selectiva y sistemática de herramientas para el crecimiento personal. La satisfacción depende de circunstancias ajenas a su control (salud, aceptación familiar, ofertas laborales).

4.4 Relación con la Salud Mental y Reinserción Social

Salud Mental

Familiar-Reparador

Este perfil tiende a mostrar características protectoras significativas para el bienestar psicológico, aunque no está exenta de riesgos. Los vínculos familiares pueden favorecer el desistimiento delictivo, especialmente cuando el encarcelamiento se percibe como un punto de inflexión que permite reflexionar sobre el comportamiento y genera sentimientos renovados de estima hacia los seres queridos (Martí y Cid, 2015; Scott y Codd, 2010). Las personas que logran organizar su vida cotidiana alrededor de roles familiares (padre, hijo, pareja) suelen experimentar un sentido de propósito claro, lo que puede proteger contra la desesperanza y la desestructuración personal.

La red de apoyo emocional en este perfil puede ofrecer espacios seguros para procesar miedos y frustraciones. Celaya y Mendez (2024) encontraron que los programas de reinserción que trabajan habilidades como la escucha activa, la comunicación y la expresión

emocional pueden mejorar la salud mental y la autorregulación en personas privadas de libertad, y facilitar la reintegración. Sin embargo, la concentración exclusiva de recursos psicológicos en la esfera familiar presenta vulnerabilidades, las familias a menudo experimentan un desgaste emocional severo, ansiedad y carga económica durante y después del encarcelamiento (Naser y Visher, 2006; Ibáñez y Pedrosa, 2018). Si la familia entra en crisis, el individuo puede ver afectada sus fuentes alternativas de sentido, lo que puede poner en riesgo su estabilidad.

El aislamiento selectivo que a menudo practican (evitando contextos asociados al pasado delictivo) puede reducir la ansiedad relacionada con el riesgo de reincidencia. No obstante, este aislamiento estratégico puede derivar en soledad y limitar los recursos de afrontamiento ante estresores externos no familiares. La familia también puede convertirse en una fuente de tensión si las expectativas de reinserción son poco realistas, se pueden generar conflictos de convivencia tras la liberación si estas no están preparadas para confrontar sentimientos de ira, frustración o decepción (Martínez y Abrams, 2013).

Su orientación hacia el futuro puede figurar como un factor protector contra estados depresivos. La capacidad de integrar el pasado como aprendizaje, sin quedar atrapados en la "prisionización", se correlaciona con mejores indicadores de salud mental. Sin embargo, es importante que este apoyo familiar se complemente con recursos comunitarios para evitar la saturación del núcleo de apoyo (Ibáñez y Pedrosa, 2018).

Perfil Laboral-Autónomo

Las personas con este patrón tienden a construir su bienestar psicológico sobre la competencia, la autoeficacia y la autonomía económica. Alonso García (2014) constata que la reinserción laboral puede dotar al individuo de hábitos, responsabilidades y nuevas redes de relaciones, elementos que pueden favorecer una adaptación social satisfactoria. El trabajo se

convierte en una herramienta de reparación simbólica que refuerza la autoestima a través de logros tangibles.

No obstante, este perfil presenta áreas de vulnerabilidad específicas relacionadas con la gestión emocional. Las redes de comunicación pragmática centradas exclusivamente en lo laboral podrían no proporcionar suficiente espacio para procesar traumas derivados del encarcelamiento, como la ansiedad o el estrés postraumático. Celaya y Méndez (2024) señalan que los problemas de salud mental, como la depresión y la ansiedad, son prevalentes entre exreclusos, por lo que podrían persistir ocultos tras la fachada de la productividad laboral y ser necesario su abordaje mediante asistencia psicológica.

La subordinación de lo familiar a lo laboral puede crear tensiones relacionales que eventualmente impacten el bienestar subjetivo. Si la autoestima depende únicamente del éxito económico y el trabajo peligra por factores externos (crisis, enfermedad), esta configuración podría carecer de fuentes alternativas de significado. Además, la falta de atención a la salud mental y la ausencia de mecanismos de coordinación interinstitucional pueden dejar a estos individuos sin el soporte necesario para manejar la presión de la autonomía, aumentando el riesgo de recaída ante el fracaso laboral (Cuenca Gómez, 2022).

Perfil Laboral-Frágil

Esta configuración presenta la mayor vulnerabilidad en múltiples dimensiones de la salud mental. Sin un eje organizador claro como un trabajo que aporte significado o un rol familiar sólido, estas personas tienden a experimentar una crisis de propósito. La baja autoestima se presenta con frecuencia asociada a estados de ánimo depresivos y sentimientos de rechazo social. La investigación indica que la falta de actividades significativas y la ociosidad exacerbaban la sintomatología psiquiátrica y dificultan la adaptación a la vida en libertad (Bascón y Vargas, 2016). Brito Febles y Alcocer Castillo (2021) destacan que el sistema penitenciario a menudo falla en su labor rehabilitadora, devolviendo a la sociedad

individuos con mayor deterioro físico y psicológico, quienes, al no encontrar un entorno de apoyo, ven agravada su condición de fragilidad.

La ausencia de actividades que generen sentido de logro elimina oportunidades de construir evidencia concreta de competencia personal. La estigmatización social actúa como una barrera psicológica que erosiona la autoimagen; si la persona se percibe a sí misma como incapaz de cambiar debido al rechazo continuo, se consolida la indefensión aprendida (Celaya y Méndez, 2025).

La orientación temporal atrapada en un presente fatalista representa un factor de riesgo grave. La incapacidad de proyectar un futuro mejor elimina la esperanza, componente fundamental para la motivación al cambio. Esta configuración sitúa a estas personas en un riesgo extremo de reincidencia, no solo por necesidad económica, sino como una respuesta desadaptativa ante la incapacidad de gestionar la libertad sin estructura ni apoyo (Cuenca Gómez, 2022).

Reinserción Social

Perfil Familiar-Reparador

Este patrón tiende a facilitar la reinserción a través de roles socialmente comprensibles y valorados (padre, madre, cuidador). Ibáñez y Pedrosa (2017) confirman que los vínculos familiares son uno de los factores más importantes para el desistimiento delictivo y la rehabilitación post-penitenciaria. La capacidad de presentarse ante la comunidad como un familiar responsable proporciona una atenuación del estigma carcelario y facilita la aceptación de la comunidad. El fortalecimiento de vínculos familiares busca reconstruir lazos y fomentar el apoyo comunitario. Sin embargo, las redes de oportunidad de este perfil tienden a ser limitadas. Alonso García (2014) advierte que, si bien el apoyo familiar es vital, debe complementarse con una red de recursos externos y orientación profesional para la inserción laboral.

La estabilidad y confiabilidad demostrada en roles familiares constituye su mayor recurso para la reinserción social. Vecinos y conocidos que observan un comportamiento comprometido con el bienestar familiar tienden a reducir sus prejuicios. No obstante, cargar a la familia con la responsabilidad total de la reinserción es un riesgo; como señalan Ibáñez y Pedrosa (2017), las familias a menudo carecen de los recursos materiales y sociales necesarios para sostener este proceso por sí solas, lo que puede llevar al agotamiento del sistema de apoyo.

Perfil Laboral-Autónomo

Este perfil presenta tendencias favorables para la integración social, alineándose con el objetivo de la "reinserción laboral" como pilar de la inclusión. Alonso García (2014) enfatiza que una relación laboral que permita sobrevivir dignamente es indispensable para una adaptación social satisfactoria. Su identidad como trabajador competente les permite construir narrativas públicas que no requieren referencia constante al pasado carcelario, superando parcialmente el estigma.

Las redes de oportunidad tienden a ser más expansivas que en el perfil familiar. Las conversaciones profesionales y el entorno laboral conectan al individuo con información valiosa y recursos, multiplicando sus oportunidades de movilidad social. Celaya y Méndez (2025) corroboran que el acceso a un empleo digno es esencial para evitar la reincidencia, aunque advierten que la discriminación laboral y la exigencia de antecedentes penales siguen siendo barreras estructurales significativas que este perfil logra, con esfuerzo, superar. La integración comunitaria podría verse vulnerada en esta configuración, ya que el éxito laboral no garantiza por sí solo la recuperación de los derechos sociales plenos ni la eliminación total de la discriminación jurídica o social (Alonso García, 2014).

Perfil Laboral-Frágil

Esta configuración enfrenta barreras estructurales significativas y un alto riesgo de exclusión social permanente. Sin roles consolidados, carecen de narrativas socialmente legítimas para justificar su estatus después de la reclusión. Celaya y Méndez (2025) documentan que la sociedad impone "castigos invisibles" a quienes han estado en prisión, limitando su acceso a vivienda y empleo, lo que perpetúa la exclusión y empuja hacia la reincidencia.

En ausencia de apoyo material y social, y ante la falta de vivienda, se puede generar un círculo vicioso de liberación y reincidencia. Cuenca Gómez (2022) destaca que la falta de coordinación entre los sistemas penitenciarios y los servicios sociales comunitarios deja a estas personas en un "limbo", especialmente si padecen problemas de salud mental, abocándolas a la marginalidad o a la "puerta giratoria" del sistema penal.

Brito Febles y Alcocer Castillo (2021) identifican que el aprendizaje de "vicios" o nuevas formas de delinquir dentro de prisión, sumado a la falta de programas educativos efectivos, resulta en que el individuo salga menos preparado para la vida social que cuando entró. La falta de estabilidad y confiabilidad visible los posiciona como impredecibles ante la comunidad. Sin rutinas consistentes ni apoyo institucional, como el trabajo social post-penitenciario, esta población enfrenta el cierre sistemático de oportunidades, haciendo de la reincidencia una vía de supervivencia casi inevitable.

CAPITULO 5

En el presente capítulo se elaboran las conclusiones del proyecto de investigación “Caracterización de los estilos de vida y salud mental en la reinserción social de PPL de la Fundación Cáritas, 2025”, tras la culminación de los capítulos previos que sirvieron como base para el mismo. Dentro del primer epígrafe se recogen las conclusiones en base a los objetivos generales y específicos, destacando los hallazgos más relevantes sobre la influencia de los estilos de vida en la salud mental y en las posibilidades de reinserción social de las personas privadas de libertad (PPL).

Posteriormente, se establece el segundo epígrafe, en el cual se realiza una discusión que contrasta los resultados obtenidos con los principales aportes teóricos y antecedentes revisados, especialmente aquellos relacionados con el modelo personológico de estilos de vida. En este apartado también se señalan las limitaciones del proyecto y se incluye una reflexión autocrítica por parte de los investigadores, reconociendo los alcances y restricciones metodológicas que acompañaron el proceso.

Finalmente, en el tercer epígrafe se plantean recomendaciones, donde se presentan sugerencias aportadas por los participantes, en torno a las estrategias que consideran necesarias para fortalecer su proceso de reinserción, así como aquellas que, desde el rol investigativo, se consideran pertinentes para mejorar el acompañamiento institucional, el bienestar emocional y la construcción de proyectos de vida sostenibles en esta población.

5.1 Conclusiones generales

5.1.1 Objetivo general

Los resultados obtenidos en la presente investigación permiten afirmar que el objetivo general, orientado a caracterizar los principales estilos de vida y la salud mental en el proceso de reinserción social de las Personas Privadas de Libertad (PPL) vinculadas a la Fundación Cáritas de Manta, ha sido alcanzado de manera satisfactoria.

En primera instancia, la caracterización sociodemográfica y personalógica de los participantes permitió identificar las condiciones personales, sociales y emocionales que configuran su proceso de reinserción. La población estudiada estuvo conformada por hombres adultos, mayoritariamente ubicados en etapas de adultez joven y media, con trayectorias prolongadas de privación de libertad y niveles educativos predominantemente correspondientes a secundaria incompleta o completa. A partir del análisis de los constituyentes del estilo de vida, tales como (sistema de roles, actividades vitales, sistema comunicativo, orientación temporal y autorrealización) se identificaron tres configuraciones diferenciadas: Familiar-Reparador, Laboral-Autónomo y Laboral-Frágil.

Por un lado, la configuración Familiar-Reparador resultó ser la más predominante, caracterizándose por la centralidad de los roles parentales y familiares, la presencia de redes de apoyo relativamente estables, una orientación temporal proyectada hacia el futuro y niveles medios a altos de autorrealización, especialmente en los ámbitos relacional y de pareja, estos elementos evidencian una mayor capacidad de reorganización del proyecto de vida y una disposición favorable hacia la reinserción social.

Del mismo modo, la configuración Laboral-Autónomo se distinguió por la primacía del rol laboral y la búsqueda de autosuficiencia económica como eje organizador del estilo de vida, bajo este escenario, los participantes adscritos a esta configuración manifestaron una orientación futura definida y una autorrealización centrada en el trabajo, aunque condicionada por las limitaciones estructurales asociadas a los antecedentes penales y a las dificultades de acceso al empleo formal.

Por su parte, la configuración Laboral-Frágil evidenció mayores dificultades en la estructuración de roles y actividades vitales, una orientación temporal menos definida (marcada por referencias al pasado negativo o al presente fatalista) y niveles más bajos de autorrealización, en estos casos, se identificaron mayores indicadores de vulnerabilidad

psicosocial, asociados a la precariedad laboral, la debilidad de las redes de apoyo y la incertidumbre frente al proceso de reinserción.

En relación con la salud mental, la caracterización permitió identificar la presencia de sintomatología emocional relevante, destacándose la ansiedad, la tristeza, el nerviosismo y la irritabilidad, principalmente en contextos familiares, comunitarios y laborales, pese a ello, también se evidenciaron indicadores de bienestar psicológico y resiliencia, particularmente en aquellos participantes que contaban con apoyo familiar afectivo y una participación activa en programas de acompañamiento psicosocial.

5.2 Discusión

A continuación, se presenta el análisis de los resultados obtenidos en relación con los antecedentes teóricos y empíricos revisados, así como con los modelos psicológicos que sustentaron la presente investigación. En este apartado se exponen las principales semejanzas y divergencias identificadas a partir del contraste entre la literatura científica y los resultados del estudio, para finalmente reconocer los aportes que esta investigación ofrece al conocimiento sobre los estilos de vida post-penitenciarios y su impacto en la salud mental y la reinserción social de las Personas Privadas de Libertad (PPL).

En primer lugar, se desarrolla un análisis comparativo de los resultados obtenidos en función de los antecedentes revisados, en el cual es posible identificar aspectos que coinciden con los planteamientos de diversos autores, así como elementos que no se confirman plenamente en la literatura existente. En virtud de aquello, los hallazgos del estudio permiten ampliar la comprensión del fenómeno desde una perspectiva contextualizada, aportando evidencia empírica relevante en un campo que continúa presentando vacíos investigativos, especialmente en el contexto local.

Uno de los principales aspectos que evidencia la investigación, en concordancia con los autores revisados, es la relevancia del factor familiar como eje principal para el bienestar

psicológico y la reinserción social de las PPL. El análisis de los resultados obtenidos, particularmente en el perfil Familiar-Reparador, pone de manifiesto que el acompañamiento, el cuidado emocional y la integración activa en la dinámica familiar constituyen fuentes fundamentales de apoyo que fortalecen la estabilidad emocional y favorecen procesos de resignificación de la experiencia carcelaria. Estos resultados coinciden con lo expuesto por Martí y Cid (2015) y Scott y Codd (2010), quienes señalan que los vínculos familiares favorecen narrativas de desistimiento delictivo y operan como un punto de inflexión que impulsa cambios conductuales sostenidos.

De igual manera, los hallazgos concuerdan con Bascón y Vargas (2016), quienes destacan que la comunicación, la escucha activa y la expresión emocional dentro del entorno familiar contribuyen en gran notoriedad a la autorregulación emocional y al fortalecimiento de la salud mental en personas privadas de libertad, puesto que en este perfil, la presencia de vínculos afectivos funcionales actúa como un factor protector que fomenta la resiliencia y la proyección hacia el futuro, permitiendo a los participantes integrar el pasado como aprendizaje sin quedar anclados a la experiencia penitenciaria.

En contraposición, los resultados también evidencian elementos que no se confirman plenamente con la literatura, particularmente en lo referente a la idealización del soporte familiar. Si bien diversos estudios resaltan el rol protector de la familia, la presente investigación coincide con Naser y Visher (2006) e Ibáñez y Pedrosa (2017) al señalar que la concentración exclusiva de los recursos de apoyo en el núcleo familiar puede generar vulnerabilidades, especialmente cuando este enfrenta desgaste emocional, conflictos internos o limitaciones económicas, esta situación incrementa el riesgo de inestabilidad psicológica cuando no existen sistemas de apoyo complementarios de carácter comunitario o institucional.

En relación con el perfil Laboral-Autónomo, los resultados obtenidos guardan similitud con lo planteado por Alonso García (2014), quien sostiene que la inserción laboral constituye un factor imprescindible para la adaptación social post-penitenciaria. En concordancia con este autor, el trabajo emerge como un elemento organizador del estilo de vida, fortaleciendo la autoestima, la percepción de autoeficacia y la construcción de una identidad social alternativa al pasado delictivo, de igual manera, los hallazgos coinciden con Celaya y Méndez (2025), quienes destacan que el empleo digno reduce el riesgo de reincidencia al proporcionar estructura, rutinas y redes de oportunidad social.

Sin embargo, a diferencia de enfoques centrados exclusivamente en la reinserción laboral, los resultados de este estudio evidencian que la subordinación de otras esferas vitales, como la familiar y emocional, puede constituir un factor de vulnerabilidad, en este aspecto, se observan discrepancias con estudios que priorizan el éxito laboral como indicador suficiente de reinserción, ya que los participantes del perfil Laboral-Autónomo presentan dificultades en la gestión emocional y en la elaboración de experiencias traumáticas, lo que coincide con lo advertido por Cuenca Gómez (2022) respecto a la necesidad de acompañamiento psicológico continuo para sostener procesos de reinserción estables.

Por su parte, el perfil Laboral-Frágil muestra una alta correspondencia con los antecedentes que describen procesos de exclusión social persistente y deterioro de la salud mental. Los resultados obtenidos refuerzan lo planteado por Brito Febles y Alcocer Castillo (2021), quienes sostienen que el sistema penitenciario, al no cumplir plenamente su función rehabilitadora, expone a los individuos a mayores niveles de vulnerabilidad psicosocial tras su liberación, de forma análoga, la orientación temporal fatalista y la ausencia de roles consolidados identificadas en este perfil coinciden con lo señalado por Celaya y Méndez (2025), quienes describen cómo la estigmatización social y los denominados “castigos invisibles” consolidan sentimientos de indefensión y desesperanza.

En cuanto a las divergencias teóricas, si bien el modelo humanista postula la tendencia natural del ser humano hacia la autorrealización (Maslow, Rogers), los resultados del estudio evidencian que la satisfacción de necesidades básicas y de seguridad no garantiza, por sí sola, el logro de bienestar psicológico ni la construcción de un proyecto de vida significativo. En perfiles como el Laboral-Frágil, se identifican participantes que, aun contando con ciertas condiciones materiales mínimas, manifiestan sentimientos de inutilidad, pérdida de propósito y baja autoestima, lo que contrasta con la progresión lineal de necesidades propuesta por Maslow.

Desde el modelo ecológico de Bronfenbrenner, los resultados confirman la influencia de los distintos sistemas en el desarrollo y adaptación de las PPL; sin embargo, se identifican contextos en los que la interacción con el entorno no promueve el crecimiento, sino que restringe las posibilidades de reinserción. La presencia de inseguridad, estigmatización, falta de apoyo institucional y escasez de oportunidades laborales configura un entorno adverso que limita la integración social, evidenciando que la adaptación del individuo responde, en muchos casos, a estrategias de supervivencia más que a procesos de desarrollo progresivo.

Por su parte, el modelo psicosocial encuentra una confirmación más consistente en los resultados del estudio, al evidenciar que la interacción entre los recursos personales y el contexto social resulta determinante para la reinserción, en este sentido, la participación social, el mantenimiento de roles significativos y la construcción de redes de apoyo emergen como factores centrales para la estabilidad emocional y la reducción del riesgo de reincidencia.

En última instancia, uno de los principales aportes de la presente investigación radica en su enfoque metodológico. La utilización de una entrevista innovadora, desarrollada de manera articulada con el Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida y el Cuestionario para la Caracterización del Estilo de Vida (EV-3), mediante la triangulación de instrumentos,

permitió profundizar en los testimonios de las PPL y captar la complejidad de sus experiencias post-penitenciarias. Este planteamiento integró aspectos subjetivos, emocionales y contextuales que no han sido suficientemente explorados en investigaciones previas, visibilizando las condiciones características que enfrentan los PPL y su incidencia en la salud mental y la reinserción social, es importante acotar que, en virtud de una minuciosa selección de instrumentos, se posibilitó identificar configuraciones diferenciadas del estilo de vida y comprender cómo interactúan los factores propios de esta población, ofreciendo insumos relevantes para el diseño de intervenciones psicosociales futuras ajustadas a las realidades de las PPL que atraviesan por un proceso de reintegración social.

5.3 Limitaciones

Durante el desarrollo de la investigación se identificaron diversas limitaciones de orden logístico, teórico y metodológico que deben considerarse para la interpretación de los resultados. En primer lugar, se presentaron dificultades de accesibilidad al Centro de Privación de Libertad El Rodeo debido a su ubicación geográfica. El establecimiento se encuentra en la ciudad de Portoviejo, a aproximadamente 30 kilómetros del lugar de trabajo del equipo investigador, lo que implicó mayores tiempos de desplazamiento y restricciones en la frecuencia de visitas condicionadas, además por los horarios y autorizaciones institucionales. Estas circunstancias limitaron la posibilidad de ampliar el trabajo de campo y sostener procesos de observación prolongada.

Del mismo modo, se identificó una limitación teórica relacionada con la escasa disponibilidad de bibliografía específica sobre reinserción social en población privada de libertad, especialmente en el contexto nacional y regional. Esta situación redujo las posibilidades de contraste teórico directo y obligó a utilizar referencias generales o estudios desarrollados en otros contextos socioculturales, lo que requiere cautela en la interpretación de los hallazgos.

Desde el punto de vista metodológico, durante el trabajo de campo se observaron discrepancias entre las respuestas obtenidas en el Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida de aplicación auto administrada y la información cualitativa recogida mediante la entrevista semiestructurada y la observación participante. Estas diferencias pueden atribuirse a diversos factores. En primer lugar, se identificó la presencia de un sesgo de deseabilidad social, a pesar de las explicaciones brindadas sobre la confidencialidad del estudio y su falta de incidencia en evaluaciones procesales, algunos participantes tendieron a responder el cuestionario de manera que proyectara una imagen de mayor adaptación o adecuación normativa. En contraste, durante la entrevista se expresaron con mayor apertura aspectos vinculados a dificultades personales y conflictos internos.

En segundo lugar, el tiempo requerido para la aplicación de la batería de instrumentos influyó en la calidad de algunas respuestas. La necesidad de mantener atención sostenida llevó, en ciertos casos, a respuestas apresuradas o poco elaboradas en el cuestionario auto aplicado, con el objetivo de finalizar la actividad en el menor tiempo posible.

Adicionalmente, se reconoce una limitación asociada al nivel de escolaridad y a la capacidad de abstracción de una parte de la población participante. Algunos ítems de los cuestionarios requieren procesos de introspección y conceptualización abstracta relacionados con roles, actividades, orientación temporal y autorrealización personal. Para algunos informantes, estas exigencias dificultaron la comprensión de las preguntas y la elaboración de respuestas consistentes, lo que se manifestó en respuestas literales, inconsistentes o en dificultades para articular narrativas sobre su experiencia subjetiva. Esta condición no invalida la información obtenida, pero requiere una interpretación cuidadosa que considere dichas restricciones.

Finalmente, se considera el sesgo asociado a la institucionalización de los participantes. En este contexto, algunas personas tienden a responder de acuerdo con lo que

perciben como esperado por la institución o por los investigadores, lo que puede estar relacionado con estrategias de adaptación aprendidas orientadas a la obtención de beneficios o a la evitación de consecuencias negativas.

5.4 Recomendaciones

En el ámbito de la promoción, se recomienda la implementación de programas de sensibilización de carácter universal dirigidos a las familias y al entorno social inmediato de las personas privadas de libertad que se encuentran próximas a recuperar su libertad. Estas acciones no deben partir del supuesto de que el apoyo familiar constituye un eje muy importante en los procesos de desistimiento delictivo y reinserción social. El objetivo es fomentar valores de solidaridad, corresponsabilidad y comprensión del proceso post-penitenciario, así como proporcionar a las familias herramientas básicas de soporte emocional y comunicación. Al intervenir desde la base familiar, se busca reducir el estigma asociado al encarcelamiento y generar condiciones que faciliten la reconstrucción de un sentido de propósito y la disponibilidad de una red de acogida que atenúe los efectos de la desesperanza posterior a la liberación.

En el nivel de prevención, las recomendaciones se orientan a aquellas personas que presentan indicios iniciales de fragilidad o una dependencia marcada de un único eje que estructure toda su organización vital. En estos casos, las acciones preventivas deben centrarse en diversificar los recursos de afrontamiento y las fuentes de sentido, con el fin de evitar que las dificultades actuales deriven en crisis. Resulta pertinente fortalecer de manera anticipada los vínculos afectivos y las habilidades de gestión emocional, con el objetivo de reducir el impacto psicológico ante posibles pérdidas de redes de apoyo o fracasos laborales.

Finalmente, de ser posible la intervención, se recomienda actuar sobre los núcleos problemáticos de las personas que presenten crisis de propósito y ausencia de redes de apoyo. En estos casos, la intervención debe orientarse a la transformación de un estilo de vida

disfuncional hacia uno funcional, abordando aspectos la indefensión aprendida, la desorganización cotidiana y las secuelas psicológicas asociadas a la prisionización. Esto implica el diseño de programas estructurados que integren capacitación técnica vinculada a oportunidades reales de empleo, acompañamiento psicológico y articulación con recursos comunitarios. El objetivo es modificar la situación de marginalidad mediante la instauración de rutinas consistentes, el desarrollo de competencias interpersonales y la construcción progresiva de una identidad prosocial basada en la autoeficacia, la participación comunitaria y la proyección futura.

CAPITULO 6

REFERENCIAS

- Ahumada Alvarado, H. M., & Grandón Fernández, P. (2015). Significados de la reinserción social en funcionarios de un centro de cumplimiento penitenciario. *Psicoperspectivas: Individuo y Sociedad*, 14(2). <https://doi.org/10.5027/PSICOPERSPECTIVAS-VOL14-ISSUE2-FULLTEXT-536>
- Alonso García, V. (2014). *Reinserción social y laboral con reclusos y ex-reclusos* [Trabajo de fin de grado, Universidad de Valladolid]. Repositorio Institucional UVaDoc. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/7227/TFG-G703.pdf?sequence=1>
- Ander-Egg, E. (2011). *Aprender a investigar: Nociones básicas para la investigación social* (1ª ed.). Editorial Brujas. <https://abacoenred.org/wp-content/uploads/2017/05/Aprender-a-investigar-nociones-basicas-Ander-Egg-Ezequiel-2011.pdf.pdf>
- Añorve Guillén, M. A. (1991). La fiabilidad en la entrevista: la entrevista semi estructurada y estructurada, un recurso de la encuesta. *Investigación Bibliotecológica: archivonomía, bibliotecología e información*, 5(10), 29-37. <https://doi.org/10.22201/iibi.0187358xp.1991.10.3793>
- Arias, H. A. (1997). Propuesta para una estructuración de una teoría psicológica del sujeto. Sus implicaciones para la Psicología. *Revista Cubana de Psicología*, 14(2), 139-154
- Bascón Díaz, M. J., y Vargas Girón, V. (2016). Salud mental en reclusos. Un análisis pre-post intervención psicosocial con grupo control de comparación. *Anales de Psicología*, 32(2), 374-382. <https://doi.org/10.6018/analesps.32.2.217301>

Brito Febles, O. P., & Alcocer Castillo, B. R. (2021). La reinserción social post penitenciaria: un reto a la justicia ecuatoriana. *Revista Científica UISRAEL*, 8(1).

<https://doi.org/10.35290/rcui.v8n1.2021.265>

Brito Febles, O. P., & Alcocer Castillo, B. R. (2021). La reinserción social post penitenciaria: un reto a la justicia ecuatoriana. *Revista Científica UISRAEL*, 8(1).

<https://doi.org/10.35290/rcui.v8n1.2021.265>

Calle, J., Hernández, D., Guamán, P., & Piñas, M. (2020). *Análisis del sistema de progresividad penal y rehabilitación social en el COIP ecuatoriano*. Dominio de las Ciencias.

Carrasco, S. (2009). *Metodología de investigación científica: Pautas metodológicas para diseñar y elaborar el proyecto de investigación*. Lima: Ed. San Marcos.

Celaya Flores, H. B., & Méndez González, J. N. (2025). Desafíos que enfrentan los ex reclusos al regresar a la sociedad y cómo estos contribuyen a la reincidencia.

Constructos Criminológicos, 5(8), 151-162.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10001789>

Coello Minchala, J. A., & Miño Zúñiga, J. L. (2024). La efectividad de las medidas alternativas a la prisión en la reducción de la reincidencia delictiva. *Polo del Conocimiento*, 9(5), 1994-2009.

<https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/7256>

Committee on Climate Change. (2020). *The Sixth Carbon Budget: The UK's path to Net Zero*. <https://www.theccc.org.uk/publication/sixth-carbon-budget/>

contexto, sin reducir la complejidad humana a variables aisladas o predeterminadas

Cossetín Costa, M., Mantovani, M. de F., Miranda, F. M. D. A., Mussi, F. C., & Pires, C. G. da S. (2023). Sociodemographic characteristics, life habits and health conditions of

people deprived of liberty. *Enfermería Global*, 22(72), 60-76.

<https://doi.org/10.6018/eglobal.558881>

Cuenca Gómez, P. (2022). El tratamiento de las personas con problemas de salud mental en la normativa penal y penitenciaria. Reflexiones y propuestas. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 42(141), 141-158.

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0211-57352022000100009

Defensoría del Pueblo del Ecuador. (2021). *Mecanismo Nacional de Prevención de la Tortura, Tratos Crueles, Inhumanos o Degradantes*. <https://www.dpe.gob.ec/wp-content/dpemnpt/2021/2021-10-20-informe-asamblea-nacional.pdf>

Doron, C. (2015). El surgimiento del concepto «salud mental» entre 1940 y 1970: Génesis de una psicopolítica. *PRATIQUES en Santé Mentale*, 1, 3-16.

<https://www.redalyc.org/pdf/213/21311917006.pdf>

El País. (2024, 16 de agosto). Sol, plantas y mermelada: cuando los estigmas de salud mental se desarman en un huerto. <https://elpais.com/america-futura/2024-08-16/>

El Universo. (2024). SNAI trabaja en un indicador de reincidencia penitenciaria para abordar causas y fortalecer reinserción social.

<https://www.eluniverso.com/noticias/seguridad/quito-reinsercion-carcelaria-presos-ecuador-nota/>

El Universo. (2024, 29 de junio). Identifican posible brote de tuberculosis en la cárcel El Rodeo; hay 20 reos contagiados.

<https://www.eluniverso.com/noticias/ecuador/identifican-posible-brote-de-tuberculosis-en-la-carcel-el-rodeo-hay-20-reos-contagiados-nota/>

- European Union. (2022). *European Parliament resolution on mental health in the digital world of work*. Official Journal of the European Union.
https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/A-4-1998-0369_ES.html
- Fahmy, M. M. (2022). Examining recidivism during reentry: Proposing a holistic model of health and wellbeing. *Journal of Criminal Justice*, 83, 101958.
<https://doi.org/10.1016/j.jcrimjus.2022.101958>
- García Hernández, C., Ramos, D. Y., Serrano Encinas, D. M., Sotelo Castillo, M. A., Flores Ivich, L. G., & Reynoso Erazo, L. (2009). Estilos de vida y riesgos en la salud de profesores universitarios: Un estudio descriptivo. *Psicología y Salud*, 19(1), 141-149.
<https://www.redalyc.org/pdf/291/29111983014.pdf>
- Gómez-Acosta, C. A. (2018). Psychological factors predictive of healthy lifestyles. *Revista de Salud Pública*, 20(2), 155-163. <https://www.scielosp.org/pdf/rsap/2018.v20n2/155-162/es>
- González Ballesteros, L. M., Gómez Restrepo, C., Rodríguez, V. A., Fernández de Castro, S., & Vásquez Ponce, M. (2024). Investigación mixta: ¿Qué es y qué no? *Revista Colombiana de Psiquiatría*. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2024.04.002>
- González Rodríguez, S. M. (Coord.) (2019). Individuación, proyectos y estilos de vida: intertextualidad desde la psicología social: (ed.). Santiago, Chile, Editorial Universidad de Santiago de Chile.
<https://elibro.net/es/ereader/uleam/156571?page=72>.
- Guamán Lema, L. S. (2024). La restricción de derechos y la rehabilitación social de las personas privadas de la libertad. *Polo del Conocimiento*.
<https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/7488>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). McGraw-Hill Interamericana.

- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). McGraw-Hill.
- Ibàñez Roig, A., y Pedrosa Bou, A. (2018). *El papel de las familias en la reinserción de las personas que salen de la prisión*. Centre d'Estudis Jurídics i Formació Especialitzada (CEJFE).
https://ddd.uab.cat/pub/worpaper/2018/191957/paperFamiliesReinsercio_SPA.pdf
- Lawrence, T. I. (2023). The effects of emotion and juvenile diagnoses on parole release decisions: An experimental approach. *International Journal of Law and Psychiatry*, 86, 101893. <https://doi.org/10.1016/j.ijlp.2023.101893>
- Lluís-Font, J. M. (2002). Personalidad: Esbozo de una teoría integradora. *Psicothema*, 14(4), 693–701. <https://www.psicothema.com/pdf/786.pdf>
- López, P. (2004). Población, muestra y muestreo. *Punto Cero*, 9(08), 69–74.
- Mandell, W. (1995). *Origins of mental health: The realization of an idea*. Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, Department of Mental Health.
<https://publichealth.jhu.edu/departments/mental-health/about/origins-of-mental-health>
- Mao, C. K. (2020). Applying foresight to policy design for a long-term transition to sustainable lifestyles. *Sustainability*, 12(15), 6200.
<https://doi.org/10.3390/su12156200>
- Mayo, I. (2021). *Estilo de vida y personalidad: Aproximación al estudio personológico del estilo de vida*. Ediciones Anábasis.
- Mebarak, M., Castro, A. D., Salamanca, M. P., & Quintero, M. F. (2009). Salud mental: Un abordaje desde la perspectiva actual de la psicología de la salud. *Psicología desde el Caribe*, 23, 83-112. <https://www.redalyc.org/pdf/213/21311917006.pdf>

Montaño Sinisterra, M., Palacios Cruz, J. & Gantiva, C. (2009). Teorías de la personalidad:

Un análisis histórico del concepto y su medición. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 3(2), 81-107

<https://www.redalyc.org/pdf/2972/297225531007.pdf#:~:text=Por%20su%20parte%20C%20Allport%20,persona%2C%20estuvo%20de%20acuerdo%20con>

Morris, C. G. & Maisto, A. A. (2005). *Psicología* (10ª ed.). Pearson Educación.

Nawas, M. M. (1971). El estilo de vida. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 3(1), 91-107. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80503105>

Nawas, M. M. (1971). El estilo de vida. *Revista Latinoamericana de Psicología*, *3*(1), 91–107 <https://www.redalyc.org/pdf/805/80503105.pdf>

Oberst, U. (2015). La Psicología Individual de Alfred Adler: Una introducción. *Revista de psicoterapia*, 26(102), 1-18., ISO 690,

Oberst, Ú., Ibarz, V., & León, R. (2004). La psicología individual de Alfred Adler y la psicosisíntesis de Olivér Brachfeld. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 67(1-2), 31-44.

Ochoa, J., & Yunkor, Y. (2021). El estudio descriptivo en la investigación científica. *Acta Jurídica Peruana*, 2(2)

<http://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/AJP/article/view/224>

Organización Mundial de la Salud. (2001). Informe sobre la salud en el mundo 2001 : Salud mental : nuevos conocimientos, nuevas esperanzas. Organización Mundial de la Salud. <https://iris.who.int/handle/10665/42447>

Organización Mundial de la Salud. (2020). *Hábitos y estilos de vida saludables:*

Asesoramiento para los pacientes. OPS. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/50805>

Organización Mundial de la Salud. (2022). *Salud mental: Fortalecer nuestra respuesta.*

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

- Organización Mundial de la Salud. (2022, 17 de junio). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Organización Panamericana de la Salud. (1996). *Promoción de la salud: Una antología* (Publicación Científica No. 557).
- Ospina-Gómez, Y., & Gómez-García, L. (2019). Efectos psicológicos generados tras la ruptura de los lazos con el grupo primario de apoyo debido al fenómeno de prisionalización. *Revista de Psicología*, 15(1), 12-25.
https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1668-70272019000100012
- Proaño Soria, D. B. (2022). La rehabilitación y reinserción de la persona privada de libertad en Ecuador [Tesis de Pregrado]. Universidad Tecnológica Indoamérica.
- Quilaqueo, J. L. C. Ansbacher L. Heinz. *La psicología individual de Alfred Adler*. Título original: *The individual Psychology of Alfred Adler*. Buenos Aires. Ed. Troquel, 1959.
https://www.academia.edu/download/30886308/Newsletter_ALPA_Num.2.pdf#page=9.
- Rafael Martins da Costa, M. V. (2023). Effect of a school-based multicomponent intervention on time-segmented physical activity and sedentary behavior among Brazilian adolescents: The Movimente Study. *OSF Preprints*. <https://osf.io/mhr69>
- Ramos-Galarza, C. (2020). Los alcances de una investigación [Editorial]. *CienciAmérica*, 9(3), 1–6. <https://doi.org/10.33210/ca.v9i3.336>
- ResearchGate. (2023, mayo). *Política Pública de Rehabilitación Social 2022-2025: Garantía de la Salud Mental en las Prisiones de Ecuador*.
https://www.researchgate.net/publication/370785938_Garantia_de_la_Salud_Mental_en_las_Prisiones_de_Ecuador

- Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin. https://teots.org/wp-content/uploads/2021/08/On-becoming-a-person-by-Rogers-Carl-R.-z-lib.org_.pdf
- Sánchez-López, M. P. (1997). *El estilo psicológico como estudio de la diversidad humana: un ejemplo basado en los estilos de vida*. *Revista de Psicología*, 15(2), 223-250. <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/5959/5967>
- Santhosh, R., & Mathew, E. (2021). Social reintegration of released prisoners: An empirical analysis from two Indian states. *International Annals of Criminology*, 59(2), 200-222. <https://doi.org/10.1017/cri.2021.18>
- Taylor, S. J. & Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Ediciones Paidós. <https://pics.unison.mx/maestria/wp-content/uploads/2020/05/Introduccion-a-Los-Metodos-Cualitativos-de-Investigacion-Taylor-S-J-Bogdan-R.pdf>
- Tulchinsky, T. H. (2018). Marc Lalonde, the Health Field Concept and Health Promotion. En T. H. Tulchinsky (Ed.), *Case Studies in Public Health* (pp. 523–541). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-804571-8.00028-7>
- United Nations Office on Drugs and Crime. (2020). *Medidas privativas y no privativas: El sistema penitenciario*. https://www.unodc.org/documents/justice-and-prison-reform/crimeprevention/The_Prison_System_Spanish.pdf
- United Nations. (2021). *Objetivos de Desarrollo Sostenible*. <https://www.un.org/es/impacto-acad%C3%A9mico/page/objetivos-de-desarrollo-sostenible>
- Universidad Laica “Eloy Alfaro” de Manabí (ULEAM). (2022, noviembre). Reglamento Interno del Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos (CEISH-Uleam) (p. 13). ULEAM.

Valle Taiman, A. (Coord.). (2022). *La investigación descriptiva con enfoque cualitativo en educación*. Facultad de Educación, Pontificia Universidad Católica del Perú.

<https://files.pucp.education/facultad/educacion/wp-content/uploads/2022/04/28145648/GUIA-INVESTIGACION-DESCRIPTIVA-20221.pdf>

Valle Taiman, A. (Coord.). (2022). *La investigación descriptiva con enfoque cualitativo en educación*. Facultad de Educación, Pontificia Universidad Católica del Perú.

<https://files.pucp.education/facultad/educacion/wp-content/uploads/2022/04/28145648/GUIA-INVESTIGACION-DESCRIPTIVA-20221.pdf>

VandenBos, G. R. (Ed.). (2015). *APA dictionary of psychology* (2nd ed.). American

Psychological Association. https://www.iccpp.org/wp-content/uploads/2020/06/APA-Dictionary-of-Psychology-by-American-Psychological-Association-z-lib.org_-2.pdf

Villarreal-Puga, J. & Cid García, M. (2022). La aplicación de entrevistas semiestructuradas en distintas modalidades durante el contexto de la pandemia. *Revista Científica*

Hallazgos21, *7*(1), 52–60. <https://doi.org/10.69890/hallazgos21.v7i1.556>

7.1 Matriz: Revisión Sistémica de la Literatura

Autor(es)	Año	Título	Tipo de manuscrito	Objetivo	Aporte / Resultado principal
Mayo, I.	2021	<i>Estilo de vida y personalidad: Aproximación al estudio personológico del estilo de vida</i>	Libro académico	Analizar el estilo de vida desde una perspectiva personológica.	Define el estilo de vida como una configuración estable de rasgos de personalidad, valores y hábitos que orientan la conducta del individuo en contextos sociales específicos.
Nawas, M. M.	1971	<i>El estilo de vida</i>	Artículo científico	Conceptualizar el estilo de vida como categoría psicológica.	Plantea el estilo de vida como un sistema dinámico que integra motivaciones, actitudes y formas habituales de conducta.
Sánchez-López, M. P.	1997	<i>El estilo psicológico como estudio de la diversidad humana</i>	Artículo científico	Analizar los estilos psicológicos como expresión de la diversidad individual.	Propone que los estilos de vida reflejan patrones cognitivos, emocionales y conductuales relativamente estables.
González Rey, F.	2002	<i>Sujeto y subjetividad</i>	Libro teórico	Explicar la subjetividad desde el enfoque histórico-cultural.	Concibe el estilo de vida como una producción subjetiva ligada a la historia personal y al contexto sociocultural.
Lluís-Font, J. M.	2002	<i>Personalidad: Esbozo de una teoría integradora</i>	Artículo científico	Proponer una teoría integradora de la personalidad.	Vincula la personalidad con estilos de vida coherentes que orientan la adaptación social del individuo.
Montaño Sinisterra, M., Palacios Cruz, J., & Gantiva, C.	2009	<i>Teorías de la personalidad</i>	Artículo de revisión	Analizar la evolución histórica del concepto de personalidad.	Evidencian que la personalidad se manifiesta a través de patrones conductuales consistentes, asociados al estilo de vida.
Rogers, C. R.	1961	<i>El proceso de convertirse en persona</i>	Libro teórico	Analizar el desarrollo personal y la autorrealización.	Plantea que un estilo de vida saludable se construye desde la autodirección y la congruencia personal.
Jahoda, M.	1958	<i>Conceptos actuales de salud mental positiva</i>	Libro académico	Definir criterios positivos de salud mental.	Establece que la salud mental implica autonomía, integración social y

					capacidad de proyectar un estilo de vida funcional.
Mebarak, M., Castro, A., Salamanca, M., & Quintero, M.	2009	<i>Salud mental: Un abordaje desde la psicología de la salud</i>	Artículo científico	Analizar la salud mental desde una perspectiva integral.	Relaciona la salud mental con hábitos, estilos de vida y condiciones psicosociales.
Ospina-Gómez, Y., & Gómez-García, L.	2019	<i>Efectos psicológicos de la prisionalización</i>	Artículo científico	Analizar el impacto psicológico del encarcelamiento.	Evidencian que la ruptura de vínculos afecta negativamente los estilos de vida y la salud mental.
Brito Febles, O. P., & Alcocer Castillo, B. R.	2021	<i>La reinserción social post penitenciaria</i>	Artículo científico	Analizar los retos de la reinserción social en Ecuador.	Identifican déficits en salud mental y estilos de vida como factores de reincidencia.
Cuenca Gómez, P.	2022	<i>Tratamiento de la salud mental en la normativa penitenciaria</i>	Artículo científico	Analizar el abordaje legal de la salud mental penitenciaria.	Señala la insuficiente atención a los factores psicosociales que influyen en el estilo de vida post-prisión.
Fahmy, M. M.	2022	<i>Examining recidivism during reentry</i>	Artículo científico	Proponer un modelo holístico de reinserción.	Demuestra que la reinserción exitosa depende de la reconstrucción de estilos de vida saludables.
Proaño Soria, D. B.	2022	<i>La rehabilitación y reinserción de la persona privada de libertad en Ecuador</i>	Tesis de grado	Analizar la rehabilitación social en el contexto ecuatoriano.	Concluye que la ausencia de intervención psicosocial limita el desarrollo de estilos de vida adaptativos.
Celaya Flores, H. B., & Méndez González, J. N.	2025	<i>Desafíos de los ex reclusos y reincidencia</i>	Artículo científico	Analizar los factores que influyen en la reincidencia.	Identifican que la precariedad social dificulta la consolidación de nuevos estilos de vida.
Cossetín Costa, M. et al.	2023	<i>Life habits and health conditions of people deprived of liberty</i>	Artículo científico	Analizar hábitos de vida en personas privadas de libertad.	Evidencian estilos de vida poco saludables asociados al deterioro de la salud mental.

7.2 Modelo de Ficha de Observación

Observador: _____ Código del participante: _____

Fecha: ___ / ___ / ___

Dimensión	Indicadores observables	Características	Nivel observado
1. Interés y atención	Mantenimiento de la atención, participación activa, seguimiento de instrucciones	Escucha atentamente, realiza las actividades solicitadas, hace preguntas pertinentes	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
2. Claridad al expresarse	Orden en las ideas, coherencia temporal, vocabulario comprensible	Explica situaciones de manera secuencial, sin contradicciones evidentes	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
3. Congruencia emocional	Coincidencia entre contenido verbal y comunicación no verbal	Gestos y expresión facial acordes con lo que está relatando	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
4. Conciencia de sí mismo	Mención de sus cualidades, dificultades y procesos de cambio	Usa expresiones como "me di cuenta que", "yo soy", "necesito cambiar"	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
5. Planes y roles futuros	Descripción de actividades concretas y roles tras la liberación	Menciona "voy a trabajar en", "quiero ser un buen", "mi plan es"	<input type="checkbox"/> Claros <input type="checkbox"/> Moderados <input type="checkbox"/> Difusos
6. Manejo de situaciones difíciles	Descripción de estrategias para manejar estrés o conflicto	Menciona respirar, caminar, hablar con alguien, distraerse	<input type="checkbox"/> Adecuado <input type="checkbox"/> Parcial <input type="checkbox"/> Deficiente
7. Habilidad para relacionarse	Contacto visual, escucha activa, respeto de turnos	Mira al hablar, asiente, espera su turno para intervenir	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
8. Apertura en la conversación	Profundidad y sinceridad en los temas personales abordados	Comparte experiencias íntimas, emociones vulnerables	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
9. Nivel de tranquilidad	Manifestaciones de calma o ansiedad,	Voz estable, postura relajada vs. voz temblorosa, movimiento constante	<input type="checkbox"/> Tranquilo <input type="checkbox"/> Moderado <input type="checkbox"/> Ansioso
10. Viabilidad de sus planes	Grado de realismo y especificidad en proyectos de reinserción	Detalla pasos concretos, considera obstáculos, conoce recursos	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
11. Nivel de comprensión	Comprensión de consignas, preguntas de confirmación, ejecución acertada	Responde de manera acorde a lo preguntado, solicita aclaraciones si no entiende	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo

7.3 Modelo de Ficha Sociodemográfica

Código del participante: _____

Fecha: ____ / ____ / _____

Datos	Respuesta
1. Edad	_____ años
2. Sexo	Masculino <input type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/> Prefiere no decirlo <input type="checkbox"/>
3. Nacionalidad	_____
4. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: _____
5. Estado civil	Soltero/a <input type="checkbox"/> Casado/a <input type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input type="checkbox"/> Viudo/a <input type="checkbox"/>
6. Número de hijos	_____
7. Nivel de estudios alcanzado	No estudió <input type="checkbox"/> Primaria incompleta <input type="checkbox"/> Primaria completa <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input type="checkbox"/> Secundaria completa <input type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores <input type="checkbox"/>
8. Ocupación	_____
9. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	_____
10. Motivo de ingreso (opcional)	_____
11. Tiempo en el programa (meses)	_____
12. Actividades que realiza actualmente	Trabajo <input type="checkbox"/> Educación <input type="checkbox"/> Actividades religiosas <input type="checkbox"/> Atención psicológica <input type="checkbox"/> Otro <input type="checkbox"/> : _____
13. Personas con quienes vive o planea vivir	Familia <input type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Otro: _____
14. Apoyo familiar que considera	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
15. Consumo actual o pasado de alcohol	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
16. Consumo actual o pasado de otras sustancias	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?: _____
17. Estado general de salud (según su opinión)	<input type="checkbox"/> Bueno <input type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo
18. Religión o creencia principal	_____

7.4 Modelo de Guía de Entrevista

Autores: Hidalgo Solórzano Danissa Gabriela, Mera González Adrián Stephano.

Estado emocional actual

1. *Desde que estás afuera, ¿cómo te has sentido en tu día a día? (tranquilo, con miedo, preocupado, con esperanza, confundido, etc.)*

Adaptación a la vida fuera

2. *¿Qué ha sido lo más difícil para ti desde que volviste a vivir afuera?*
3. *¿Cómo te sientes con la obligación de venir cada viernes a las charlas o voluntariado?*

Apoyo social

4. *¿Quién te apoya ahora que estás afuera? (familia, pareja, amigos, vecinos, nadie)*

Manejo de emociones

5. *Cuando te sientes triste, enojado o preocupado, ¿qué haces para calmarte o sentirte mejor?*

Estilo de vida actual

6. *¿Cómo es tu día normal fuera del centro? (trabajo, actividades, cómo pasas el tiempo)*

Salud mental

7. *¿Has tenido días en que no quieras hacer nada, te sientas sin ánimo o muy estresado desde que estás afuera?*

Consumo de sustancias

8. *Desde que estás afuera, has vuelto a tomar alcohol, ¿fumar o usar otras sustancias?*

Riesgos o tentaciones

9. *¿Qué cosas crees que podrían ponerte en riesgo de volver a tener problemas? (malas amistades, falta de trabajo, estrés, consumo, discusiones, etc.)*

Proyecciones a futuro

10. *¿Qué te gustaría lograr en tu vida ahora que tienes esta oportunidad de estar afuera?*

7.5 Modelo de Consentimiento Informado

Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

Firma del participante

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Firma del participante

Fecha

7.6 Certificado de Análisis- Compilatio



CERTIFICADO DE ANÁLISIS
magister

Tesis revision (1)

5%
Textos sospechosos



2% Similitudes

< 1% similitudes entre comillas
< 1% entre las fuentes mencionadas

3% Idiomas no reconocidos

33% Textos potencialmente generados por la IA (ignorado)

Nombre del documento: Tesis revision (1).pdf

ID del documento: a9a422a0f8b656044dbf59a1df28302d345a774c

Tamaño del documento original: 754,09 kB

Depositante: VICTORIANO CAMAS BAENA

Fecha de depósito: 26/1/2026

Tipo de carga: interface

fecha de fin de análisis: 26/1/2026

Número de palabras: 36.041

Número de caracteres: 265.770

Ubicación de las similitudes en el documento:



Fuentes principales detectadas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	Documento de otro usuario #365a3f Viene de de otro grupo 3 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (116 palabras)
2	www.who.int https://www.who.int/es/health-topics/mental-health 1 fuente similar	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (96 palabras)
3	doi.org El estilo psicológico como estudio de la diversidad humana: un ejemplo ... https://doi.org/10.18800/psico.199702.004	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (83 palabras)
4	dx.doi.org La rehabilitación y reinserción de la persona privada de libertad en el... http://dx.doi.org/10.51247/st.v5i2.218	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (72 palabras)
5	repositorio.uti.edu.ec DSpace Universidad Indoamerica: La rehabilitación y rein... https://repositorio.uti.edu.ec/handle/123456789/3938	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (66 palabras)

Fuentes con similitudes fortuitas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	Documento de otro usuario #99d500 Viene de de otro grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (23 palabras)
2	www.academia.edu (PDF) La psicoterapia adleriana de Jung / The Adlerian psych... https://www.academia.edu/download/30886308/Newsletter_ALPA_Num.2.pdf#page=9	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (22 palabras)
3	www.tni.org Nuevas penas para delitos de drogas en Ecuador: "Duros contra lo... https://www.tni.org/es/articulo/nuevas-penas-para-delitos-de-drogas-en-ecuador-duros-contr...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (24 palabras)
4	www.who.int https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-resp...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (23 palabras)
5	scielo.isciii.es https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=50211-57352022000100009	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (19 palabras)

Fuentes mencionadas (sin similitudes detectadas) Estas fuentes han sido citadas en el documento sin encontrar similitudes.

- <https://doi.org/10.5027/PSICOPERSPECTIVAS>
- <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240014886>
- <https://unstats.un.org/sdgs/report/2021/The-Sustainable-Development-Goals-Report>
- <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/7227/TFG-G703.pdf?sequence=1>
- <https://abacoenred.org/wp>

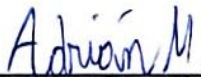
7.7 Declaración de Autoría

CERTIFICADO DE AUTORÍA

Yo, Adrián Stephano Mera González, con C.I: 1317120887, y Danissa Gabriela Hidalgo Solórzano, con C.I: 1351398209, en calidad de investigadores del presente trabajo de investigación titulada "Caracterización de los Estilos de Vida y Salud Mental en la Reinserción Social de PPL de la Fundación Cáritas, Manta 2025" como requisito previo para optar por el grado de PSICÓLOGO(A), MENCIÓN GENERAL de la CARRERA DE PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD LAICA "ELOY ALFARO" DE MANABÍ. Presentado para su defensa y evaluación, declaro la originalidad y autoría del mismo.

Manta, enero del 2026.

Atentamente,




Adrián Stephano Mera González
Estudiante de Psicología
C.I: 1317120887



Danissa Gabriela Hidalgo Solórzano
Estudiante de Psicología
C.I: 1351398209

7.8 Certificación del Tutor

	NOMBRE DEL DOCUMENTO: CERTIFICADO DE TUTOR(A).	CÓDIGO: PAT-04-F-010
	PROCEDIMIENTO: TITULACIÓN DE ESTUDIANTES DE GRADO BAJO LA UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR	REVISIÓN: 1 Página 1 de 1

CERTIFICACIÓN

En calidad de docente tutor(a) de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Laica "Eloy Alfaro" de Manabí, CERTIFICO:

Haber dirigido y revisado el trabajo de Integración Curricular bajo la autoría de los estudiantes: **Danissa Gabriela Hidalgo Solórzano y Adrián Stephano Mera González**, legalmente matriculada en la carrera de Psicología, período académico **2025.2**, cumpliendo el total de 384 horas, cuyo tema del proyecto es: **Caracterización de los estilos de vida y salud mental en la reinserción social de PPL de la Fundación Cáritas, Manta 2025.**

La presente investigación ha sido desarrollada en apego al cumplimiento de los requisitos académicos exigidos por el Reglamento de Régimen Académico y en concordancia con los lineamientos internos de la opción de titulación en mención, reuniendo y cumpliendo con los méritos académicos, científicos y formales, suficientes para ser sometida a la evaluación del tribunal de titulación que designe la autoridad competente.

Particular que certifico para los fines consiguientes, salvo disposición de Ley en contrario.

Manta, enero del 2026.

Lo certifico,



Dr. Victoriano Camas Baena
Docente Tutor/a
Área: Ciencias de la Salud

7.9 Consentimiento Informado del Participante, Ficha Sociodemográfica, Ficha de Observación, Entrevistas Semiestructuradas, Instrumentos y Evidencias Fotográficas

PARTICIPANTE 001



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

Firma del participante

21-11-25

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Firma del participante

21-11-25

Fecha

Av. Circunvalación Vía a San Mateo
www.uleam.edu.ec

UleamEcuador

Uleam

1. ¿Qué hace usted para calmarse o sentirse mejor en ese punto?

Paso en casa, paso solo... me distraigo, trato de distraerme como para no darle mucha mente a la tristeza.

¿CÓMO SE DISTRAE USTED? ¿HACE DEPORTE?

Claro, comienzo a hacer deporte. Tengo un mini gimnasio personal donde voy a entrenar ahí mismo.

2. ¿Ha tenido quizás días en los que usted no ha querido hacer nada, se sintió muy mal o muy estresado desde que ha salido?

Claro, hay un momento en que uno ya se siente estresado. No sé cómo dice la palabra, estresado...entonces voy a hacer las actividades, como el ejercicio.

Y LO QUE HACE USTED, CÓMO DIJO USTED HACE EJERCICIO, ¿ALGUNA OTRA COSA QUE HAGA?

Mi trabajo.

3. ¿Qué ha sido lo más difícil para usted desde que salió?

Lo más difícil... lo más difícil es no andar mucho en la calle jaja. Trato de pasar nomás en casa.

OK, ¿Y ESO LE HA GENERADO MIEDO, PREOCUPACIÓN, ESTRÉS?

No... o sea miedo no porque, al fin y al cabo, solo la voluntad de Dios sabe lo que sucede con cada quien.

4. Ok, ¿Usted ha notado cambios en su sueño o en su energía desde que salió, en el último mes? ¿Si duerme bien o no duerme bien? ¿Se siente más cansado que antes o normal?

Mmm o sea, hay momentos en que a veces como que le coge algo... como que a veces uno no puede dormir, a veces uno duerme bien, verdad? Eso es normal.

E: Pero generalmente usted no duerme tan mal.

5. ¿Tiene gente para hablar cuando usted se siente mal? ¿Familia, amigos?

Sí.

Y USTED SUELE HABLAR DE ESO... O SEA SUELE HABLAR CON ESTAS PERSONAS EH REGULARMENTE O LE CUESTA ABRIRSE CON SUS EMOCIONES Y SENTIMIENTOS?

No, solamente cuando... cuando pasa algo. No, no transcurre muy seguido.

6. ¿Y usted cómo se siente respecto a este proceso de que tiene que ir a firmar? ¿Le estresa, le ayuda?

Ah... o sea sí estresa, realmente estresa. Por lo que hay que asistir a estas vainas y bueno hay que cumplir igual a la larga.

7. ¿Qué cosas usted considera que lo podrían poner en riesgo a volver a tener problemas? Quizá puede ser malas amistades, falta de trabajo, estrés, frustraciones, discusiones...

Claro, o sea yo pienso que hoy en día son... a veces son las influencias de las amistades. Hoy en día no sabemos... usted sabe cómo está la delincuencia.

8. Desde que usted está afuera, ¿Quizá ha vuelto a consumir alcohol o algo así?

Sí... por ahí de vez en cuando, no soy muy amante. Eh... en ocasiones de reunión familiar.

E: Ok. ¿Usted de quién percibe más apoyo ahora que está fuera, de su familia, su pareja, amigos?

De mi familia y la pareja.

9. ¿Puede hablarme de un día normal que usted tiene eh, por ejemplo, lo que hace desde que se levanta hasta que se va a dormir? Su rutina diaria.

Sí... con mi mamá, con mi pareja. Claro...tengo horario, por ejemplo, mire yo trabajo lo que soy es comerciante de ropa, yo vendo ropa. O sea, yo tengo... tengo una hermana que vive en "la Yoni" [EE.UU.] ya pues ella me manda ropa de allá. Entonces ya si me levanto de mañana, a veces a las 10, a veces... o sea no tengo hora.

¿Y USTED MÁS O MENOS CUÁNTO TIEMPO TRABAJA?

Mmm unas 4 o 5 horas. A veces recorro... me voy a los campos o voy a la finca de mi señora.

¿USTED ALMUERZA ALLÁ?

Claro, a veces dependiendo a ver si por ejemplo ya llego a buena hora a la finca de mi esposa pues como en casa, a veces ya me coge en el camino toca comer por ahí en cualquier comedor.

¿USTED TIENE HIJOS? ¿PASA TIEMPO CON ELLOS?

Sí, tengo uno. Sí, de vez en cuando paso con él, sí.

10. ¿Qué le gustaría lograr en su vida ahora que está libre?

Eh... tener dos mujeres.

¿TENER DOS MUJERES? ¿ALGUNA OTRA COSA?

No, este... eh... o sea seguir. Seguir con la rutina y quizás a un mundo, un futuro mejor, seguir emprendiendo más en mi negocio.

001

Información extraída.

- Falta información trascrita

001

Ficha Sociodemográfica

Código del participante: [REDACTED]

Fecha: / /

Dato	Respuesta
1. Edad	39 años
2. Sexo	<input checked="" type="checkbox"/> Masculino <input type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/> Prefiere no decirlo
3. Nacionalidad	Guatemalteca
4. Estado civil	<input type="checkbox"/> Soltero/a <input type="checkbox"/> Casado/a <input checked="" type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input type="checkbox"/> Viudo/a
5. Número de hijos	1
6. Nivel de estudios alcanzado	<input type="checkbox"/> No estudió <input type="checkbox"/> Primaria incompleta <input type="checkbox"/> Primaria completa <input type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input checked="" type="checkbox"/> Secundaria completa <input type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores
7. Ocupación antes de ingresar al programa	Comerciante
8. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	11 años
9. Motivo de ingreso al programa (opcional)	Arrestado
10. Tiempo en el programa (meses)	1 año
11. Actividades que realiza actualmente	<input type="checkbox"/> Talleres de trabajo <input type="checkbox"/> Educación <input type="checkbox"/> Actividades religiosas <input checked="" type="checkbox"/> Apoyo psicológico <input type="checkbox"/> Otro: _____
12. Personas con quienes vive o planea vivir	<input checked="" type="checkbox"/> Familia <input type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> Otro: _____
13. Apoyo familiar que percibe	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
14. Consumo actual o pasado de alcohol o drogas	<input type="checkbox"/> Sí <input checked="" type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?: _____
15. Participación en programas de apoyo emocional o espiritual	<input type="checkbox"/> Sí <input checked="" type="checkbox"/> No
16. Estado general de salud (según su opinión)	<input checked="" type="checkbox"/> Bueno <input type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo
17. Religión o creencia principal (opcional)	Evangelica
18. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: Chone

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: _____ EDAD: _____ SEXO: _____

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

- I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).			✓
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).			✓
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).			✓
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).			✓
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).			✓
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).			✓
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).		✓	
8	Soy un(a) buen(a) líder.	✓		
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).			✓
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).			✓
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).			✓
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).			✓
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)		✓	
14	Otro (especificar)			

- II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal		✓	
16	Trabajar y/o estudiar			
17	Reunirme con mi familia.			✓
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.			
19	descansar, dormir, reposar.		✓	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.			✓

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.	✓		
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.		✓	
23	Disfrutar las comidas y bebidas		✓	
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)	✓		
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.		✓	
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.	✓		

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos		✓	
28	Siento que soy importante para varias personas	✓		
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan		✓	
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.	✓		
31	Me implico fácilmente con las personas con las que me relaciono.	✓		
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.	✓		

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.	✓		
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.	✓		
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Luchó por mejorar mi vida en el futuro.			✓
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.		✓	
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.		✓	
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura		✓	

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado	✓		
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.	✓		
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.		✓	

V. **Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.**

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Sociales	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz	✓ 1						
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mí mismo.	✓ 1						
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.	✓ 1						
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra	✓ 1						✓ 1
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.							✓ 1
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil							

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.		✓	
49	Me echo a llorar.		✓	
50	Me pongo irritable y molesto.	✓		
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.	✓		
52	Busco al culpable.			
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.		✓	
55	Pido consejos e información al respecto.		✓	
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.		✓	
57	Aplazo su solución para un momento mejor.			
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.		✓	
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.		✓	
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.	✓		

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción	✓						
62	Mayor fracaso			✓				
63	Mayor éxito	✓				✓		
64	Mayor derrota					✓		
65	Mayores alegrías	✓						
66	Mayores conflictos			✓				
67	Mayores esperanzas	✓						
68	Mayor tristeza			✓				
69	Mayores aspiraciones				✓			
70	Mayores temores							✓

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.		✓	
72	Practico ejercicios físicos.			✓
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).		✓	
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.		✓	
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.		✓	

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

	A	Famili a	Escuel a	Barri o	Trabaj o	Gallada	Redes sociale s	Comuni dad religiosa
76	Irritabilidad.			X				X
77	Nerviosismo							X
78	Confusión.							X
79	Ansiedad							
80	Tristeza			X				
81	Fluctuaciones del estado de ánimo							
82	Indecisiones							
83	Tensión muscular							
84	Perturbaciones en el sueño							

- X. El siguiente listado relaciona diferentes problemas o preocupaciones que las personas normalmente enfrentan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
85	Tengo problemas o preocupaciones en varios aspectos o áreas de mi vida los cuales voy sobrellevando.	✓		
86	Los principales problemas o preocupaciones que tengo, provienen de un solo aspecto o área de mi vida.	✓		
87	En mi vida no existen problemas o preocupaciones significativos, o al menos ninguno me resulta particularmente difícil y perturbador.	✓		

Dr. Israel Mayo Parra.
Juez Experto 1

Psi. Clin Mariela Chávez I.
Juez Experto 2

Abg. Vielka Palomeque G.
Juez Experto 3

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. No es necesario que escribas tu nombre.

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

Si porque le puede hacer y cualquier hora, no tengo fe que medice a que hora llegar, tengo un mesero, me divertí bien

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

Me gustaría ser menos regular, por ejemplo, no busco a las personas para solucionar problemas

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. (X)
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. ()

a) Explica por qué elegiste esa opción:

Presente vivo el futuro, no es el campo de lo que tengo que hacer

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- Rol 1: Padre
- Rol 2: Esposo
- Rol 3: Hijo

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- Rol 1: 1. Educar 2. Compartir tiempo 3. Sustentarlo
- Rol 2: 1. Compartir tiempo 2. Ayudar en el hogar 3. Intimidad
- Rol 3: 1. Verlo a su modo 2. Compartir 3. Compartir

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- Rol 1: 1. Escuela 2. Valores 3. Quejas
- Rol 2: 1. Regocios 2. Proyectos 3. Futuro
- Rol 3: 1. Día a día 2. Preguntas de preocupación 3. Conocer su situación

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

- (A): Para dar o recibir información.
- (B): Para expresar cariño y afecto.
- (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

Mucho odio, rencor, resentimiento, malas costumbres influyeron en mí, subintintal que no iba a cosas buenas

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

Hay personas que hablan de bien, y otras que solo o buscan vergüenza, o cosas, hacen cosas que les hacen sentir, como cosas y cosas

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. ¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Me ha ayudado a estar tranquilo, mantiene la mente ocupada

2. ¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Si, porque me aconseja, me da palabras de apoyo, siento que me complementa, a veces me reta, pero siento cariño

3. ¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Porque tengo una vida tranquila, no busco problemas y puedo solucionarlos económicamente

PARTICIPANTE 002



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

Firma del participante

14/11/25

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Firma del participante

14/11/25

Fecha

Av. Circunvalación Vía a San Mateo
www.uleam.edu.ec



Uleam

1. Ok, desde que usted está afuera, ¿cómo se ha sentido en su día a día? ¿Se ha sentido mejor, se ha sentido peor, preocupado?

Me he sentido bien, me he sentido mejor. He estado más tranquilo, usted sabe porque no es lo mismo, ya es otra clase de vida estar con tu familia, compartir con ellos, no tener ya ese encierro, ¿me entiende? Eso es lo que me ha hecho sentir bien, aunque digamos así, no con dinero, pero igual nunca te ha dejado de faltar algo en la casa de uno, ¿me entiende? Y eso, la tranquilidad también, estar con mis hijas... bueno, eso me ha hecho sentir muy bien, ¿me entiende?

2. Ok. ¿Cómo ha estado su estado de ánimo este último mes? ¿Se ha sentido quizás triste, desanimado o feliz, contento?

Bueno, te cuento que siempre me he sentido bien porque soy de las personas que ando, como decimos acá, activo. Siempre andamos, o sea, de un lado para otro, como quien dice buscando, dice uno, el pan de cada día, ya que no tenemos un trabajo estable, pero igual seguimos, le digo, buscando cómo tener algo para la familia, ¿me entiende? Pero yo siempre me siento, me he sentido bien.

¿NO SE DEJA VENCER?

No me dejo porque usted sabe que igual mis hijos y mi familia me dan fuerzas para seguir adelante.

3. Cuando usted se ha sentido decaído, triste o preocupado o enojado, ¿qué es lo que usted suele hacer para conservar la calma o sentirse mejor?

Bueno, en esos momentos yo lo que hago es siempre subirme a la terraza de la casa, hacer un poco de ejercicio, poner la mente, como dice, en blanco, dedicarme a hacer un poco de deporte y todo eso, y así saco esa parte negativa de mi cerebro, ¿pues me entiende?

4. ¿Ha tenido días en los que quizás ha sentido que no quiere hacer nada o se ha sentido sin ánimo o muy estresado desde que salió?

Bueno, como toda persona, o sea, me he sentido a veces sí un poco deprimido, un poco triste, pero igual siempre pues salgo, trato de salir de ese estrés porque igual no le hace bien a mi familia tampoco, ¿no? Soy de las personas que solamente vivo con mis padres, solamente vivimos los tres y entonces no me gustaría darle esa, o sea, que me vean de esa manera, o sea, triste o apagado, ¿sí me entiende?

5. ¿Usted cree que a pesar de que usted se siente mal, hace las cosas que tiene que hacer?

Claro que sí. Las hago porque yo sé que igual no saco nada deprimiéndome porque si me deprimó, pues usted sabe, me voy más y más, y eso es lo que yo no quiero, o sea, no se ve bien tampoco y no quisiera darle a notar a mi familia eso de que estoy triste.

6. Usted desde que salió, ¿qué ha sido lo más difícil para usted?

Lo que ha sido más difícil para mí es no poder trabajar, porque en sí pues yo antes trabajaba en las embarcaciones, yo era capitán de barco y ahorita pues con la cuestión de que salí de aquí de la prisión, pues eso ha sido un obstáculo para mí, ¿me entiende? Y no poder trabajar, o sea, como para seguir y mantener a mi familia, ¿no? Siempre hablo de mi familia porque ellos son lo primordial, ¿me entiende? Fueron como quien dice mis padres los que me dieron a mí la vida y ya ellos ya están de la tercera edad y para mí eso ha sido lo más difícil, no poder, o sea, volver a mi trabajo.

¿NO PUEDE?

Porque yo lo puedo hacer, pero no puedo.

¿CÓMO LO HACE SENTIR ESO? ¿PREOCUPADO, ESTRESADO?

Eso sí me preocupa mucho porque tú sabes que a veces hay momentos que no hay, entonces ¿cómo te puedes sentir? Te sientes mal, pues ¿me entiende? Por no poder este trabajar y darle algo mejor para tus padres, ¿me entiende? O sea, para mí el trabajo es todo, ¿me entiende? Y eso es lo que me pone a veces me preocupo un poco, ¿me entiende? Pero bueno, seguimos ahí guerreando.

7. ¿Usted ha notado quizás ha cambiado su sueño o su energía? ¿No duerme bien o duerme más de lo que debería, o está muy preocupado y no puede dormir?

Bueno, sí me ha pasado eso. He tenido momentos como cualquiera, ¿no? De que hemos tenido preocupaciones y a veces no puedo dormir bien, sí, pero a veces por las preocupaciones de que te digo que tienes que también venir para acá, nosotros firmamos y es toda la semana. Entonces hay mucha, sí, hay mucha preocupación, o sea, y sí hay momentos que me he sentido así, bajoneado como quien dice.

8. ¿Usted cuando se siente mal tiene a alguien para hablar?

Sí, yo tengo a alguien para hablar, que bueno, es mi pareja con la que estoy. Bueno, ella no está aquí, ella está en otro país, pero igual tenemos la comunicación día a día y cuando me siento mal pues ella es la persona que me da el ánimo, el aliento de seguir adelante y no dejarme caer, ¿me entiende?

9. ¿Cómo se siente usted con el hecho de que tiene que firmar todas las semanas? ¿Le estresa? ¿Siente que le ayudan las capacitaciones, la información que se le brinda?

Bueno, no me estresa porque yo sé que es algo que yo salí con un beneficio y pues como bueno, para mí en mi forma de pensar y mi forma de ser pues como dice mi padre pues, aunque sea un huevo frito con arroz no lo hace falta en la casa y igual venir acá no me estresa, antes más bien vengo y aprendo algo más, ¿me entiende? Y eso me da fuerza de que como está la situación ahorita de no volver a cometer errores, ¿me entiende? Porque

esto lo tengo como ejemplo, ¿me entiende? Entonces para mí me enseña mucho. Y no, no me estresa para nada.

10. ¿Qué cosas usted considera que pueden poner a uno en riesgo de volver a reincidir o volver a cometer delitos?

Eh, para mí a veces las malas juntas, ¿me entiende? Tener malos amigos donde te puedan llevar y eso es lo que yo trato de evitar, o sea, no relacionarme con amigos así de la manera porque ya una vez me pasó y entonces pues ese error ya no lo quisiera volver a cometer, ¿me entiende? Y eso.

11. ¿Desde que usted está afuera quizás ha vuelto a beber alcohol por el estrés u otro tipo de sustancias?

No, porque este... yo salí bajo un beneficio donde me prohíben toda esa cuestión, ¿no? Para mí lo único que me interesa y me preocupa siempre es mi familia, ¿me entiende? De ahí de beber no, ni fumar tampoco, ¿me entiende?

¿LE HACEN QUIZÁS ESOS CHEQUEOS MÉDICOS?

Eh, te cuento que no me he hecho, pero sí he tenido, o sea, cuando he venido aquí he tenido como consulta con los médicos. Bueno, también le he dado cuando me he sentido mal, aunque casi no me he sentido, o sea, como digamos mal porque siempre estoy haciendo mis ejercicios, también como bien, ¿me entiende? Y me mantengo bien.

12. ¿Usted de quién percibe más apoyo estando afuera? ¿De su familia, de su pareja, de sus amigos? ¿Por quién se siente más apoyado?

Yo me siento más apoyado siempre de mi pareja más que todo, pues ella es la que siempre ha estado ahí desde que yo estuve aquí preso, ¿me entiende? Ella siempre me ha dado ese apoyo. Bueno, ha sido una de las personas que ha estado en las malas, como se dice, porque usted sabe en las buenas pues no. Y entonces no te puedo decir, mi familia también me apoya, pero ya como te repetí anteriormente, ya mis papás ya son de la tercera edad.

MÁS BIEN USTED SIENTE QUE TIENE QUE SER APOYO PARA ELLOS.

Ajá, sí. Y mi pareja es la que me apoya en momentos cuando están las cosas media difícil, ¿si me entiende?

13. ¿Me puede decir un día normal para usted? ¿Desde que se levanta hasta que se duerme?

Un día normal para mí es levantarme en la mañana, primero darle gracias a Dios por ese nuevo día y después caminar a mi trabajo, pues yo trabajo en el puerto, como quien dice, voy al puerto, estoy ahí en la embarcación. A veces cuando me toca almorzar allá, almuerzo allá. Y bueno, regreso tres, cuatro de la tarde para la casa, entonces ahí estoy

con mi familia, ya digamos cenamos con ellas y paso la noche ya con ellos. Y así la rutina mía es de la mañana para el muelle y del muelle para la casa. ¿Si me entiende?

14. Ahora que usted está libre, ¿qué le gustaría hacer con su vida? ¿Qué le gustaría lograr en la vida ahora que tiene esta oportunidad?

Bueno, primero tener un buen trabajo. Y segundo pues como dice tener ya este mi relación estable con la persona que ha estado siempre conmigo, y trabajar y hacer dinero para como quien dice, o sea, tener a mi familia bien, ¿me entiende? Eso es lo que tengo proyectado, como quien dice. Trabajar, hacer dinero y tener, ser el apoyo de mi familia siempre.

002
Información extraída
falta transcribir entrevista

Completo
Entrevista

Ficha Sociodemográfica

Código del participante: [REDACTED]

Fecha: / / [REDACTED]

Datos	Respuesta
1. Edad	49 años
2. Sexo	Masculino <input checked="" type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/> Prefiere no decirlo <input type="checkbox"/>
3. Nacionalidad	Costarricense
4. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: Montes
5. Estado civil	Soltero/a <input type="checkbox"/> Casado/a <input type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input checked="" type="checkbox"/> Viudo/a <input type="checkbox"/>
6. Número de hijos	3
7. Nivel de estudios alcanzado	No estudió <input type="checkbox"/> Primaria incompleta <input type="checkbox"/> Primaria completa <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input checked="" type="checkbox"/> Secundaria completa <input type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores <input type="checkbox"/>
8. Ocupación	Trabajo en el pueblo
9. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	8 años
10. Motivo de ingreso (opcional)	Turismo
11. Tiempo en el programa (meses)	2 meses
12. Actividades que realiza actualmente	Trabajo <input checked="" type="checkbox"/> Educación <input type="checkbox"/> Actividades religiosas <input type="checkbox"/> Atención psicológica <input type="checkbox"/> Otro <input type="checkbox"/> : _____
13. Personas con quienes vive o planea vivir	Familia <input checked="" type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Otro: _____
14. Apoyo familiar que considera	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
15. Consumo actual o pasado de alcohol	<input type="checkbox"/> Sí <input checked="" type="checkbox"/> No
16. Consumo actual o pasado de otras sustancias	<input type="checkbox"/> Sí <input checked="" type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?: _____
17. Estado general de salud (según su opinión)	<input type="checkbox"/> Bueno <input checked="" type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo
18. Religión o creencia principal	Católica

Ficha de Observación

Observador: _____ Código del participante: _____

Fecha: / /

Dimensión	Indicadores observables	Características	Nivel observado
1. Interés y atención	Mantenimiento de la atención, participación activa, seguimiento de instrucciones	Escucha atentamente, realiza las actividades solicitadas, hace preguntas pertinentes	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
2. Claridad al expresarse	Orden en las ideas, coherencia temporal, vocabulario comprensible	Explica situaciones de manera secuencial, sin contradicciones evidentes	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
3. Congruencia emocional	Coincidencia entre contenido verbal y comunicación no verbal	Gestos y expresión facial acordes con lo que está relatando	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
4. Conciencia de sí mismo	Mención de sus cualidades, dificultades y procesos de cambio	Usa expresiones como "me di cuenta que", "yo soy", "necesito cambiar"	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
5. Planes y roles futuros	Descripción de actividades concretas y roles tras la liberación	Menciona "voy a trabajar en", "quiero ser un buen", "mi plan es"	<input checked="" type="checkbox"/> Claros <input type="checkbox"/> Moderados <input type="checkbox"/> Difusos
6. Manejo de situaciones difíciles	Descripción de estrategias para manejar estrés o conflicto	Menciona respirar, caminar, hablar con alguien, distraerse	<input checked="" type="checkbox"/> Adecuado ← <input checked="" type="checkbox"/> Parcial <input type="checkbox"/> Deficiente
7. Habilidad para relacionarse	Contacto visual, escucha activa, respeto de turnos	Mira al hablar, asiente, espera su turno para intervenir	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
8. Apertura en la conversación	Profundidad y sinceridad en los temas personales abordados	Comparte experiencias íntimas, emociones vulnerables	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
9. Nivel de tranquilidad	Manifestaciones de calma o ansiedad,	Voz estable, postura relajada vs. voz temblorosa, movimiento constante	<input checked="" type="checkbox"/> Tranquilo <input type="checkbox"/> Moderado <input type="checkbox"/> Ansioso
10. Viabilidad de sus planes	Grado de realismo y especificidad en proyectos de reinserción	Detalla pasos concretos, considera obstáculos, conoce recursos	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
11. Nivel de comprensión	Comprensión de consignas, preguntas de confirmación, ejecución acertada	Responde de manera acorde a lo preguntado, solicita aclaraciones si no entiende	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. **No es necesario que escribas tu nombre.**

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

Me gusta estar con mi familia

Me gusta mi trabajo

Me gusta comer bien

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

Cambiaría todo por estar con mi familia

Xq pienzo y se q la familia es todo

para mí

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. (X)
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. ()

a) Explica por qué elegiste esa opción:

Xq pienzo q en el mundo existo

y estar enfocado en el día a día

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- o Rol 1: ser padre
- o Rol 2: ser amigo
- o Rol 3: Hijo

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- o Rol 1: 1. Reunirme 2. Jugar 3. Ir a paseos
- o Rol 2: 1. Conversar 2. Reunirme 3. Deporte
- o Rol 3: 1. Aparandole 2. Por su tiempo 3. Asistir con cosas de la casa

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- o Rol 1: 1. Conversar de vida 2. Relaxar 3. Trabaja
- o Rol 2: 1. Anécdotas 2. Deportes 3. Política
- o Rol 3: 1. Familia 2. Trabajo 3. Dios

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

- (A): Para dar o recibir información.
- (B): Para expresar cariño y afecto.
- (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

(Nada) Habituado, haberme dejado llevar por malos hábitos, ser más perezoso que me lleve a pensar, me confie. Por la situación económica.

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

Comportamiento (o pueden costumbres) hay personas que se llevan con padres, y otros que no.

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. ¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Porque me da tranquilidad y como algo para volver en el momento luego

2. ¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental?

¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Porque es una excelente muchacha y quiero a futuro gozarme con ella. Nosotros tenemos una buena relación. Se complementan

3. ¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Todo lo que no logro lo que quiero, quiero tener un buen trabajo y apoyar a mi familia y mis padres

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: _____ EDAD: _____ SEXO: _____

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

- I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).		✓	
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).		✓	
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).			✓
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).			✓
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).			✓
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).		✓	
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).			✓
8	Soy un(a) buen(a) líder.			✓
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).		✓	
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).			
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).			✓
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).			✓
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)		✓	
14	Otro (especificar)			

- II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal			✓
16	Trabajar y/o estudiar			✓
17	Reunirme con mi familia.			✓
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.	✓		
19	descansar, dormir, reposar.		✓	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.			✓

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.		✓	
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.			✓
23	Disfrutar las comidas y bebidas			✓
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)			✓
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.			✓
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.		✓	

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos			✓
28	Siento que soy importante para varias personas			✓
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan			✓
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.	✓		
31	Me implico fácilmente con las personas con las que me relaciono.	✓		
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.		✓	

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.	✓		
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.			✓
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Luchó por mejorar mi vida en el futuro.			✓
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.	✓		
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.			✓
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura			✓

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado		✓	
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.	✓		
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.			✓

V. **Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.**

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Sociales	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz	2						
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mi mismo.	2						
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.	2			✓			
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra				2			
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.					2		
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil	2						

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.			✓
49	Me echo a llorar.	/		
50	Me pongo irritable y molesto.	/		
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.	/		
52	Busco al culpable.	/		
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.		✓	✓
55	Pido consejos e información al respecto.			✓
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.		✓	
57	Aplazo su solución para un momento mejor.	✓		
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.			✓
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.			✓
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.		✓	

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción	✓						
62	Mayor fracaso					✓		
63	Mayor éxito	✓				✓		
64	Mayor derrota							
65	Mayores alegrías	✓						
66	Mayores conflictos					✓		
67	Mayores esperanzas	✓						
68	Mayor tristeza			✓				
69	Mayores aspiraciones	✓						
70	Mayores temores					✓		

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.			✓
72	Practico ejercicios físicos.			✓
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).			✓
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.			✓
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.			✓

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

	A	Famili a	Escuel a	Barr o	Trabaj o	Gallada	Redes sociale s	Comuni dad religiosa
76	Irritabilidad.	✓						
77	Nerviosismo					✓		
78	Confusión.					✓		
79	Ansiedad						✓	
80	Tristeza			✓				
81	Fluctuaciones del estado de ánimo					✓		
82	Indecisiones				✓	✓		
83	Tensión muscular				✓			
84	Perturbaciones en el sueño				✓			

- X. El siguiente listado relaciona diferentes problemas o preocupaciones que las personas normalmente enfrentan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
85	Tengo problemas o preocupaciones en varios aspectos o áreas de mi vida los cuales voy sobrellevando.		✓	
86	Los principales problemas o preocupaciones que tengo, provienen de un solo aspecto o área de mi vida.	✓		
87	En mi vida no existen problemas o preocupaciones significativos, o al menos ninguno me resulta particularmente difícil y perturbador.			✓

Dr. Israel Mayo Parra.
Juez Experto 1

Psi. Clin Mariela Chávez I.
Juez Experto 2

Abg. Vielka Palomeque G.
Juez Experto 3

PARTICIPANTE 003



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

Firma del participante

14/11/25

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Firma del participante

14/11/25

Fecha

Av. Circunvalación Vía a San Mateo
www.uleam.edu.ec



Uleam

1. ¿Qué es lo más importante para usted en este momento de su vida?

La libertad. Estar con la familia.

2. ¿Qué responsabilidades tiene ahora que reflejan que eso es importante para usted ahora? Dijo lo de la familia, sus hijos...

Sí... porque es una responsabilidad de darles el estudio, que se preparen y que tengan la mentalidad de unos muchachos sanos y unos muchachos que van por el buen camino, ya que el padre no tuvo ese camino.

3. ¿Siente que lo más importante para usted ha cambiado con el tiempo? Quizás antes no era igual de importante o siente que se ha mantenido estable a lo largo del tiempo.

Claro, ahorita lo actual, porque lo de antes, de atrás, quedó atrás. Ahora soy un hombre nuevo. El hombre viejo quedó atrás.

¿ENTONCES DIRÍA QUE SÍ CAMBIÓ CON EL TIEMPO?

Claro que sí.

¿EN QUÉ CAMBIÓ?

En todo aspecto. En la forma de ser con mi familia, con mi esposa también... claro, la engañaba, era mujeriego, eso sí, como todo hombre hay que hablar la verdad, "te hará libre", dice la palabra. Por qué no... yo la hice sufrir mucho estando entre cuatro rejas a mi esposa, y ahorita que estoy libre le pido todos los días la gracia y el perdón por todo el daño que le hice.

INTENTA ENMENDAR ESO CON ACCIONES.

Con acciones, exactamente.

4. ¿Podría describirme cómo es un día normal para usted, desde que se levanta hasta que se va a dormir, de manera breve?

Abrazarla y darle un abrazo y un beso a mis hijos y a ella que están junto conmigo y al lado mío.

Y DIGAMOS, SE LEVANTA EN LA MAÑANA, SE VA A TRABAJAR... ¿QUÉ ES LO QUE SUELE HACER UN DÍA NORMAL?

Como siempre, en la mañana calentar los motores con la pareja, usted sabe, eso es lo cotidiano... para que no se vaya a oxidar por si acaso (risas).

ROMÁNTICO, ROMÁNTICO. PERO DIGAMOS, ¿MÁS ACTIVIDADES?

Claro, me levanto a ayudarlo a barrer, a recoger la basura, los pañales, ese pañito húmedo y todo lo demás.

¿Y SE VA A TRABAJAR?

Claro, me voy a trabajar, desayuno... Primero le hago el desayuno a ella, a mis hijos para ayudarlos a levantarse para que vayan a la escuela, al colegio, y así mismo yo también a mi trabajo. Ya me hago desayuno, le hago el de ella, ya le dejo hecho y yo ya me voy. Ya ella se levanta, ya levanta a la última niña que tiene cuatro meses.

5. De todas estas actividades, ¿cuál es la que le hace sentir mejor y por qué?

Estar con la familia. Porque esa es la alegría de uno, la emoción de que estés al lado de tu familia, no encerrado en una cárcel como antes.

Y ESTAS ACTIVIDADES USTED LAS HACE CASI TODOS LOS DÍAS.

Todos los días.

6. Okay. ¿Hay algo que quizás le gustaría hacer, pero no puede por falta de tiempo u oportunidad?

A veces sí, el tiempo es bueno y a veces el tiempo es corto, porque todo depende de uno mismo si madruga y puede hacer más rápido el tiempo.

¿ALGUNA ACTIVIDAD ESPECÍFICA QUE LE GUSTARÍA HACER?

Me gusta la agricultura. Me encanta salir y pasar más tiempo porque me gusta construir la naturaleza: sembrar árboles, sembrar cacao, sembrar coco, sembrar lo que más me favorece: el mango, el guineo... de todo eso.

¿Y SIENTE QUE NO LO HACE TANTO POR FALTA DE TIEMPO?

Así es.

7. ¿Cómo describiría usted el ambiente de convivencia aquí en este proceso?

Bueno, normal, regular, porque todo depende... y esto ahorita el sistema está normalizado y qué bueno que todo haya cambiado ahorita. Me parece que hay una actividad muy tranquila.

¿Y CUANDO ESTABA ALLÁ (ADENTRO), ¿CÓMO VEÍA LA CONVIVENCIA?

Era diferente porque estaba encerrado. No veía lo que es esto, la libertad, ver pasar un carro, ver pasar gente, ver pasar una cara... allá todos los días ves la misma cara de la misma persona y ya eso como que te estresa.

8. ¿Usted considera que le resulta fácil expresar lo que piensa y siente?

Así es. Soy una persona a la que le gusta siempre dar consejos a las personas que lo necesita. Hay muchas personas que a veces se sienten tristes, agobiadas, con problemas en su casa, y uno se acerca para hablarle y ayudarle.

9. ¿Siente que hay personas con las que usted puede contar?

Así es. Con mis padres, con mi esposa.

¿ALGUNA OTRA PERSONA?

Primeramente es Dios, claro. Y de ahí mis padres, mi esposa y mis hijos.

¿Y USTED QUE SUELE HABLAR CON ELLOS NORMALMENTE EN UN DÍA NORMAL?

Los fines de semana.

PERO EN UN DÍA NORMAL, ¿QUÉ TEMAS SUELEN TOCAR?

De la religión. Conversamos, cenamos, hablamos un poco de la religión, de las cosas de Dios, de cuando mandó a su hijo a la cruz del calvario a sufrir por nuestros pecados, darnos la vida a nosotros para que él muera.

10. ¿Cuál es algún evento importante que le haya marcado y que le haya hecho aprender de usted mismo?

Ver que tanta gente inocente muere allá adentro y los malos todavía viven. Eso es lo terrible de ver.

11. ¿Siente que ha aprendido algo de eso?

Así es. De ver que hay gente que no todos pensamos lo que es debido, hay gente que piensa más allá del interés del puerco dinero. Hacen cosas que no deben de hacer.

USTED, A TRAVÉS DE ESO, HA APRENDIDO QUE HAY PERSONAS CON BUENAS INTENCIONES Y OTRAS QUE ESTÁN COMO DESVIADAS DEL CAMINO.

Así es, del camino.

12. ¿Cuándo piensa en su futuro, qué es lo que más le motiva?

Seguir adelante, preparándome en mi profesión de ser abogado y poder ayudar, como le digo.

¿HAY ALGÚN PASO CONCRETO QUE USTED ESTÉ DANDO PARA LLEGAR A SU FUTURO?

Sí, para ser un fiscal o un juez. Estoy estudiando en la Universidad Técnica de Manabí.

¿DE QUÉ LOGRO PERSONAL USTED SE SIENTE SATISFECHO ÚLTIMAMENTE? PUEDE SER LO DE LA EDUCACIÓN...

El estudio.

13. ¿Qué cosas ha logrado durante todo este proceso de estar tras las rejas y ahora estar libre?

Estar contigo dialogando y que me hayas hecho estas preguntas. Eso me hace sentir que estoy creciendo.

OKAY, ¿ESO LE HACE SENTIR QUE ESTÁ CRECIENDO?

Exactamente.

14. ¿Cómo se siente usted la mayoría de los días, se siente bien, triste, mal?

Gracias a Dios, me siento con una felicidad casi todos los días, con una sonrisa; aunque por dentro a veces hay tristeza, por fuera siempre sonrío siempre sonrío a la vida.

15. ¿Y usted cuando se siente mal, ¿qué hace para sentirse mejor?

Hacer ejercicio.

¿PRINCIPALMENTE ESO?

Exacto. El ejercicio para el estrés es muy importante.

16. Okay. ¿Qué considera que es lo más difícil para una persona para reintegrarse a la sociedad?

La mentalidad. La salud.

PERO ESPECÍFICAMENTE EN LO QUE SE REFIERE A LA REINTEGRACIÓN A LA SOCIEDAD, ¿QUÉ CREE QUE ES LO MÁS DIFÍCIL? ALGUNAS PERSONAS ME CONTARON QUE EL ESTIGMA DE QUE ESTUVIERON EN ESTE PROCESO LA GENTE LOS MIRA DIFERENTE. QUIZÁ ESO

No, a mí me miran como una persona buena, una persona alegre, una persona como tú ves, me saludan "abogado, abogado", siempre me saludan porque siempre me he catalogado como esa persona buena, no pelearme con nadie.

USTED ME HABLABA DE QUE LAS PERSONAS QUE ESTUVIERON EN ESTE PROCESO TIENEN UN PROCESO DIFÍCIL. ¿QUÉ CREE USTED QUE ES LO MÁS DIFÍCIL PARA ELLOS?

No tener la libertad.

¿Y ALGÚN OTRO PROBLEMA?

P: Estar lejos de la familia y no tener los beneficios que uno tuvo.

¿Y CUANDO SALEN?

Que ellos piensen y recapaciten sobre lo que están viviendo, que sufran y vean que ya no vuelvan a hacer lo mismo que eran antes, que sean otra nueva criatura.

¿ENTONCES USTED CONSIDERA QUE LO MÁS DIFÍCIL PARA REINTEGRARSE ES QUE ELLOS MISMOS CAMBIEN Y RECAPACITEN?

Uno mismo. No hay que esperar que otro te cambie. Uno mismo dice "yo tengo que cambiar", "yo mismo tengo que ser el que yo quiera", "yo mismo quiero lograr lo que yo quiera".

17. ¿Qué consejo usted le daría a alguien que estuvo en su situación?

El ánimo, la fuerza de seguir adelante, que no se decaiga. Que siga, que en la vida todo se puede mientras tenga la libertad, mientras tenga a su familia, tenga la fuerza de tus pies, de tu cuerpo, de tus manos para trabajar y salir adelante.

003
 Información poroda
 Falto. imbrasto. **Completo**

Entrevista
 R. J. V. F

Ficha de Observación

Observador: _____

Código del participante: _____

Fecha: ___ / ___ / ___

Dimensión	Indicadores observables	Características	Nivel observado
1. Actitud general	Cooperación, interés, puntualidad, apertura	Si acepta participar, se mantiene atento, no rechaza preguntas	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
2. Lenguaje verbal	Claridad, vocabulario usado, concreción, pausas, repeticiones, evasivas	Usa palabras simples, responde directamente, evita divagar innecesariamente	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input checked="" type="checkbox"/> Bajo
3. Lenguaje no verbal / corporal	Postura corporal, movimiento, gestos, expresión facial, contacto visual	Si se inclina hacia adelante, evita cruzar brazos, gestos congruentes	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
4. Entonación / tono / volumen	Cambios en tono, volumen, énfasis, pausas emocionales	Voz firme, pausas coherentes, cambios cuando relata emociones	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
5. Expresividad emocional	Risas, llanto, enfado, tensión, emoción adecuada al contexto	Si al narrar hechos difíciles muestra emoción, frialdad o bloqueo	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input checked="" type="checkbox"/> Bajo
6. Coherencia discurso – conducta	Lo que dice vs. lo que muestra con gestos / actitud	Si dice “me siento fuerte” pero su postura es encorvada, contradicción	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input checked="" type="checkbox"/> Baja
7. Autorreferencias / autoevaluación	Referencias a uno mismo, responsabilidad, culpa, esperanza	“Yo creo”, “yo siento”, “yo puedo cambiar”, “me equivoco”	<input checked="" type="checkbox"/> Frecuente <input type="checkbox"/> Moderada <input type="checkbox"/> Escasa
8. Reconocimiento del rol	Menciona roles significativos, identidad, propósito	Dice “soy padre”, “trabajador”, “creyente”, “hermano”, etc.	<input checked="" type="checkbox"/> Claro <input type="checkbox"/> Moderado <input type="checkbox"/> Difuso
9. Metas / proyectos	Habla de planes presentes o futuros, deseos de cambio	“Cuando salga voy a...”, “me gustaría...”	<input checked="" type="checkbox"/> Altas <input type="checkbox"/> Moderadas <input type="checkbox"/> Bajas
10. Gestión emocional / afrontamiento	Estrategias que menciona o muestra	Respiración, silencio, pedir	<input checked="" type="checkbox"/> Adecuado <input type="checkbox"/> Parcial <input type="checkbox"/> Deficiente

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. **No es necesario que escribas tu nombre.**

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

Si, Le gusta trabajar, en la medicina, por que es proceso de aprendizaje. Se gana con familiares de PPI, me preocupa el deterioro. Satisfacción.

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

Que sea mas libre, ayuda a ver personas.

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. (X)
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. ()

a) Explica por qué elegiste esa opción:

Hay un espacio muy duro.

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- o Rol 1: Padre
- o Rol 2: Asesorador (Ayudador)
- o Rol 3: Exponer

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- o Rol 1: 1. Tiempo en familia 2. Juegos 3. Llevar a la escuela
- o Rol 2: 1. Ayudar 2. Hablar de problemas 3. Ayudar
- o Rol 3: 1. Ayudar casa 2. Ayudar en el trabajo 3. Pasar tiempo de calidad

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- o Rol 1: 1. Temas 2. Vida 3. Recomendaciones
- o Rol 2: 1. Problemas 2. Intimidad 3. Situación económica
- o Rol 3: 1. Relaciones 2. Alegria 3. Problemas

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

- (A): Para dar o recibir información.
- (B): Para expresar cariño y afecto.
- (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

Querer hacer el bien pero haber mal. Una desventura

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

Que sean personas normales. Bueno que se haga trabajo

Buscar un trabajo.

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. ¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
- Parcialmente
- No

¿Por qué?

Trabajo que siempre quise y poder ayudar

2. ¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
- Parcialmente
- No

¿Por qué?

Excepción, buena conexión, amor

3. ¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
- Parcialmente
- No

¿Por qué?

Porque se siente orgullo de tener buena salud

- (A): Para dar o recibir información.
- (B): Para expresar cariño y afecto.
- (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

Buscar hacer el bien por ser bueno. Ser desinteresado

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

Buscar que las personas no malos. Tanto que no haga trabajo

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. ¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Trabajo que siempre quise y poder ayudar

2. ¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental?

¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Emoción, buena experiencia, cariño

3. ¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Porque se siente aguilero de tener buena salud

R J. V. F

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: R J. V. F EDAD: _____ SEXO: _____

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).		X	
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).		X	
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).		X	
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).		X	
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).	X		
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).		X	
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).		X	
8	Soy un(a) buen(a) líder.		X	
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).		X	
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).		X	
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).		X	
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).		X	
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)		X	
14	Otro (especificar)			

II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal		X	
16	Trabajar y/o estudiar		X	
17	Reunirme con mi familia.		X	
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.		X	
19	descansar, dormir, reposar.		X	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.		X	

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.		X	
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.		X	
23	Disfrutar las comidas y bebidas		X	
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)		X	
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.		X	
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.		X	

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos		X	
28	Siento que soy importante para varias personas		X	
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan		X	
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.	X	X	
31	Me implica fácilmente con las personas con las que me relaciono.		X	
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.	X	X	

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.		X	
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.		X	
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Lucho por mejorar mi vida en el futuro.		X	
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.		X	
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.		X	
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura		X	

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado		X	
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.	X		
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.		X	

V. **Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.**

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Social es	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz	X						X
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mí mismo.		X		X			
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.	X				X		
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra		X					X
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.					X		
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil			X				

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.		X	
49	Me echo a llorar.		X	
50	Me pongo irritable y molesto.		X	
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.		X	
52	Busco al culpable.		X	
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.		X	
55	Pido consejos e información al respecto.		X	
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.		X	
57	Aplazo su solución para un momento mejor.		X	
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.		X	
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.		X	
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.		X	

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción	X				X		
62	Mayor fracaso			X			X	
63	Mayor éxito		X					X
64	Mayor derrota				X			
65	Mayores alegrías	X			X			
66	Mayores conflictos			X			X	
67	Mayores esperanzas	X			X			X
68	Mayor tristeza				X	X		
69	Mayores aspiraciones		X					X
70	Mayores temores	X			X		X	

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.		X	
72	Practico ejercicios físicos.		X	
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).		X	
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.		X	
75	Prorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.		X	

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

A	Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
76	Irritabilidad.	X		X	X		
77	Nerviosismo	X	X		X		X
78	Confusión.	X		X	X	X	
79	Ansiedad	X		X	X		
80	Tristeza	X		X	X	X	
81	Fluctuaciones del estado de ánimo	X		X	X	X	
82	Indecisiones	X		X	X	X	
83	Tensión muscular			X	X	X	
84	Perturbaciones en el sueño						

X. El siguiente listado relaciona diferentes problemas o preocupaciones que las personas normalmente enfrentan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
85	Tengo problemas o preocupaciones en varios aspectos o áreas de mi vida los cuales voy sobrellevando.		X	
86	Los principales problemas o preocupaciones que tengo, provienen de un solo aspecto o área de mi vida.		X	
87	En mi vida no existen problemas o preocupaciones significativos, o al menos ninguno me resulta particularmente difícil y perturbador.	X		

Dr. Israel Mayo Parra.
Juez Experto 1

Psi. Clin Mariela Chávez I.
Juez Experto 2

Abg. Vielka Palomeque G.
Juez Experto 3

PARTICIPANTE 004



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

Firma del participante

28-11-25

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Firma del participante

28-11-25

Fecha

Av. Circunvalación Vía a San Mateo
www.uleam.edu.ec

 UleamEcuador

uleam

- 1. Desde que usted está aquí afuera ¿cómo se ha sentido en su día a día? ¿No se ha sentido con miedo, preocupado? ¿Se ha sentido con esperanza del futuro? ¿Alguna vez se sintió confundido, triste?**

No, no, no, contento porque estoy por lo menos en libertad.

¿Y EN EL ÚLTIMO MES USTED SE HA SENTIDO QUIZÁS TRISTE O DESANIMADO A HACER COSAS?

No, no, no, nunca.

- 2. ¿Hubo algún momento en su vida en que se sintió así, triste o desanimado? ¿O sin esperanza? ¿Incluso cuando estaba aquí adentro?**

Incluso aquí adentro sí, pues a veces me sentía mal porque estaba encorralado ahí, pero ya ahorita que estoy afuera, gracias al Señor, estoy bien, gracias a Dios. Estoy contento porque por lo menos ando en libertad. Usted sabe que la libertad es lo más lindo que hay en la vida; y cuidarse mucho y seguir adelante. Seguir el futuro adelante. Seguir adelante ya es la vida de uno... La verdad es que tengo, ya tengo 60 años, tengo que seguir adelante. Seguir cumpliendo con el deber que me toca, filmando toda la semana hasta que termine mi proceso, claro, eso es lo que quiero. Ya llevo dos años, ya me faltan tres años y quiero terminarlo bien, no lo quiero terminar mal... quiero seguir siguiendo adelante. Pensando en lo que hay que hacer, en el trabajo, pensando en la vejez también, porque entre más días va uno más viejo, más avanzado.

- 3. Tengo otra pregunta para usted. Cuando usted se siente triste, se siente enojado, preocupado, ¿qué es lo que usted hace para calmarse o sentirse mejor?**

Me voy por ahí, me voy por ahí, paso el tiempo, me distraigo, me... en cualquier cosa, hago un oficio hago otro y ahí ya se me pasa el tiempo. Me preocupo de que ya no tengo problemas, no estoy preocupado de nada.

- 4. ¿Ha tenido algunos días en los que no ha querido hacer nada?**

No, no, no, por ahorita no, ahorita me siento bien porque por ahí ando haciendo cualquier cosa, ando en el trabajo, me dedico el... Pensamiento mío es en el trabajo y no pensar en otra cosa que en mi trabajo, solo en mi trabajo.

¿EL TRABAJO LE SIRVE PARA DISTRAERSE DE LAS COSAS?

Exactamente, sí.

- 5. Desde que usted salió de aquí, ¿qué ha sido lo más difícil para usted?**

No, o sea, lo más difícil es que salí, o sea, no es que me siento, me sentí mal, sino que no ha sido difícil para mí. He salido afuera, conseguí trabajo... seguir trabajando, seguir luchando por la vida de uno.

¿USTED CONSIDERA QUE PARA OTROS QUIZÁS SE LE HACE MÁS COMPLICADO?

Exactamente. Puede ser que, para otros, pero no sé. Usted sabe que para uno no se ha hecho difícil porque uno ha conseguido trabajo, sigue trabajando, sigue por ahí manteniéndose en... ocupado. No me he sentido mal. El que le gusta trabajar, trabaja exactamente. Porque el que no le gusta trabajar, pues sigue adelante, sigue en la vaganza, sigue... pero no, a mí me ha gustado trabajar desde chico, desde que tenía 10, 11, 12 años ya comencé a trabajar y me ha gustado el trabajo. Gracias al Señor que estamos... Estamos vivos, estamos contentos... Y ahí digo, seguir adelante, hay que seguir adelante. Ya le digo, seguir adelante y pensar en el futuro adelante.

6. ¿Usted ha notado cambios en su sueño de energía?

No, no, no.

¿SIEMPRE HA TENIDO COMO, NO HA TENIDO PROBLEMAS PARA DORMIR ALGUNO DE ELLOS?

No, no, no.

7. ¿Usted tiene gente con quien hablar y conversar cuando se siente mal?

Sí, sí. Familia, amigos. En el trabajo, cuando ando trabajando, comprando.

¿USTED NO SE GUARDA LAS COSAS?

No, no, no.

8. ¿Usted cómo se siente con la obligación de tener que venir a firmar?

Bien, bien. Me siento bien.

¿NO LE MOLESTA? ¿NO LE INTERRUMPE SU TRABAJO?

No, no, no.

IGUAL USTED PUEDE SER SINCERO PORQUE ESTO DE AQUÍ ES APARTE.

Eso no me molesta nada. Es un día de trabajo pero eso no me molesta nada. Sigo adelante porque esto es cumplido. Es un proceso que uno tiene que seguir adelante hasta que cumpla el proceso que uno le han dado.

9. ¿Usted considera que hay cosas que uno lo puedan volver a poner como que a peligrar, que vuelva a cometer actos que quizás no lo beneficien, como digamos malas amistades?

No, no, no, por eso no me reúno casi con nadie. Yo sigo siendo el mismo, pero sigo apartado de problemas... Por ejemplo, me gustaba el vicio, ya no tomo, ya no, sí, me ocupo en otras cosas, no estoy pensando en otras cosas.

¿ENTONCES DESDE QUE USTED SALIÓ NO HA VUELTO A TOMAR ALCOHOL?

No, no, no, si he tomado pero ya no es como antes que tomaba toda la semana, por media semana, ya ahorita ya no, ya uno tiene que seguir adelante y cuidarse la vida de uno.

10. Y ahora que usted está afuera, ¿de quién percibe apoyo principalmente? ¿De su familia?

De mi familia, sí, mi familia. Ellos me apoyan en cualquier cosa... Que esté, ¿cómo le digo? Que me falte, por ejemplo, me falte algo, me falte una ropa, me falte un dinerito. Mi familia, ellos me apoyan.

11. ¿Cómo es un día normal para usted? ¿Como que cuando se levanta en la mañana? ¿Qué es lo que hace usted un día normal?

No, o sea, un día normal es que me levanto y me voy a la iglesia, por ahí, converso con la gente.

¿Y USTED, DIGAMOS, SE LEVANTA EN LA MAÑANA, SALE A TRABAJAR?

Sí, sí, yo me levanto a las 6 de la mañana, me voy a trabajar.

¿USTED TRABAJA DE 8 A 5?

No, yo trabajo de 7 a 2 de la tarde.

DE 7 A 2 DE LA TARDE, Y AHÍ VA A SU CASA, OBSERVA A SU FAMILIA, ¿QUÉ HACE?

Sí, me voy con mi familia, me hago un oficio por ahí, me voy a... Así cuando llega a hacer un trabajo, apartar unos chivitos, hacer cualquier cosa.

¿USTED COCINA O LE COCINAN?

No, no, me cocinan, me cocinan.

AH, YA, OK. Y EN ACTIVIDADES ASÍ, PARA PASAR EL TIEMPO, USTED ME DICE QUE...

No, no.

SOLO CONVERSA CON UNA PERSONA.

Sí, solo conversa, sí.

12. ¿Usted qué le gustaría lograr ahora que está afuera con su vida? Quizás ser una mejor persona.

Exactamente, una mejor persona. Seguir adelante, ya le digo, portarse bien, seguir adelante, cumplir con el deber... Seguir cumpliendo para no tener más, no quiero tener más problemas, digamos, ¿verdad?

¿LE GUSTARÍA SEGUIR MEJORANDO?

Exactamente, sí.

004

Completo

Ficha Sociodemográfica

Código del participante: _____

Fecha: 20 / 11 / 25

Datos	Respuesta
1. Edad	60 años
2. Sexo	Masculino <input checked="" type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/> Prefiere no decirlo <input type="checkbox"/>
3. Nacionalidad	Ecuatoriano
4. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: <u>Yanta, Poma</u>
5. Estado civil	Soltero/a <input checked="" type="checkbox"/> Casado/a <input type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input type="checkbox"/> Viudo/a <input type="checkbox"/>
6. Número de hijos	3
7. Nivel de estudios alcanzado	No estudió <input checked="" type="checkbox"/> Primaria incompleta <input type="checkbox"/> Primaria completa <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input type="checkbox"/> Secundaria completa <input type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores <input type="checkbox"/>
8. Ocupación	Lonelero
9. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	8 años
10. Motivo de ingreso (opcional)	
11. Tiempo en el programa (meses)	2 años
12. Actividades que realiza actualmente	Trabajo <input checked="" type="checkbox"/> Educación <input type="checkbox"/> Actividades religiosas <input type="checkbox"/> Atención psicológica <input type="checkbox"/> Otro <input :<="" td="" type="checkbox"/>
13. Personas con quienes vive o planea vivir	Familia <input type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Otro: <u>Poluna (Esposa, m y g)</u>
14. Apoyo familiar que considera	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
15. Consumo actual o pasado de alcohol	<input type="checkbox"/> Sí <input checked="" type="checkbox"/> No
16. Consumo actual o pasado de otras sustancias	<input type="checkbox"/> Sí <input checked="" type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?:
17. Estado general de salud (según su opinión)	<input checked="" type="checkbox"/> Bueno <input type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo
18. Religión o creencia principal	<u>Evangelio - Católicos</u>



Ficha de Observación

Observador: _____

Código del participante: _____

Fecha: / /

Dimensión	Indicadores observables	Características	Nivel observado
1. Interés y atención	Mantenimiento de la atención, participación activa, seguimiento de instrucciones	Escucha atentamente, realiza las actividades solicitadas, hace preguntas pertinentes	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
2. Claridad al expresarse	Orden en las ideas, coherencia temporal, vocabulario comprensible	Explica situaciones de manera secuencial, sin contradicciones evidentes	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
3. Congruencia emocional	Coincidencia entre contenido verbal y comunicación no verbal	Gestos y expresión facial acordes con lo que está relatando	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
4. Conciencia de sí mismo	Mención de sus cualidades, dificultades y procesos de cambio	Usa expresiones como "me di cuenta que", "yo soy", "necesito cambiar"	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input checked="" type="checkbox"/> Baja
5. Planes y roles futuros	Descripción de actividades concretas y roles tras la liberación	Menciona "voy a trabajar en", "quiero ser un buen", "mi plan es"	<input type="checkbox"/> Claros <input checked="" type="checkbox"/> Moderados <input checked="" type="checkbox"/> Difusos
6. Manejo de situaciones difíciles	Descripción de estrategias para manejar estrés o conflicto	Menciona respirar, caminar, hablar con alguien, distraerse	<input type="checkbox"/> Adecuado <input checked="" type="checkbox"/> Parcial <input type="checkbox"/> Deficiente
7. Habilidad para relacionarse	Contacto visual, escucha activa, respeto de turnos	Mira al hablar, asiente, espera su turno para intervenir	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
8. Apertura en la conversación	Profundidad y sinceridad en los temas personales abordados	Comparte experiencias íntimas, emociones vulnerables	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
9. Nivel de tranquilidad	Manifestaciones de calma o ansiedad,	Voz estable, postura relajada vs. voz temblorosa, movimiento constante	<input checked="" type="checkbox"/> Tranquilo <input type="checkbox"/> Moderado <input type="checkbox"/> Ansioso
10. Viabilidad de sus planes	Grado de realismo y especificidad en proyectos de reinserción	Detalla pasos concretos, considera obstáculos, conoce recursos	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
11. Nivel de comprensión	Comprensión de consignas, preguntas de confirmación, ejecución acertada	Responde de manera acorde a lo preguntado, solicita aclaraciones si no entiende	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: _____ EDAD: _____ SEXO: _____

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).		X	
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).		X	
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).		X	
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).	X		
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).		X	
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).		X	
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).		X	
8	Soy un(a) buen(a) lider.	X		
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).	X		
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).	X		
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).		X	
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).		X	
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)		X	
14	Otro (especificar)			

II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal		X	
16	Trabajar y/o estudiar		X	
17	Reunirme con mi familia.		X	
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.		X	
19	descansar, dormir, reposar.		X	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.		X	

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.		X	
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.	X		
23	Disfrutar las comidas y bebidas		X	
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)	X		
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.		X	
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.		X	

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos		X	
28	Siento que soy importante para varias personas		X	
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan		X	
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.	X		
31	Me implicó fácilmente con las personas con las que me relaciono.		X	
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.	X		

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.	X		
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.		X	
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Lucho por mejorar mi vida en el futuro.		X	
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.		X	
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.		X	
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura		X	

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado	X		
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.		X	
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.		X	

V. Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Sociales	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz	X 2						
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mi mismo.	X 2		X 1				
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.	X 2						
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra	X 1						
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.	X 1						
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil			X 2				

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.		X	
49	Me echo a llorar.		X	
50	Me pongo irritable y molesto.	X		
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.		X	
52	Busco al culpable.	X		
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.		X	
55	Pido consejos e información al respecto.		X	
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.		X	
57	Aplazo su solución para un momento mejor.	X		
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.		X	
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.		X	
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.	X		

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción	X						X
62	Mayor fracaso							
63	Mayor éxito							
64	Mayor derrota							
65	Mayores alegrías	X						
66	Mayores conflictos	X						
67	Mayores esperanzas	X						
68	Mayor tristeza							
69	Mayores aspiraciones	X			X			X
70	Mayores temores							

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.	X		
72	Practico ejercicios físicos.		X	
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).		X	
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.		X	
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.		X	

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

	A	Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
76	Irritabilidad.	X						
77	Nerviosismo							
78	Confusión.							
79	Ansiedad							
80	Tristeza							
81	Fluctuaciones del estado de ánimo							
82	Indecisiones							
83	Tensión muscular							
84	Perturbaciones en el sueño							

X. El siguiente listado relaciona diferentes problemas o preocupaciones que las personas normalmente enfrentan en su vida cotidiana. Marque con una X la respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	caracteriza	caracteriza Mucho
85	Tengo problemas o preocupaciones en varios aspectos o áreas de mi vida los cuales voy sobrellevando.			
86	Los principales problemas o preocupaciones que tengo, provienen de un solo aspecto o área de mi vida.	X		
87	En mi vida no existen problemas o preocupaciones significativos, o al menos ninguno me resulta particularmente difícil y perturbador.		X	

IX. Marque con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno para a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

	A	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Intimidación															
	Exclusión															
	Confusión															
	Aislamiento															
	Tristeza															
	Preocupación															
	Indignación															
	Tensión															
	Miedo															
	Resaca															

Dr. Israel Mayo Parra.
Juez Experto 1

Psi. Clin Mariela Chávez I.
Juez Experto 2

Abg. Vielka Palomeque G.
Juez Experto 3

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. **No es necesario que escribas tu nombre.**

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

Si, porque (que) tengo trabajo me mantengo ocupado y me distrajo
Tengo buenas relaciones, discuto bien, estoy tranquilo

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

No cambiaría nada, me siento satisfecho

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. ()
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. (X)

a) Explica por qué elegiste esa opción:

Porque hay que seguir adelante, tener una vida mejor

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- o Rol 1: Padre
- o Rol 2: Trabajador
- o Rol 3: Amigo

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- o Rol 1: 1. Ventarón 3. Comer/Pasar tiempo 2. Pensar en ellos
- o Rol 2: 1. Marketing 2. Motivarme 3. Conocerlos
- o Rol 3: 1. Borrar 2. Pasar tiempo 3. Verlos

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- o Rol 1: 1. Conocer 2. Educación 3. Modelos
- o Rol 2: 1. Queer / Diversidad 2. Del proceso 3. Conocer del día con compañeros
- o Rol 3: 1. Política 2. Religión 3. Deportes

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

(A): Para dar o recibir información.

(B): Para expresar cariño y afecto.

(C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

Simplymente por

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

Además, gente que se trata bien o mal, no permiten en el futuro,

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. ¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

Sí

Parcialmente

No

¿Por qué?

Porque se siente bien, ni estoy contento, ni deso yo

2. ¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

Sí

Parcialmente

No

¿Por qué?

Porque lo ha apoyado, a estado por mí

3. ¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

Sí

Parcialmente

No

¿Por qué?

Porque me siento bien, no se siente que ha fallado nada

PARTICIPANTE 005



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

Firma del participante

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Firma del participante

Fecha

1. Desde que estás afuera, ¿cómo te has sentido en tu día a día?

Me siento tranquilo, bien, gracias a Dios. Me siento con esperanza, no me he sentido ni confundido ni con miedo. Mi estado de ánimo este mes ha sido excelente, me siento contento de estar libre y compartiendo con los míos.

2. ¿Qué ha sido lo más difícil para ti desde que volviste a vivir afuera?

Lo más difícil ha sido conseguir un empleo estable, porque a veces por los antecedentes a uno se le cierran las puertas, pero ahí vamos luchando. Por lo demás, me he adaptado rápido; duermo bien y descanso tranquilo en mi cama.

3. ¿Cómo te sientes con la obligación de venir cada viernes a las charlas o voluntariado?

Me siento bien, es algo que tengo que cumplir y lo hago con gusto porque es parte de mi proceso. No me estresa, más bien me ayuda a ser responsable y a ver a los compañeros que también están luchando por lo mismo.

4. ¿Quién te apoya ahora que estás afuera?

Mi mayor apoyo es mi mamá y mis hermanos. Ellos son los que me han dado la mano desde que salí. Tengo buena comunicación con ellos y siempre están dándome consejos para que no vuelva a caer en lo mismo.

5. Cuando te sientes triste, enojado o preocupado, ¿qué haces para calmarte o sentirte mejor?

Me pongo a orar un poco, trato de buscar de Dios y también me pongo a hacer ejercicio o a limpiar la casa para no pensar cosas malas. Hablar con mi mamá también me ayuda mucho a calmarme cuando estoy preocupado.

6. ¿Cómo es tu día normal fuera del centro?

Me levanto temprano, hago el aseo, salgo a ver si sale algún trabajito o alguna cosa que hacer por ahí. En la tarde regreso a la casa, paso con mi familia y trato de no andar mucho en la calle por gusto.

7. ¿Has tenido días en que no quieras hacer nada, te sientas sin ánimo o muy estresado desde que estás afuera?

A veces da un poco de desánimo cuando uno busca trabajo y no encuentra, pero trato de que no me gane la tristeza. Me pongo a hacer cualquier cosa en la casa para mantenerme ocupado y que el estrés no me venza.

8. Desde que estás afuera, ¿has vuelto a tomar alcohol, fumar o usar otras sustancias?

No, nada de eso. Estoy firme en mi decisión de cambiar y sé que eso solo trae problemas. No he consumido nada desde que salí.

9. ¿Qué cosas crees que podrían ponerte en riesgo de volver a tener problemas?

Las malas compañías, esos que se dicen amigos, pero solo están cuando hay vicio o cosas malas. También la falta de dinero a veces es una tentación, pero prefiero andar limpio y tranquilo.

10. ¿Qué te gustaría lograr en tu vida ahora que tienes esta oportunidad de estar afuera?

Me gustaría terminar mis estudios o aprender bien un oficio para tener un trabajo digno. Mi meta es ser una persona de bien y que mi familia se sienta orgullosa de que pude cambiar mi vida.

005
Información por cada
foto. entrevista

Completo
Entrevista ✓

Ficha Sociodemográfica

Código del participante: _____

Fecha: ____ / ____ / ____

Dato	Respuesta
1. Edad	56 años
2. Sexo	<input checked="" type="checkbox"/> Masculino <input type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/> Prefiere no decirlo
3. Nacionalidad	Ecuatoriana
4. Estado civil	<input type="checkbox"/> Soltero/a <input checked="" type="checkbox"/> Casado/a <input type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input type="checkbox"/> Viudo/a
5. Número de hijos	4
6. Nivel de estudios alcanzado	<input type="checkbox"/> No estudió <input type="checkbox"/> Primaria incompleta <input type="checkbox"/> Primaria completa <input type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input checked="" type="checkbox"/> Secundaria completa <input type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores
7. Ocupación antes de ingresar al programa	Comerciante
8. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	6 años, 3 meses
9. Motivo de ingreso al programa (opcional)	Drogas
10. Tiempo en el programa (meses)	2 años
11. Actividades que realiza actualmente	<input checked="" type="checkbox"/> Talleres de trabajo <input type="checkbox"/> Educación <input type="checkbox"/> Actividades religiosas <input checked="" type="checkbox"/> Apoyo psicológico <input type="checkbox"/> Otro: <u>Comerciante</u>
12. Personas con quienes vive o planea vivir	<input checked="" type="checkbox"/> Familia <input type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> Otro: <u>Esposa</u>
13. Apoyo familiar que percibe	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input checked="" type="checkbox"/> Bajo
14. Consumo actual o pasado de alcohol o drogas	<input type="checkbox"/> Sí <input checked="" type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?: _____
15. Participación en programas de apoyo emocional o espiritual	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
16. Estado general de salud (según su opinión)	<input type="checkbox"/> Bueno <input type="checkbox"/> Regular <input checked="" type="checkbox"/> Malo <u>Hipertensa - Gastritis - Prostatitis</u>
17. Religión o creencia principal (opcional)	<u>Evangelica</u>
18. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: <u>Monta</u>

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: _____ EDAD: _____ SEXO: _____

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

- I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).		/	
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).		/	
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).		/	
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).		/	
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).		/	
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).		/	
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).		/	
8	Soy un(a) buen(a) líder.		/	
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).	/	/	
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).		/	
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).		/	
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).		/	
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)		/	
14	Otro (especificar)			

- II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal		/	
16	Trabajar y/o estudiar	/		
17	Reunirme con mi familia.		/	
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.	/		
19	descansar, dormir, reposar.		/	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.		/	

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.	/		
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.	/		
23	Disfrutar las comidas y bebidas	/		
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)	/		
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.			
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.			

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos	/		
28	Siento que soy importante para varias personas		/	
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan	/		
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.	/		
31	Me implico fácilmente con las personas con las que me relaciono.		/	
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.	/		

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.	/		
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.		/	
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Luchó por mejorar mi vida en el futuro.		/	
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.	/		
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.		/	
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura		/	

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado	/		
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.		/	
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.		/	

V. Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Sociales	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz	1	1	0	1	0	0	1
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mí mismo.	1	1	1	1	0	0	1
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.	1	1	1	1	0	0	1
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra	0	1	1	1	0	0	1
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.	1	1	1	1	0	0	1
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil	0	0	0	0	1	1	1

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.		/	
49	Me echo a llorar.		/	
50	Me pongo irritable y molesto.	/		
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.	/		
52	Busco al culpable.	/		
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.		/	
55	Pido consejos e información al respecto.		/	
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.		/	
57	Aplazo su solución para un momento mejor.		/	
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.		/	
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.		/	
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.		/	

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción	X	X	X	X			X
62	Mayor fracaso						X	
63	Mayor éxito	X	X	X	X			X
64	Mayor derrota							
65	Mayores alegrías	X						
66	Mayores conflictos							
67	Mayores esperanzas				X			
68	Mayor tristeza							
69	Mayores aspiraciones				X			
70	Mayores temores							

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.	/		
72	Practico ejercicios físicos.	/		
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).	/		
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.		/	
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.		/	

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

A	Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
76	Irritabilidad.						
77	Nerviosismo						
78	Confusión.						
79	Ansiedad	/					
80	Tristeza						
81	Fluctuaciones del estado de ánimo	/					
82	Indecisiones						
83	Tensión muscular			/			
84	Perturbaciones en el sueño						

X. El siguiente listado relaciona diferentes problemas o preocupaciones que las personas normalmente enfrentan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
85	Tengo problemas o preocupaciones en varios aspectos o áreas de mi vida los cuales voy sobrellevando.	/		
86	Los principales problemas o preocupaciones que tengo, provienen de un solo aspecto o área de mi vida.		/	
87	En mi vida no existen problemas o preocupaciones significativos, o al menos ninguno me resulta particularmente difícil y perturbador.		/	

Preocupación de hijos

 Dr. Israel Mayo Parra.
 Juez Experto 1

 Psi. Clin Mariela Chávez I.
 Juez Experto 2

 Abg. Vielka Palomeque G.
 Juez Experto 3

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. **No es necesario que escribas tu nombre.**

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

Sometido al trabajo, todos los días.

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

Quitarle el trabajo, poder trabajar menos y disfrutar más

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. (X)
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. ()

a) Explica por qué elegiste esa opción:

Es lo que me gusta día a día.

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- o Rol 1: Padre
- o Rol 2: Padre
- o Rol 3: Hermano

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- o Rol 1: 1. Estar pendiente 2. mi hermano 3. Salir de paseo
- o Rol 2: 1. Comer 2. Ayuda económica 3. Trabaja
- o Rol 3: 1. Beberse 2. Hacer deporte 3. Salir

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- o Rol 1: 1. Trabajo 2. Hijos 3. Noticias
- o Rol 2: 1. Deportes 2. Noticias 3. Comer
- o Rol 3: 1. Fútbol 2. Religion 3. Religion

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

- o (A): Para dar o recibir información.
- o (B): Para expresar cariño y afecto.
- o (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

Preconocimiento de lo hoy y los acontecimientos

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

Actitudes equivocadas que hacen que nos quedemos en el tiempo, no nos adaptamos, no están conscientes de la gravedad de sus actos. No reflexionan. No son todos

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. ¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
- Parcialmente
- No

¿Por qué?

Hizo mayor hincapié en una rutina con salud delicada. Sufrí atentado como policía

2. ¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
- Parcialmente
- No

¿Por qué?

Se han entendido, no hay resentimientos. Hay buena comunicación.

3. ¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
- Parcialmente
- No

¿Por qué?

Me he dado buena esposa y buenos hijos. Me siento contento con lo que hice

PARTICIPANTE 006



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado

Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

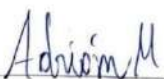


Firma del participante

10/12/25

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:



Firma del participante

10/12/25

Fecha

Av. Circunvalación Vía a San Mateo
www.uleam.edu.ec



Uleam

- 1. Desde que usted está afuera, ¿cómo se ha sentido día a día? ¿se siente tranquilo, con miedo?**

Tranquilidad.

TRANQUILIDAD. ¿SE SIENTE FELIZ, CON ESPERANZAS?

Feliz, contento porque estoy con mi familia. Y esperanza porque al final estoy libre para poder salir adelante más que todo.

- 2. ¿Y el último mes cómo se ha sentido? ¿Quizás triste, desanimado?**

O sea, triste, triste no, porque aún gracias a Dios estamos con vida. Complicado sí, porque a veces hay que ver por la familia, por motivo de trabajo...En eso uno ha pasado medio estresado, por decirlo así. ¿Si me entiende?

- 3. ¿Y usted cuando se siente estresado o triste, ¿qué es lo que hace para sentirse mejor? ¿Qué le ayuda?**

Ayuda dialogar con mi familia, jugar con mi hija. Entretener la mente en algo bueno para no pensar cosas malas.

¿HACE DEPORTE QUIZÁS?

Sí, índor.

- 4. ¿Ha tenido quizás días en los que usted no ha querido hacer nada o se sintió muy estresado desde que ha salido?**

Hay días que sí. Pero igual uno por desestresarse le toca hacer algo.

Y HACE LO MISMO QUE ME COMENTÓ ANTES PARA LIDIAR CON ESO, ¿VERDAD?

Claro.

¿USTED EN QUÉ PROCESO ESTÁ? ¿PRELIBERTAD?

Prelibertad.

- 5. ¿Qué ha sido lo más difícil para usted desde que salió?**

No le puedo decir nada difícil porque ante este beneficio uno está contento de cogerlo, ¿sí me entiende? Estar con la familia es lo más importante.

¿NO SIENTE QUE TIENE DIFICULTADES PARA ADAPTARSE AL SALIR?

En los primeros días... Los primeros días cuando salí, porque la gente lo ve a uno extraño por la forma en que uno va saliendo.

6. ¿Ha notado cambios en su sueño o en su energía desde que salió? ¿Duerme bien o se siente más cansado?

No, para qué decirle... ahora me siento mejor. Duermo mejor que antes.

7. ¿Tiene gente para hablar cuando usted se siente mal o triste? ¿Habla con otras personas?

Claro, trato de dialogar lo que me tiene así para desestresarme.

¿LO HACE CON AMIGOS, CON SU ESPOSA?

Con mi esposa, con mi familia, con mi mamá.

8. ¿Y usted cómo se siente respecto a este proceso de que tiene que ir a firmar? ¿Le estresa?

No es que me moleste, sino que a veces es complicado porque uno a veces está trabajando y hay que interrumpir la actividad. A veces perdemos el trabajo porque hay que venir a firmar y, como es obligatorio, nos toca.

9. ¿Considera que las charlas o talleres que recibe aquí le ayudan?

Ayudan mucho porque nos hacen reconocer más. Reflexionar sobre las cosas que a veces hemos cometido.

10. ¿Qué cosas usted considera que lo podrían poner en riesgo a volver a tener problemas o reincidir?

Andar en malas juntas... andar con personas que andan en cosas; uno por andar unido a ellos puede caer.

¿CREE QUE NO TENER TRABAJO AUMENTA ESE PELIGRO?

Eso es una decisión. Sino que a veces en la desesperación cuando uno tiene hijos y ve que no tienen qué comer... en esa forma somos un poquito débiles por la familia... pero hay que tratar de buscar trabajo así sea por ahí, haciendo cualquier actividad para salir adelante.

11. ¿Antes de ingresar consumía alcohol u otra sustancia?

Solo alcohol.

¿Y AHORA QUE REGRESÓ, SU CONSUMO SE REDUJO O AUMENTÓ?

Se redujo bastante.

12. ¿De quién percibe más apoyo ahorita que está fuera?

De mi familia, mi pareja y mis padres.

13. ¿Puede hablarme de un día normal que usted tiene? Su rutina diaria.

Levantarse, dar gracias a Dios, ver a mis hijos y decirles que me voy a trabajar. Ir al trabajo, llegar y ver que me reciban, todo... esa es mi alegría.

14. ¿Qué le gustaría lograr en su vida ahora que está libre?

Salir adelante, tener mi negocito para sobrevivir con mi familia. Tener trabajo propio.

006

Información posada

Ficha Sociodemográfica

Código del participante: [REDACTED]

Fecha: ___ / ___ / ___

Dato	Respuesta
1. Edad	34 años
2. Sexo	<input checked="" type="checkbox"/> Masculino <input type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/> Prefiere no decirlo
3. Nacionalidad	ECUATORIANO
4. Estado civil	<input type="checkbox"/> Soltero/a <input type="checkbox"/> Casado/a <input checked="" type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input type="checkbox"/> Viudo/a
5. Número de hijos	
6. Nivel de estudios alcanzado	<input type="checkbox"/> No estudió <input type="checkbox"/> Primaria incompleta <input checked="" type="checkbox"/> Primaria completa <input type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input type="checkbox"/> Secundaria completa <input type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores
7. Ocupación antes de ingresar al programa	JORNALERO
8. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	13 y 7 meses
9. Motivo de ingreso al programa (opcional)	ROBO AGRAVADO
10. Tiempo en el programa (meses)	3 AÑO
11. Actividades que realiza actualmente	<input type="checkbox"/> Talleres de trabajo <input type="checkbox"/> Educación <input type="checkbox"/> Actividades religiosas <input type="checkbox"/> Apoyo psicológico <input type="checkbox"/> Otro: JORNALERO
12. Personas con quienes vive o planea vivir	<input checked="" type="checkbox"/> Familia <input type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> Otro:
13. Apoyo familiar que percibe	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
14. Consumo actual o pasado de alcohol o drogas	<input type="checkbox"/> Sí <input checked="" type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?:
15. Participación en programas de apoyo emocional o espiritual	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
16. Estado general de salud (según su opinión)	<input checked="" type="checkbox"/> Bueno <input type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo
17. Religión o creencia principal (opcional)	Religión
18. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: MANTA

Entrevista

- Cuestionario caracterización

Complet

Ficha de Observación

Observador: _____

Código del participante: _____

Fecha: ___ / ___ / ___

Dimensión	Indicadores observables	Características	Nivel observado
1. Actitud general	Cooperación, interés, puntualidad, apertura	Si acepta participar, se mantiene atento, no rechaza preguntas	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
2. Lenguaje verbal	Claridad, vocabulario usado, concreción, pausas, repeticiones, evasivas	Usa palabras simples, responde directamente, evita divagar innecesariamente	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
3. Lenguaje no verbal / corporal	Postura corporal, movimiento, gestos, expresión facial, contacto visual	Si se inclina hacia adelante, evita cruzar brazos, gestos congruentes	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input checked="" type="checkbox"/> Bajo
4. Entonación / tono / volumen	Cambios en tono, volumen, énfasis, pausas emocionales	Voz firme, pausas coherentes, cambios cuando relata emociones	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
5. Expresividad emocional	Risas, llanto, enfado, tensión, emoción adecuada al contexto	Si al narrar hechos difíciles muestra emoción, frialdad o bloqueo	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
6. Coherencia discurso - conducta	Lo que dice vs. lo que muestra con gestos / actitud	Si dice "me siento fuerte" pero su postura es encorvada, contradicción	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
7. Autorreferencias / autoevaluación	Referencias a uno mismo, responsabilidad, culpa, esperanza	"Yo creo", "yo siento", "yo puedo cambiar", "me equivoco"	<input checked="" type="checkbox"/> Frecuente <input type="checkbox"/> Moderada <input type="checkbox"/> Escasa
8. Reconocimiento del rol	Menciona roles significativos, identidad, propósito	Dice "soy padre", "trabajador", "creyente", "hermano", etc.	<input checked="" type="checkbox"/> Claro <input type="checkbox"/> Moderado <input type="checkbox"/> Difuso
9. Metas / proyectos	Habla de planes presentes o futuros, deseos de cambio	"Cuando salga voy a...", "me gustaría..."	<input type="checkbox"/> Altas <input checked="" type="checkbox"/> Moderadas <input type="checkbox"/> Bajas
10. Gestión emocional / afrontamiento	Estrategias que menciona o muestra para manejar emociones	Respiración, silencio, pedir ayuda, retirarse, diálogo interno	<input checked="" type="checkbox"/> Adecuado <input type="checkbox"/> Parcial <input type="checkbox"/> Deficiente

Falta Acentuación y Pronunciación
Acentuación de consonancia

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: [REDACTED] EDAD: 49- SEXO: M-

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

L. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).			X
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).			X
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).		X	
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).		X	
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).		X	
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).		X	
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).		X	
8	Soy un(a) buen(a) líder.		X	
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).		X	
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).		X	
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).		X	
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).		X	
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)			X
14	Otro (especificar)			

II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal		X	
16	Trabajar y/o estudiar			X
17	Reunirme con mi familia.			X
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.	X		
19	descansar, dormir, reposar.		X	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.		X	

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.		X	
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.		X	
23	Disfrutar las comidas y bebidas		X	
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)		X	
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.			X
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.			X

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos	X		
28	Siento que soy importante para varias personas		X	
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan	X		
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.		X	
31	Me implico fácilmente con las personas con las que me relaciono.		X	
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.	X		

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.		X	
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.	X		
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Luchó por mejorar mi vida en el futuro.			X
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.	X	X	
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.		X	
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura			X

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado	X		
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.	X		
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.			X

V. Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Sociales	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz	X			X			
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mí mismo.	X			X			
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.	X		X				
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra	X		X	X			
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.	X			X			
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil							

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.			X
49	Me echo a llorar.	X		
50	Me pongo irritable y molesto.		X	
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.	X		
52	Busco al culpable.	X		
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.			X
55	Pido consejos e información al respecto.			X
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.		X	
57	Aplazo su solución para un momento mejor.		X	
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.		X	
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.			X
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.		X	

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción	X			X			
62	Mayor fracaso					/		/
63	Mayor éxito	X			X			
64	Mayor derrota			X	X			X
65	Mayores alegrías	X			X			
66	Mayores conflictos			X				
67	Mayores esperanzas	X			X			
68	Mayor tristeza			X			X	
69	Mayores aspiraciones	X			X			
70	Mayores temores			X	X		X	X

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.		X	
72	Practico ejercicios físicos.			X
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).		X	
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.		X	
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.			X

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

	A	Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
76	Irritabilidad.			X			X	
77	Nerviosismo			X			X	
78	Confusión.			X			X	
79	Ansiedad			X			X	
80	Tristeza			X				
81	Fluctuaciones del estado de ánimo	X			X			
82	Indecisiones					X		X
83	Tensión muscular			X	X			
84	Perturbaciones en el sueño			X				

X. El siguiente listado relaciona diferentes problemas o preocupaciones que las personas normalmente enfrentan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
85	Tengo problemas o preocupaciones en varios aspectos o áreas de mi vida los cuales voy sobrellevando.		X	
86	Los principales problemas o preocupaciones que tengo, provienen de un solo aspecto o área de mi vida.		X	
87	En mi vida no existen problemas o preocupaciones significativos, o al menos ninguno me resulta particularmente difícil y perturbador.	X		

Dr. Israel Mayo Parra.
Juez Experto 1

Psi. Clin Mariela Chávez I.
Juez Experto 2

Abg. Vielka Palomeque G.
Juez Experto 3

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. No es necesario que escribas tu nombre.

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

III. Pasar más tiempo con la familia, buscar más a Dios

II Si me siento bien, tengo lo que necesito, no tengo que preocuparme, aunque si creo que podría ser mejor.

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. ()
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. (X)

a) Explica por qué elegiste esa opción:

Quiero tener un mejor futuro

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- Rol 1: Hijo
- Rol 2: Norio
- Rol 3: Hermano

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- Rol 1: 1. Ayudar 2. Conversar 3. Pasar tiempo
- Rol 2: 1. Amar 2. Entender 3. Salir
- Rol 3: 1. Conversar 2. Pasar tiempos 3. Deporte

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- Rol 1: 1. Casa A 2. Salud B 3. Trabajo A
- Rol 2: 1. Futuro B 2. Casa A 3. Salud B
- Rol 3: 1. Día a día A 2. Deporte A 3. Política A

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

- (A): Para dar o recibir información.
- (B): Para expresar cariño y afecto.
- (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

La gente no aprecio la libertad antes, hacen cosas para el momento y no piensan en futuro. Piensas que no te van a agarrar, entonces robas y vas por mal camino

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

Depende de con quien te juntas, hoy gente que es lámpara, llena de resentimiento con la vida, que trata mal y hace daño, y otra gente que es más tranquila

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. ¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Podría ser mejor, pero para eso necesito prepararme

2. ¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

si me siento bien con ella, no se queda en el pasado, mi pasado

3. ¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Podría ser mejor, pero aún la puedo mejorar

PARTICIPANTE 007



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

Firma del participante

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Firma del participante

Fecha

Av. Circunvalación Vía a San Mateo
www.uleam.edu.ec



- 1. Desde que usted está fuera ¿cómo se ha sentido en su día a día? ¿Se ha sentido bien, se ha sentido triste, preocupado, confundido?**

Bien.

¿POR QUÉ?

Porque estoy con mi familia. Porque tengo mi trabajo para poderlo ayudar día a día.

- 2. ¿Cómo ha sido su estado de ánimo en este último mes? ¿Se ha sentido triste, desanimado, sin ganas de hacer cosas o se ha sentido bien, feliz, contento?**

Siempre me he sentido bien, gracias a Dios.

- 3. Cuando usted se siente triste, enojado o preocupado ¿qué hace para calmarse o sentirse mejor?**

Eh... me siento y cierro mis ojos.

¿MEDITA? ¿REFLEXIONA?

Y comienzo a meditar, a reflexionar. Y ahí... eso.

- 4. ¿Ha tenido días usted en los que no ha querido hacer nada, se ha sentido sin ánimo o muy estresado desde que salió en libertad?**

Sí.

¿QUÉ HACE USTED CUANDO ESO LE SUCEDE?

Comienzo a meditar. Salgo a veces... me pongo a correr, a hacer ejercicio.

- 5. En el proceso de lo que está de pre-libertad ¿qué ha sido lo más difícil para usted desde que salió? Quizás volver a la dinámica familiar, no sé, visitar gente o toparse con gente...**

Claro, uno se topa con gente que a veces por el hecho de que uno ha salido de acá, pues lo como que lo echan de menos.

DE RECUPERAR ESAS RELACIONES QUE TENÍA ANTES.

Ajá. Correcto

6. ¿Usted ha notado cambios en su sueño o en su energía? O sea, ¿siente que duerme bien o siente que se cansa más que antes?

No, me siento bien. Duermo bien, gracias a Dios.

7. ¿Usted tiene gente con quien hablar cuando se siente mal? Usted me comentaba que casi no habla de lo que siente...

No, casi no... No soy tan confianzudo en eso de mi persona.

PERO ¿USTED CONSIDERA QUE SI USTED PUDIERA HABLAR CON ALGUIEN LE ESCUCHARÍA? ¿CON SU FAMILIA QUIZÁS?

Sí, con mi madre, con mi pareja, nadie más.

8. ¿Cómo usted se siente con este tema de que tiene que venir a firmar? ¿Siente que quizás le frustra, le estresa estar pensando en eso o no le importa mucho?

Eh... no le doy mucha importancia por lo que es algo de que es un régimen semiabierto, en la cual, para estar allá adentro encerrado, pues prefiero estar acá afuera con mi familia trabajando. Y es un día que se viene a firmar nomás.

9. ¿Qué cosas usted cree que pueden ponerle en riesgo de volver a tener los problemas que tuvo o a otras personas de volver a tener esos problemas?

Volviéndome a juntar con las malas amistades y obteniendo la mala cabeza.

¿Y USTED CREE QUE COSAS COMO NO TENER TRABAJO O CONSUMIR ESTUPEFACIENTES PODRÍA TAMBIÉN FAVORECER O SUPONER UN RIESGO PARA QUE LAS PERSONAS VUELVAN A REINCIDIR?

Eh... claro, si uno vuelve a lo que es las drogas y a las malas amistades, lo que es la calle, claro que vuelve. Pero trabajo hay, el que quiere trabajar, trabaja.

10. Desde que usted está fuera ¿ha vuelto quizás a tomar alcohol o cosas así?

Por ahí a veces con mi familia sí me tomo por ahí un vinito, como compartiendo con la familia nomás. Ya no es como antes, ya no como antes, ya no.

11. ¿Desde que usted está fuera quién lo apoya? ¿Su familia, amigos, su pareja?

Familia.

¿PRINCIPALMENTE QUIÉN CONSIDERA QUE ES EL MAYOR APOYO?

Mi madre y mi esposa.

12. ¿Cómo es un día normal para usted, desde que se levanta hasta que se va a dormir?

Un día normal para mí es levantarme, ver a mis hijos, a mi esposa, a mi madre, eh, salir a trabajar, pues regresar y salir a pasear con ellos hasta que llegemos a la casa.

13. ¿Usted qué le gustaría valorar en su vida ahora que está en libertad?

Valorar a mi familia

¿MEJORAR LA RELACIÓN CON SU FAMILIA?

Sí.

¿ALGUNA OTRA COSA?

Valorar lo que es las buenas amistades que son pocas... Y valorar lo que es a mi esposa y madre que aún gracias a Dios la tengo con vida.

Ficha Sociodemográfica

Código del participante: _____

Fecha: / /

Datos	Respuesta
1. Edad	37 años
2. Sexo	Masculino <input type="checkbox"/> Femenino <input checked="" type="checkbox"/> Prefiere no decirlo <input type="checkbox"/>
3. Nacionalidad	EC
4. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: <u>Portoviejo</u>
5. Estado civil	Soltero/a <input type="checkbox"/> Casado/a <input type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input checked="" type="checkbox"/> Viudo/a <input type="checkbox"/>
6. Número de hijos	2
7. Nivel de estudios alcanzado	No estudió <input type="checkbox"/> Primaria incompleta <input type="checkbox"/> Primaria completa <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input checked="" type="checkbox"/> Secundaria completa <input checked="" type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores <input type="checkbox"/>
8. Ocupación	<u>Interventor</u>
9. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	<u>6 años dos meses</u>
10. Motivo de ingreso (opcional)	<u>Rabo</u>
11. Tiempo en el programa (meses)	<u>5 meses</u>
12. Actividades que realiza actualmente	Trabajo <input checked="" type="checkbox"/> Educación <input type="checkbox"/> Actividades religiosas <input type="checkbox"/> Atención psicológica <input type="checkbox"/> Otro <input type="checkbox"/> : _____
13. Personas con quienes vive o planea vivir	Familia <input checked="" type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Otro: _____
14. Apoyo familiar que considera	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
15. Consumo actual o pasado de alcohol	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
16. Consumo actual o pasado de otras sustancias	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?:
17. Estado general de salud (según su opinión)	<input type="checkbox"/> Bueno <input checked="" type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo
18. Religión o creencia principal	<u>No</u>

Ficha de Observación

Observador: _____

Código del participante: _____

Fecha: / /

Dimensión	Indicadores observables	Características	Nivel observado
1. Interés y atención	Mantenimiento de la atención, participación activa, seguimiento de instrucciones	Escucha atentamente, realiza las actividades solicitadas, hace preguntas pertinentes	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
2. Claridad al expresarse	Orden en las ideas, coherencia temporal, vocabulario comprensible	Explica situaciones de manera secuencial, sin contradicciones evidentes	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
3. Congruencia emocional	Coincidencia entre contenido verbal y comunicación no verbal	Gestos y expresión facial acordes con lo que está relatando	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
4. Conciencia de sí mismo	Mención de sus cualidades, dificultades y procesos de cambio	Usa expresiones como "me di cuenta que", "yo soy", "necesito cambiar"	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
5. Planes y roles futuros	Descripción de actividades concretas y roles tras la liberación	Menciona "voy a trabajar en", "quiero ser un buen", "mi plan es"	<input type="checkbox"/> Claros <input checked="" type="checkbox"/> Moderados <input type="checkbox"/> Difusos
6. Manejo de situaciones difíciles	Descripción de estrategias para manejar estrés o conflicto	Menciona respirar, caminar, hablar con alguien, distraerse	<input checked="" type="checkbox"/> Adecuado <input checked="" type="checkbox"/> Parcial <input type="checkbox"/> Deficiente
7. Habilidad para relacionarse	Contacto visual, escucha activa, respeto de turnos	Mira al hablar, asiente, espera su turno para intervenir	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
8. Apertura en la conversación	Profundidad y sinceridad en los temas personales abordados	Comparte experiencias íntimas, emociones vulnerables	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input checked="" type="checkbox"/> Baja
9. Nivel de tranquilidad	Manifestaciones de calma o ansiedad,	Voz estable, postura relajada vs. voz temblorosa, movimiento constante	<input checked="" type="checkbox"/> Tranquilo <input type="checkbox"/> Moderado <input type="checkbox"/> Ansioso
10. Viabilidad de sus planes	Grado de realismo y especificidad en proyectos de reinserción	Detalla pasos concretos, considera obstáculos, conoce recursos	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
11. Nivel de comprensión	Comprensión de consignas, preguntas de confirmación, ejecución acertada	Responde de manera acorde a lo preguntado, solicita aclaraciones si no entiende	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: _____ EDAD: _____ SEXO: _____

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).		X	
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).		X	
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).		X	
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).		X	
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).	X		
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).		X	
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).		X	
8	Soy un(a) buen(a) lider.	X		
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).	X		
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).		X	
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).		X	
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).		X	
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)		X	
14	Otro (especificar)			

II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal		X	
16	Trabajar y/o estudiar		X	
17	Reunirme con mi familia.		X	
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.	X		
19	descansar, dormir, reposar.		X	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.		X	

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.	X		
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.		X	
23	Disfrutar las comidas y bebidas		X	
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)		X	
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.		X	
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.	X		

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos		X	
28	Siento que soy importante para varias personas		X	
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan		X	
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.		X	
31	Me implico fácilmente con las personas con las que me relaciono.	X		
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.	X		

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.	X		
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.	X		
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Luchó por mejorar mi vida en el futuro.		X	
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.	X		
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.		X	
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura		X	

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado	X		
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.		X	
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.		X	

V. **Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.**

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Social es	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz	X			X			
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mí mismo.	X			X			
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.	X			X			
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra	X			X			
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.			X				
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil			X				X

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.		X	
49	Me echo a llorar.		X	
50	Me pongo irritable y molesto.		X	
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.		X	
52	Busco al culpable.		X	
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.		X	
55	Pido consejos e información al respecto.		X	
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.		X	
57	Aplazo su solución para un momento mejor.		X	
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.		X	
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.		X	
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.	X		

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción	X			X			
62	Mayor fracaso			X				
63	Mayor éxito	X			X			
64	Mayor derrota			X				
65	Mayores alegrías	X			X			
66	Mayores conflictos			X				
67	Mayores esperanzas	X			X			
68	Mayor tristeza	X		X				
69	Mayores aspiraciones	X			X			
70	Mayores temores			X				

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.		X	
72	Practico ejercicios físicos.		X	
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).		X	
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.		X	
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.		X	

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

	A	Famili a	Escuel a	Barri o	Trabaj o	Gallada	Redes sociale s	Comuni dad religiosa
76	Irritabilidad.			X				
77	Nerviosismo			X				
78	Confusión.			X				
79	Ansiedad					X		
80	Tristeza			X				
81	Fluctuaciones del estado de ánimo					X		
82	Indecisiones			X		X		
83	Tensión muscular				X			
84	Perturbaciones en el sueño				X			

X. El siguiente listado relaciona diferentes problemas o preocupaciones que las personas normalmente enfrentan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
85	Tengo problemas o preocupaciones en varios aspectos o áreas de mi vida los cuales voy sobrellevando.		X	
86	Los principales problemas o preocupaciones que tengo, provienen de un solo aspecto o área de mi vida.	X		
87	En mi vida no existen problemas o preocupaciones significativos, o al menos ninguno me resulta particularmente difícil y perturbador.		X	

<p>Dr. Israel Mayo Parra. Juez Experto 1</p>									
<p>Psi. Clin Mariela Chávez I. Juez Experto 2</p>		<p>Abg. Vielka Palomeque G. Juez Experto 3</p>							

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. No es necesario que escribas tu nombre.

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

Si, porque tengo libertad y trabajo para sustentar a mi familia.

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

Poder comunicar mejor lo que me pasa. En más abierto, poder confiar.

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. ()
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. (X)

a) Explica por qué elegiste esa opción:

Porque en lo que quiero, en lo que puedo pasar mejor.

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- o Rol 1: Padre
- o Rol 2: Trabajador
- o Rol 3: Amigo

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- o Rol 1: 1. Aprender 2. aconsejar 3. Pasar tiempo
- o Rol 2: 1. Ayudar 2. Comer 3. Tomar medidas
- o Rol 3: 1. Pelear 2. conversar 3. Pasar

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- o Rol 1: 1. Educación 2. Respeto 3. Afecto
- o Rol 2: 1. Modales 2. Juras 3. Obligaciones
- o Rol 3: 1. Deportes 2. cosas personales 3.

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

- (A): Para dar o recibir información.
- (B): Para expresar cariño y afecto.
- (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

No pensaba en las repercusiones de mis actos, bebía bastante, tenía malos puntos, que me llevaron a las malas experiencias que por

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

Vio mucha frustración, con que no todos eran malos, que algunas personas son inocentes. Malos hábitos entre personas

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. ¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Porque es lo que me gusta, me gusta la robótica, aprender y descubrir nuevos modelos

2. ¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Por que esa persona me acompaña en momentos malos, considera que debe respeto y libertad por haber apoyado en momentos duros

3. ¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Obtuve su libertad, tiene trabajo y puede estar con las personas que quiere

PARTICIPANTE 008



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

Firma del participante

7/11/25

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Firma del participante

7/11/25

Fecha

Av. Circunvalación Vía a San Mateo
www.uleam.edu.ec



Uleam

1. Desde que tú estás afuera ¿cómo te has sentido en tu día a día?

Mucho mejor, porque no es lo mismo estar encerrado que estar en la calle con tu familia.

¿TE HAS SENTIDO CON ESPERANZA?

Exactamente, claro pues.

¿NO TE HAS SENTIDO QUIZÁS MAL EN ALGÚN MOMENTO, CON MIEDO, O...?

Por ratos todos tenemos desánimo, a veces nos sentimos bien, a veces nos sentimos mal. Todo depende de cómo uno quiera llevar y sobrellevar el día a día.

PERO EN LO GENERAL ¿TE HAS SENTIDO BIEN?

Sí.

2. ¿En este mes específicamente qué tal ha estado tu estado de ánimo?

En este mes muy bien porque vamos a compartir con la familia y porque estamos también afuera.

¿NO TE HAS SENTIDO ALGUNA VEZ TRISTE O DESANIMADO, SIN GANAS DE HACER COSAS EN ESTE ÚLTIMO MES?

A veces sí.

¿Y ESO QUÉ TAN FRECUENTE ES MÁS O MENOS?

Por ratos, pero ya cuando me da pongo de mí mismo y pongo mente positiva para que todo vaya bien.

3. Cuando te sientes así mal, enojado, preocupado, ¿qué haces para sentirte mejor o para calmarte?

A veces cierro los ojos y me pongo a pensar tantas cosas que uno ha pasado y reflexiono.

4. ¿Alguna vez has tenido esos días en los que no has querido hacer nada o te sientes muy mal, qué haces cuando te pasa? ¿Haces lo mismo que me comentaste de antes o quizás haces otra cosa como ir a hacer ejercicio, caminar, cosas así?

Exactamente, hacer deporte.

5. En este proceso de aquí de pre-libertad ¿qué ha sido lo más difícil para ti?

Venir a firmar semana a semana, porque a veces sale trabajo que tienes que ir a otro lado y no te puedes ir por venir a firmar.

ENTONCES ¿LO DE CONSEGUIR UN TRABAJO NO HA SIDO COMPLICADO DE SOBREMANERA?

Entrevistado: No.

6. ¿Ha notado cambios en su sueño o energía desde que salió? ¿Duerme más o menos, duerme mejor?

Duermo mejor, duermo mejor.

7. ¿Tienes personas para hablar cuando te sientes mal, con la familia, amigos?

Entrevistado: ¿Mande?

QUE SI HABLAS DE LAS COSAS QUE SIENTES CON OTRAS PERSONAS.

A veces sí.

¿QUIÉNES SON ESAS PERSONAS?

Amigos, familiares...

¿DE QUÉ TEMAS HABLAN CUANDO HABLAN?

Sobre cosas que nos pasan día a día, cosas que podemos solucionar y el diálogo es lo mejor.

8. ¿Cómo te sientes con esto de tener que venir a firmar cada viernes? Genuinamente.

O sea, genuinamente me siento mal porque hay veces de viernes que a veces uno no puede venir, pues. Entonces y aquí adentro no permiten eso, que hay que traer justificativo para que pueda...

PARA QUE VALGA LA SEMANA.

Sí, exactamente.

¿Y ESO TE GENERA ALGUNA PREOCUPACIÓN, MIEDO, ESTRÉS?

A veces miedo por la situación como está también ahorita todo, y a veces no hay ni cómo confiarse.

9. ¿Qué cosas cree usted que pueden poner en riesgo a alguien de volver a reincidir o volver a ingresar en la cárcel?

A veces el trabajo, porque como no hay trabajo y la gente busca la forma de buscar la papa para la casa. Porque usted sabe que a veces una las cosas que uno hace es por los hijos.

CLARO. ¿COSAS COMO LAS MALAS AMISTADES O EL CONSUMO CREE QUE TAMBIÉN INFLUYEN EN ESO?

A veces sí. Pero eso ya depende de cada persona, porque si tú no quieres no...

10. ¿Usted ha acostumbrado tomar alcohol u otras sustancias en el pasado?

De vez en cuando.

¿Y desde que volvió a tener como una libertad ha reducido eso o se ha mantenido?

He reducido.

YA. USTED MENCIONABA QUE SIENTE APOYO DE SU PAREJA, AMIGOS Y FAMILIA ¿VERDAD?

Sí.

11. ¿Me puede contar cómo es un día para usted normalmente desde que se levanta hasta que se acuesta?

Ya desde que me levanto, preparar el desayuno, ya mi esposa al trabajo, y de ahí la rutina de ir a trabajar hasta que se acabe el día y vuelve todos los días lo mismo.

¿Y EN QUÉ TRABAJA USTED?

Eh, soy maestro pintor en construcción, ceramiquero... lo que salga.

12. ¿Qué le gustaría a usted lograr en su vida ahora que tiene la oportunidad de estar libre?

Principal quiero volver a estudiar porque me quedé en cuarto semestre y quiero terminar la carrera. Y de ahí para allá ya lo que el destino... depende para cada uno, porque uno puede querer una cosa, pero a la hora de la hora no sabe lo que pueda pasar.

¿Y QUÉ ES LO QUE USTED ESTABA ESTUDIANDO?

Estaba estudiando Turismo.

AH, OKAY. ENTONCES ESE SERÍA SU PRINCIPAL OBJETIVO, QUERER VOLVER A REALIZAR EL ESTUDIO Y SER PROFESIONAL.

Sí, exactamente.

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. **No es necesario que escribas tu nombre.**

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)**II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?**

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

Si, porque poro como maricotas, llevo a mi esposa al trabajo

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

No cambiaría nada. Me gusta tal y como es

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. (X)
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. ()

a) Explica por qué elegiste esa opción:

Porque el futuro no se sabe, solo podemos saber lo que para ahora

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

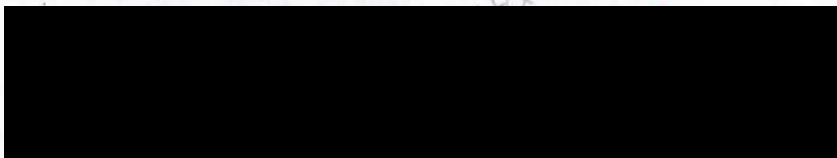
- o Rol 1: Amigo / Pareja
- o Rol 2: Hijo / Hermano
- o Rol 3: Compañero

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- o Rol 1: 1. Jolin 2. Reuniones 3. Dormir
- o Rol 2: 1. Trabaja 2. Ver películas 3. Jugar videojuegos
- o Rol 3: 1. Administración 2. Transporte 3. Relaciones sociales

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- o Rol 1: 1. Chismes 2. Romántico 3. Amor
- o Rol 2: 1. Hablar de fútbol 2. Hablar de videos 3. Política
- o Rol 3: 1. Dinero 2. Economía 3. Organización

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

- (A): Para dar o recibir información.
- (B): Para expresar cariño y afecto.
- (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

(Inmadurez) Inmadurez, Responsabilidad, no hacer caso,

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

Unos ornos más, consumo de sustancias, presión de otros, Paranoia, Depresión.

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. ¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Si
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

No porque solo es por dinero.

2. ¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Si
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Porque tenemos bastante tiempo juntos. Nos complementamos.

3. ¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Si
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Deficial conseguir trabajo.

1. 34

2. M

3. Ecuobuena

4. Unión libre

5. N/A

6. Secundaria incompleta

7. 12 años

7. Comunitate

10. 3 años 2 meses

11. Comunitate

12. Epura (Fomeba)

13. Alto

14. "No"

15. No

16. Regular

17. Sabidura

18. Aguarapich

Municipio Barceloneta

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: _____ EDAD: _____ SEXO: _____

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

- I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).		X	
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).		X	
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).	X		
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).		X	
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).	X		
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).		X	
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).		X	
8	Soy un(a) buen(a) líder.		X	
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).		X	
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).	X		
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).			X
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).			X
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)	X		
14	Otra (especificar)			

- II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal		X	
16	Trabajar y/o estudiar		X	
17	Reunirme con mi familia.		X	
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.	X		
19	descansar, dormir, reposar.			X
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.		X	

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.	X		
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.			X
23	Disfrutar las comidas y bebidas		X	
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)			X
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.	X		
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.	X		

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos	X		
28	Siento que soy importante para varias personas			X
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan		X	
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.		X	
31	Me impliego fácilmente con las personas con las que me relaciono.			X
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.	X		

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.		X	
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.	X		
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Luchó por mejorar mi vida en el futuro.			X
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.			X
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.			X
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura			X

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado	X		
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.			X
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.			X

V. **Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.**

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Sociales	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz					X		
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mi mismo.	X		X	X	X		
44	Hago planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.			X				
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra			X				
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.			X				
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil	X	X	X	X	X	X	X

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.			X
49	Me echo a llorar.	X		
50	Me pongo irritable y molesto.			X
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.	X		
52	Busco al culpable.			X
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.			X
55	Pido consejos e información al respecto.			X
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.			X
57	Aplazo su solución para un momento mejor.			X
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.			X
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.			X
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.			X

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Galiada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción	X						
62	Mayor fracaso			X				
63	Mayor éxito	X						
64	Mayor derrota					X		
65	Mayores alegrías	X						
66	Mayores conflictos	X		X				
67	Mayores esperanzas	X						
68	Mayor tristeza	X						
69	Mayores aspiraciones	X						
70	Mayores temores	X						

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.			X
72	Practico ejercicios físicos.	X		
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).		X	
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.			X
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.			X

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

	A	Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Calle	Redes sociales	Comunidad religiosa
76	Irritabilidad.			X				
77	Nerviosismo			X				
78	Confusión.			X				
79	Ansiedad	X						
80	Tristeza	X						
81	Fluctuaciones del estado de ánimo	X						
82	Indecisiones			X				
83	Tensión muscular	X		X				
84	Perturbaciones en el sueño							

- X. El siguiente listado relaciona diferentes problemas o preocupaciones que las personas normalmente enfrentan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
85	Tengo problemas o preocupaciones en varios aspectos o áreas de mi vida los cuales voy sobrellevando.			X
86	Los principales problemas o preocupaciones que tengo, provienen de un solo aspecto o área de mi vida.			X
87	En mi vida no existen problemas o preocupaciones significativos, o al menos ninguno me resulta particularmente difícil y perturbador.			X

Dr. Israel Mayo Parra.
Juez Experto 1

Psi. Clin Mariela Chávez I.
Juez Experto 2

Abg. Vielka Palomeque G.
Juez Experto 3

PARTICIPANTE 009



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

Firma del participante

7/11/25

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Firma del participante

7/11/25

Fecha

1. Desde que usted está fuera, ¿cómo se ha sentido en su día a día?

Este... muy contento, feliz. Uf, es lo mejor de tener la libertad.

¿NO SE HA SENTIDO EN ALGÚN MOMENTO QUIZÁS PREOCUPADO, TRISTE?

Claro, porque no faltan los problemas en el día a día, bien con la... con la relación de pareja, bien también con... con tu hijo. Y pues sí, sí me he sentido así.

2. ¿Y en el último mes cómo se ha sentido?

Contento, bien, bien, bien.

¿A QUÉ SE DEBE SU ALEGRÍA?

Porque estoy reunido con mi mamá, con mis hermanas y... y a pesar de que me dedico a trabajar, ayudo a mis hijos.

¿SE SIENTE BIEN?

Sí, me siento bien, sí, exactamente.

3. Cuando usted se siente triste, enojado, preocupado, ¿qué es lo que hace para calmarse o sentirse mejor?

Respirar profundo y continuar no más.

4. ¿Ha tenido días en los que quizás no ha querido hacer nada, se ha sentido sin ánimos o demasiado estresado desde que salió?

Este... solo cuando he tenido un problema, discusión, pues ahí no más en esos días, pero han sido muy pocos.

¿QUÉ ES LO QUE SUELE HACER AHÍ EN ESOS MOMENTOS?

Este... tomarme mi tiempo solo, escuchar música y relajarme.

5. En este proceso de que usted ha salido, ¿qué ha sido lo más difícil para usted?

Lo más complicado... empezar desde cero prácticamente, pero las cosas se van dando. Con... con trabajo, con esfuerzo se van dando.

6. ¿Ha notado cambios en su sueño o energía?

Pues no, yo me siento realizado, me siento muy lleno de energía y dedicado al trabajo, enfocado en mis hijos.

7. ¿Tiene usted gente con quien hablar cuando se siente mal? ¿En este caso familia, sus amigos?

Sí, mi mamá.

8. ¿Cómo se siente usted con la obligación de tener que venir a firmar todos los viernes?

Este... claro que es un poquito estresante pero me siento contento porque estoy en toda la libertad y respetando todas las... las leyes que han puesto en la resolución. Cumpliendo con todo para poder quedar bien.

¿CONSIDERA QUE LAS CAPACITACIONES QUE HAY AQUÍ LE AYUDAN O CREE QUE PODRÍAN MEJORAR?

Claro, yo creo que todo esto es para bien. Me ayuda a mejorar como persona.

¿LE HA SERVIDO COMO QUE LAS COSAS QUE LE DICEN A NIVEL DE, DIGAMOS, LA ABOGADA QUE VINO?

Sí, sí me ayuda para bien porque me empapo del tema y tengo que cumplir muchos códigos que de pronto se nos pasan por alto, entonces es muy importante.

9. ¿Usted qué cosas considera que puede hacer que una persona vuelva a reincidir o a tener problemas nuevamente?

¿Cómo?

¿QUÉ COSAS USTED CREE QUE PUEDEN HACER QUE UNA PERSONA REINCIDA EN COMETER DELITOS O EN VOLVER A LA PRISIÓN?

Primeramente la mala junta, la mala compañía y los malos hábitos.

¿HÁBITOS COMO CUÁLES?

Como cuál... la... el consumo de drogas, la vagancia, el no trabajar, eso te conlleva a muchas cosas.

10. Desde que usted está fuera, ¿ha vuelto a tomar alcohol o a fumar o algo por el estilo?

Este... solo por ejemplo en un cumpleaños, pero muy poco, no, eso no va conmigo.

¿Y ANTES DE QUE USTED ESTUVIERA AFUERA, BEBÍA MÁS QUIZÁS?

Sí, quizás anteriormente sí, claro, consumía más y estaba así, perdido en las drogas, pero ya no. Actualmente gracias a Dios ya tengo seis, siete años que no tengo nada de eso.

11. Usted desde que está fuera, ¿de quién cree que recibe más apoyo? ¿De su familia, de su pareja, de amigos?

Pues yo pienso que de mi pareja y de parte de mi hermano, pues de ellos no más. Y de mí mismo.

12. ¿Cómo es un día normal para usted? ¿Puede decirme desde que se levanta hasta que se acuesta a dormir?

Un día normal... este... levantarme, pegarme un baño, arreglar el cuarto y salir a trabajar, regresar y con la misma rutina de todos los días. Eso me hace sentir bien.

13. ¿Qué le gustaría lograr a usted en su vida ahorita que está libre?

P: Este... adquirir una casa y adquirir toda... esa es mi meta, tener una casa propia con mis esfuerzos y seguir de lleno en el trabajo porque eso es lo que me da la alimentación diaria.

14. ¿A usted le gusta su día a día y por qué?

Sí, me gusta mi día a día porque... me gusta estar con mi familia, me trato bien, o me gusta la comida que como, o me gusta mi trabajo

Completo
Entrevista ✓

Ficha Sociodemográfica

Código del participante: _____

Fecha: / /

Datos	Respuesta
1. Edad	30 años
2. Sexo	Masculino <input checked="" type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/> Prefiere no decirlo <input type="checkbox"/>
3. Nacionalidad	Ecuatoriano
4. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: Monto
5. Estado civil	Soltero/a <input type="checkbox"/> Casado/a <input type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input checked="" type="checkbox"/> Viudo/a <input type="checkbox"/>
6. Número de hijos	4
7. Nivel de estudios alcanzado	No estudió <input type="checkbox"/> Primaria incompleta <input type="checkbox"/> Primaria completa <input checked="" type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input type="checkbox"/> Secundaria completa <input type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores <input type="checkbox"/>
8. Ocupación	Comerciante
9. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	6 meses, 6 meses
10. Motivo de ingreso (opcional)	Druga
11. Tiempo en el programa (meses)	1 año
12. Actividades que realiza actualmente	Trabajo <input checked="" type="checkbox"/> Educación <input type="checkbox"/> Actividades religiosas <input checked="" type="checkbox"/> Atención psicológica <input checked="" type="checkbox"/> Otro <input type="checkbox"/>
13. Personas con quienes vive o planea vivir	Familia <input checked="" type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> Otro: _____
14. Apoyo familiar que considera	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
15. Consumo actual o pasado de alcohol	<input type="checkbox"/> Sí <input checked="" type="checkbox"/> No
16. Consumo actual o pasado de otras sustancias	<input type="checkbox"/> Sí <input checked="" type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?:
17. Estado general de salud (según su opinión)	<input type="checkbox"/> Bueno <input checked="" type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo
18. Religión o creencia principal	Cristianismo

Ficha de Observación

Observador: _____ Código del participante: _____

Fecha: / /

Dimensión	Indicadores observables	Características	Nivel observado
1. Interés y atención	Mantenimiento de la atención, participación activa, seguimiento de instrucciones	Escucha atentamente, realiza las actividades solicitadas, hace preguntas pertinentes	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
2. Claridad al expresarse	Orden en las ideas, coherencia temporal, vocabulario comprensible	Explica situaciones de manera secuencial, sin contradicciones evidentes	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
3. Congruencia emocional	Coincidencia entre contenido verbal y comunicación no verbal	Gestos y expresión facial acordes con lo que está relatando	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
4. Conciencia de sí mismo	Mención de sus cualidades, dificultades y procesos de cambio	Usa expresiones como "me di cuenta que", "yo soy", "necesito cambiar"	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
5. Planes y roles futuros	Descripción de actividades concretas y roles tras la liberación	Menciona "voy a trabajar en", "quiero ser un buen", "mi plan es"	<input checked="" type="checkbox"/> Claros <input type="checkbox"/> Moderados <input type="checkbox"/> Difusos
6. Manejo de situaciones difíciles	Descripción de estrategias para manejar estrés o conflicto	Menciona respirar, caminar, hablar con alguien, distraerse	<input type="checkbox"/> Adecuado <input checked="" type="checkbox"/> Parcial <input type="checkbox"/> Deficiente
7. Habilidad para relacionarse	Contacto visual, escucha activa, respeto de turnos	Mira al hablar, asiente, espera su turno para intervenir	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
8. Apertura en la conversación	Profundidad y sinceridad en los temas personales abordados	Comparte experiencias íntimas, emociones vulnerables	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
9. Nivel de tranquilidad	Manifestaciones de calma o ansiedad,	Voz estable, postura relajada vs. voz temblorosa, movimiento constante	<input type="checkbox"/> Tranquilo <input checked="" type="checkbox"/> Moderado <input type="checkbox"/> Ansioso
10. Viabilidad de sus planes	Grado de realismo y especificidad en proyectos de reinserción	Detalla pasos concretos, considera obstáculos, conoce recursos	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
11. Nivel de comprensión	Comprensión de consignas, preguntas de confirmación, ejecución acertada	Responde de manera acorde a lo preguntado, solicita aclaraciones si no entiende	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: _____ EDAD: _____ SEXO: M

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

- I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).		X	
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).		X	
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).		X	
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).		X	
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).			
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).		X	
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).		X	
8	Soy un(a) buen(a) lider.		X	
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).	X		
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).		X	
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).		X	
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).		X	
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)		X	
14	Otro (especificar)			

- II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal		X	
16	Trabajar y/o estudiar		X	
17	Reunirme con mi familia.	X		
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.	X		
19	descansar, dormir, reposar.		X	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.		X	

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.	<input checked="" type="checkbox"/>		
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.	<input checked="" type="checkbox"/>		
23	Disfrutar las comidas y bebidas			<input checked="" type="checkbox"/>
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)		<input checked="" type="checkbox"/>	
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.		<input checked="" type="checkbox"/>	
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.		<input checked="" type="checkbox"/>	

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos	<input checked="" type="checkbox"/>		
28	Siento que soy importante para varias personas			<input checked="" type="checkbox"/>
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan			<input checked="" type="checkbox"/>
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.			<input checked="" type="checkbox"/>
31	Me implico fácilmente con las personas con las que me relaciono.		<input checked="" type="checkbox"/>	
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.		<input checked="" type="checkbox"/>	

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.	<input checked="" type="checkbox"/>		
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.	<input checked="" type="checkbox"/>		
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Luchó por mejorar mi vida en el futuro.			<input checked="" type="checkbox"/>
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.	<input checked="" type="checkbox"/>		
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.			<input checked="" type="checkbox"/>
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura			<input checked="" type="checkbox"/>

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado	X		
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.		X	
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.			X

V. **Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.**

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Sociales	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz	2	1	1	2	1	2	1
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mi mismo.	2	1	2	2	1	1	1
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.	2			2			1
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra	1	1	1	1	1	1	1
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.	2						
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil	2	2	2	2	2	2	2

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.		X	
49	Me echo a llorar.	X		
50	Me pongo irritable y molesto.		X	
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.		X	
52	Busco al culpable.		X	
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.			X
55	Pido consejos e información al respecto.			X
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.			X
57	Aplazo su solución para un momento mejor.			X
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.			X
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.		X	
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.		X	

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción	X		X	X		X	X
62	Mayor fracaso	X						
63	Mayor éxito	X			X			
64	Mayor derrota	X				X		X
65	Mayores alegrías	X		X	X	X	X	X
66	Mayores conflictos			X		X		
67	Mayores esperanzas	X			X			X
68	Mayor tristeza	X	X		X	X	X	X
69	Mayores aspiraciones	X	X	X	X	X	X	X
70	Mayores temores		X					X

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.			X
72	Practico ejercicios físicos.		X	
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).		X	
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.			X
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.		X	

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

	A	Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
76	Irritabilidad.					X		
77	Nerviosismo			X		X	X	
78	Confusión.		X	X		X	X	
79	Ansiedad						X	
80	Tristeza							
81	Fluctuaciones del estado de ánimo						X	X
82	Indecisiones		X	X		X	X	X
83	Tensión muscular							
84	Perturbaciones en el sueño	X						

- X. El siguiente listado relaciona diferentes problemas o preocupaciones que las personas normalmente enfrentan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
85.	Tengo problemas o preocupaciones en varios aspectos o áreas de mi vida los cuales voy sobrellevando.			X
86	Los principales problemas o preocupaciones que tengo, provienen de un solo aspecto o área de mi vida.			X
87	En mi vida no existen problemas o preocupaciones significativos, o al menos ninguno me resulta particularmente difícil y perturbador.			X

Dr. Israel Mayo Parra.
Juez Experto 1

Psi. Clin Mariela Chávez I.
Juez Experto 2

Abg. Vielka Palomeque G.
Juez Experto 3

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. No es necesario que escribas tu nombre.

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

Me gusta vivir la vida q. llevo x mi familia x ver a mis hijos x por mi mismo. x la alimentación de yo mismo me brindo x que trabajo. desde casa hasta donde me toke Trabajar.

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

El estar sin oficios =
Por que no es bueno Para el estado de animo.

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. (X)
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. ()

a) Explica por qué elegiste esa opción:

Porque me gusta vivir del día a día Que Dios me regale
x que el mañana es incierto. la vida es bella.

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- o Rol 1: Padre
- o Rol 2: Trabajo.
- o Rol 3: Amigo.

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- o Rol 1: 1. Tránsito 2. Trabajar 3. Compañero
- o Rol 2: 1. Presente 2. enfocado 3. escuchar
- o Rol 3: 1. atento. 2. perseverante. 3. confiable.

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- o Rol 1: 1. mamá 2. vida 3. sentimientos
- o Rol 2: 1. Día a Día 2. vivir 3. esfuerzo
- o Rol 3: 1. Amigo. 2. sentir 3. hecho.

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

Vida.

- o (A): Para dar o recibir información.
- o (B): Para expresar cariño y afecto.
- o (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

Las drogas.
 las peleas.
 la vagancia.

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

El que me imposta
 las preocupaciones
 x la familia.
 x no poner a Dios en primer lugar.

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. ¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

El trabajo te brinda miles de oportunidades para salir adelante con la familia y con uno mismo.

2. ¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Al inicio todo es color de rosa, y luego acaba todo lo que empieza se marchita.

3. ¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Por que soy capaz de lograr muchas cosas con la vida y salud q. Dios me brinda. Opa a Dia.

PARTICIPANTE 010



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

Firma del participante

21-11-25

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Firma del participante

21-11-25

Fecha

Av. Circunvalación Vía a San Mateo
www.uleam.edu.ec



Uleam

1. Desde que estás afuera, ¿cómo te has sentido en tu día a día?

Me siento tranquilo, la verdad. Siento paz porque salí después de tanto tiempo. Trato de llevar la vida tranquila, estar de nuevo en lo mío, aunque a veces uno se siente un poco psicoseado por las cosas que tiene que cumplir.

2. ¿Cómo ha sido tu estado de ánimo este último mes? ¿Te has sentido triste, desanimado o sin ganas de hacer cosas?

Ha habido días de todo. A veces sí me pega la tristeza, más que nada cuando hay roces con la familia o cuando el trabajo se pone pesado. Me da como una ansiedad y me desanimo un poco, pero trato de no quedarme en eso.

3. Cuando te sientes triste, enojado o preocupado, ¿qué haces para calmarte o sentirte mejor?

Trato de distraerme con cualquier cosa para olvidarme del problema. A veces, si la cosa es muy fuerte, me echo a llorar solito para desahogarme. También busco a alguien que me pueda dar un buen consejo, alguien que sepa más que uno, para ver cómo solucionar lo que esté pasando.

4. ¿Has tenido días en que no quieras hacer nada, te sientas sin ánimo o muy estresado desde que estás afuera? ¿Qué haces cuando te pasa eso?

Sí, hay días en que me siento bien estresado con la familia y las cosas. Cuando me pasa, trato de calmarme primero, respiro y luego trato de hacerlo con cabeza fría. No me gusta dejar las cosas así, trato de ir sobrellevando.

5. En este proceso de prelibertad, ¿qué ha sido lo más difícil para ti desde que saliste? ¿Algo te ha generado miedo o mucha preocupación?

Lo más duro es sentir que la familia a veces me juzga. También me preocupa el trabajo, porque a veces uno anda apretado con el dinero.

6. ¿Has notado cambios en tu sueño o en tu energía? ¿Duermes bien o te sientes más cansado que antes?

He tenido algunas noches donde no duermo bien, me quedo pensando mucho en la labor o en las cosas que pasaron. A veces me siento cansado, pero yo creo que es más por la misma preocupación que por el esfuerzo físico.

7. ¿Tienes a alguien con quien hablar cuando te sientes mal?

Sí, gracias a Dios tengo a mi pareja. Con ella hablo de todo, nos sentimos bien y ella me escucha. Este, trato de hablar con mis hijos para saber cómo están ellos y como que distraerme.

8. ¿Cómo te sientes con la obligación de venir cada viernes a las charlas o voluntariado?

Bien, normal, cumpliendo con eso, es lo que toca, aunque a veces cansa, es lo que es.

¿Qué cosas crees que podrían ponerte en riesgo de volver a tener problemas?

Mala junta, y bueno, el vicio también. Si uno se pone a andar con gente que no debe, ahí es cuando vienen los problemas de nuevo. Por eso trato de andar en lo mío.

9. Desde que estás afuera, ¿has vuelto a tomar alcohol, fumar o usar otras sustancias?

Antes sí le daba al trago de vez en cuando, pero ahorita mi mente es otra. Eso lo pone a uno belicoso y la verdad que no quiero volver a perder mi libertad por una tontera así. Estoy tratando de mantenerme enfocado en mi familia.

10. ¿Quién te apoya ahora que estás afuera?

Mi pareja es la que me aguanta, ella es mi apoyo. Mi familia también ahí está, aunque como le digo, a veces hay esos roces y desconfianzas, pero ahí van. Y bueno, la fe en Dios, que es la que no lo deja a uno solo.

11. Finalmente, ¿cómo es tu día normal fuera del centro?

Me levanto temprano Me ocupo de sacar el producto, pesarlo y venderlo. En la tarde regreso a casa, converso con mis hijos. Trato de comer bien. Vivo el día a día, pero siempre planificando para que mi futuro sea mejor que el pasado. Paso la tarde, En la merienda como mi comida, descanso un poco y trato de estar tranquilo.

010
Datos demográficos

Benny Lito

Ficha Sociodemográfica

Código del participante: XXXXXXXXXX

Fecha: ___ / ___ / ___

Dato	Respuesta
1. Edad	<u>32</u> años
2. Sexo	<input checked="" type="checkbox"/> Masculino <input type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/> Prefiere no decirlo
3. Nacionalidad	
4. Estado civil	<input checked="" type="checkbox"/> Soltero/a <input type="checkbox"/> Casado/a <input type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input type="checkbox"/> Viudo/a
5. Número de hijos	<u>2</u>
6. Nivel de estudios alcanzado	<input type="checkbox"/> No estudió <input checked="" type="checkbox"/> Primaria incompleta <input type="checkbox"/> Primaria completa <input type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input type="checkbox"/> Secundaria completa <input type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores
7. Ocupación antes de ingresar al programa	<u>Pescador</u>
8. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	<u>7 años 6 meses</u>
9. Motivo de ingreso al programa (opcional)	<u>Asesinato</u>
10. Tiempo en el programa (meses)	<u>8 meses</u>
11. Actividades que realiza actualmente	<input checked="" type="checkbox"/> Talleres de trabajo <input type="checkbox"/> Educación <input checked="" type="checkbox"/> Actividades religiosas <input checked="" type="checkbox"/> Apoyo psicológico <input type="checkbox"/> Otro: _____
12. Personas con quienes vive o planea vivir	<input type="checkbox"/> Familia <input type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> Otro: <u>Pareja</u>
13. Apoyo familiar que percibe	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
14. Consumo actual o pasado de alcohol o drogas	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?: <u>Marihuana, alcohol</u>
15. Participación en programas de apoyo emocional o espiritual	<input type="checkbox"/> Sí <input checked="" type="checkbox"/> No
16. Estado general de salud (según su opinión)	<input type="checkbox"/> Bueno <input checked="" type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo
17. Religión o creencia principal (opcional)	<u>Católica</u>
18. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: <u>San Juan</u>

Falta Entrevista
☐

Ficha de Observación

Observador: Donissa

Código del participante: XXXXXXXXXX

Fecha: / /

Dimensión	Indicadores observables	Características	Nivel observado
1. Actitud general	Cooperación, interés, puntualidad, apertura	Si acepta participar, se mantiene atento, no rechaza preguntas	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
2. Lenguaje verbal	Claridad, vocabulario usado, concreción, pausas, repeticiones, evasivas	Usa palabras simples, responde directamente, evita divagar innecesariamente	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
3. Lenguaje no verbal / corporal	Postura corporal, movimiento, gestos, expresión facial, contacto visual	Si se inclina hacia adelante, evita cruzar brazos, gestos congruentes	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
4. Entonación / tono / volumen	Cambios en tono, volumen, énfasis, pausas emocionales	Voz firme, pausas coherentes, cambios cuando relata emociones	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
5. Expresividad emocional	Risas, llanto, enfado, tensión, emoción adecuada al contexto	Si al narrar hechos difíciles muestra emoción, frialdad o bloqueo	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input checked="" type="checkbox"/> Bajo
6. Coherencia discurso – conducta	Lo que dice vs. lo que muestra con gestos / actitud	Si dice “me siento fuerte” pero su postura es encorvada, contradicción	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
7. Autorreferencias / autoevaluación	Referencias a uno mismo, responsabilidad, culpa, esperanza	“Yo creo”, “yo siento”, “yo puedo cambiar”, “me equivoco”	<input type="checkbox"/> Frecuente <input type="checkbox"/> Moderada <input type="checkbox"/> Escasa
8. Reconocimiento del rol	Menciona roles significativos, identidad, propósito	Dice “soy padre”, “trabajador”, “creyente”, “hermano”, etc.	<input type="checkbox"/> Claro <input checked="" type="checkbox"/> Moderado <input type="checkbox"/> Difuso
9. Metas / proyectos	Habla de planes presentes o futuros, deseos de cambio	“Cuando salga voy a...”, “me gustaría...”	<input type="checkbox"/> Altas <input type="checkbox"/> Moderadas <input type="checkbox"/> Bajas
10. Gestión emocional / afrontamiento	Estrategias que menciona o muestra	Respiración, silencio, pedir	<input type="checkbox"/> Adecuado <input type="checkbox"/> Parcial <input type="checkbox"/> Deficiente

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. No es necesario que escribas tu nombre.

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

ME GUSTA VIVIR BIEN CON MI FAMILIA
TODO LOS DÍAS
VIVO PRINCIPALMENTE BASÁNDOME EN LAS
EXPERIENCIAS DE MI PASADO.
TE GUSTA COMO VIVES TU VIDA O DÍA

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

Ya Bien Todo POS TODO LAS DÍAS
PRINCIPALMENTE

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. ()
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. ()

a) Explica por qué elegiste esa opción:

VIVO PRINCIPALMENTE basándome EN LAS TU FORMA DE VIVIR:
VIVO PRINCIPALMENTE ENFOCADO EN MI SITUACIÓN ACTUAL/
PLANEADA PARA MI FUTURO, porque mi familia me ayuda

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- Rol 1: Padre
- Rol 2: trabajador
- Rol 3: Hijo

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- Rol 1: 1. Dialoga 2. aconseja 3. Divertirme
- Rol 2: 1. Pescar 2. vender 3. Pesas
- Rol 3: 1. Conversar 2. Apoyar 3. Compartir

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- Rol 1: 1. Educación 2. Pasatiempos 3. Estado de salud
- Rol 2: 1. Pasatiempos 2. Pasados y cosas 3. Pasaes
- Rol 3: 1. Alimentación 2. Como vive 3. escuela

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

○ (A): Para dar o recibir información.

○ (B): Para expresar cariño y afecto.

○ (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás. C

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

El alcohol, los malos hábitos, las actitudes negativas, la mala junta

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

Afuera de la casa es "hacer las cosas bien, actuar bien".
Adentro q se piensa en venganza, hacer la misma maldad.

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. ¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

Sí

Parcialmente

No

¿Por qué?

Aun no, porque quisiera trabajar con mis propias herramientas y no trabajar para alguien más

2. ¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental?

¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

Sí

Parcialmente

No

¿Por qué?

Por la forma en la que vivimos, nos tratamos, nos sentimos bien

3. ¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

Sí

Parcialmente

No

¿Por qué?

tengo paz, tranquilidad, conseguí mi libertad

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: _____ EDAD: _____ SEXO: _____

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

- I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).			/
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).			/
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).			/
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).		/	
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).			/
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).			/
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).		/	
8	Soy un(a) buen(a) lider.		/	
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).			/
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).		/	
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).		/	
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).		/	
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)			/
14	Otro (especificar)			

- II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal		/	
16	Trabajar y/o estudiar		/	
17	Reunirme con mi familia.		/	
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.	/		
19	descansar, dormir, reposar.		/	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.		/	

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.	/		
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.	/		
23	Disfrutar las comidas y bebidas	/		
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)	/		
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.	/		
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.	/		

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos	/		
28	Siento que soy importante para varias personas		/	
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan		/	
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.	/		
31	Me implico fácilmente con las personas con las que me relaciono.		/	
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.		/	

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.	/		
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.	/		
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Luchó por mejorar mi vida en el futuro.		/	
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.		/	
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.	/		
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura		/	

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado				✓
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.	✓			
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.			✓	

V. **Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.**

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Sociales	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz	1	0	1	1	0	0	0
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mí mismo.	1			1			
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.	1	1	1				
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra	1			1			
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.	2	2		2			
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil							1

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.		/	
49	Me echo a llorar.			/
50	Me pongo irritable y molesto.		/	
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.	/		
52	Busco al culpable.		/	
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.		/	
55	Pido consejos e información al respecto.		/	
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.		/	
57	Aplazo su solución para un momento mejor.		/	
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.		/	
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.	/		
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.	/		

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción				X			
62	Mayor fracaso							X
63	Mayor éxito	X						
64	Mayor derrota					X		
65	Mayores alegrías	X			X			
66	Mayores conflictos	X			X	X		
67	Mayores esperanzas	X			X			X
68	Mayor tristeza	X						
69	Mayores aspiraciones	X			X			
70	Mayores temores				X	X		

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.		✓	
72	Practico ejercicios físicos.		✓	
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).		✓	
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.		✓	
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.		✓	

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

A	Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
76	Irritabilidad	X			X		
77	Nerviosismo				X	X	
78	Confusión					X	X
79	Ansiedad	X			X		
80	Tristeza	X	✓		X		
81	Fluctuaciones del estado de ánimo	X			X		X
82	Indecisiones			X			X
83	Tensión muscular				X		
84	Perturbaciones en el sueño				X	X	

- X. El siguiente listado relaciona diferentes problemas o preocupaciones que las personas normalmente enfrentan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
85	Tengo problemas o preocupaciones en varios aspectos o áreas de mi vida los cuales voy sobrellevando.		/	
86	Los principales problemas o preocupaciones que tengo, provienen de un solo aspecto o área de mi vida.		/	/
87	En mi vida no existen problemas o preocupaciones significativos, o al menos ninguno me resulta particularmente difícil y perturbador.		/	

Dr. Israel Mayo Parra.
Juez Experto 1

Psi. Clin Mariela Chávez I.
Juez Experto 2

Abg. Vielka Palomeque G.
Juez Experto 3

PARTICIPANTE 011



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

T. Ovaldo

Firma del participante

10/12/25

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Adrián M.

Firma del participante

10/12/25

Fecha

Av. Circunvalación Vía a San Mateo
www.uleam.edu.ec

 UleamEcuador

Uleam

1. Desde que estás afuera, ¿cómo te has sentido en tu día a día?

Bien, gracias a Dios, bien. He estado tranquilo, no me he sentido ni confundido ni con miedo. He estado bien, feliz con mi familia. Mi estado de ánimo este mes ha sido muy bueno, no me he sentido triste ni desanimado.

2. ¿Qué ha sido lo más difícil para ti desde que volviste a vivir afuera?

Lo más difícil... tal vez un poquito acostumbrarme de nuevo al movimiento de la calle, pero de ahí, gracias a Dios, todo ha marchado bien. He podido dormir bien y tengo energía durante el día.

AH, YA VEO

3. ¿Cómo te sientes con la obligación de venir cada viernes a las charlas o voluntariado?

Me siento bien porque es un compromiso que uno tiene y hay que cumplirlo para terminar bien el proceso. No lo veo como una carga, me ayuda a mantener la responsabilidad.

4. ¿Quién te apoya ahora que estás afuera?

Mi familia es mi mayor apoyo. Mi esposa, mis hijos y mis padres. Con ellos puedo hablar de cualquier cosa; la relación es muy buena y siempre están pendientes de mí.

5. Cuando te sientes triste, enojado o preocupado, ¿qué haces para calmarte o sentirte mejor?

Trato de respirar profundo, me pongo a pensar en mis hijos y en que no vale la pena perder la calma. A veces me pongo a escuchar música o me pongo a hacer algo en la casa para distraer la mente y que se me pase el mal genio.

6. ¿Cómo es tu día normal fuera del centro?

Me levanto temprano, ayudo en las cosas de la casa, si sale algún trabajito de cachuelo lo hago para buscar el diario. Paso tiempo con mis hijos, les ayudo en lo que puedo y en la noche descanso con mi familia.

7. ¿Has tenido días en que no quieras hacer nada, te sientas sin ánimo o muy estresado desde que estás afuera?

No, la verdad que no. Siempre trato de mantenerme activo, porque cuando uno está sin hacer nada es que entran los malos pensamientos. Siempre busco algo que hacer, así sea limpiar o arreglar algo.

8. Desde que estás afuera, ¿has vuelto a tomar alcohol, fumar o usar otras sustancias?

No, nada de eso. Me he mantenido alejado de todo eso porque mi prioridad es mi libertad y mi familia. No he sentido la necesidad de consumir nada.

9. ¿Qué cosas crees que podrían ponerte en riesgo de volver a tener problemas?

Las malas juntas, esas personas que uno cree que son amigos pero solo aparecen para lo malo. También el no tener un trabajo fijo a veces estresa, pero trato de no dejar que eso me gane para no cometer errores otra vez.

10. ¿Qué te gustaría lograr en tu vida ahora que tienes esta oportunidad de estar afuera?

Lo que más quiero es tener un trabajo estable para sacar a mis hijos adelante, que no les falte nada y que se sientan orgullosos de su papá. Quiero vivir tranquilo y no volver nunca más a ese lugar.

Completo

011

Ficha Sociodemográfica

Código del participante: _____

Fecha: / /

Datos	Respuesta
1. Edad	47 años
2. Sexo	Masculino <input type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/> Prefiere no decirlo <input type="checkbox"/>
3. Nacionalidad	ecuatoriana
4. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: <u>Pardueiro, Santa Ana</u>
5. Estado civil	Soltero/a <input type="checkbox"/> Casado/a <input checked="" type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input type="checkbox"/> Viudo/a <input type="checkbox"/>
6. Número de hijos	3
7. Nivel de estudios alcanzado	No estudió <input type="checkbox"/> Primaria incompleta <input checked="" type="checkbox"/> Primaria completa <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input type="checkbox"/> Secundaria completa <input type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores <input type="checkbox"/>
8. Ocupación	<u>Albañil</u>
9. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	<u>10 años</u>
10. Motivo de ingreso (opcional)	<u>violación</u>
11. Tiempo en el programa (meses)	<u>9 meses</u>
12. Actividades que realiza actualmente	Trabajo <input checked="" type="checkbox"/> Educación <input type="checkbox"/> Actividades religiosas <input type="checkbox"/> Atención psicológica <input checked="" type="checkbox"/> Otro <input type="checkbox"/> : _____
13. Personas con quienes vive o planea vivir	Familia <input checked="" type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Otro: <u>hijos</u>
14. Apoyo familiar que considera	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input checked="" type="checkbox"/> Bajo
15. Consumo actual o pasado de alcohol	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No <u>Antes</u>
16. Consumo actual o pasado de otras sustancias	<input type="checkbox"/> Sí <input checked="" type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?:
17. Estado general de salud (según su opinión)	<input type="checkbox"/> Bueno <input checked="" type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo
18. Religión o creencia principal	<u>Evangelica</u>

Entrevista

Completo

Ficha de Observación

Observador: _____

Código del participante: _____

Fecha: / /

Dimensión	Indicadores observables	Características	Nivel observado
1. Interés y atención	Mantenimiento de la atención, participación activa, seguimiento de instrucciones	Escucha atentamente, realiza las actividades solicitadas, hace preguntas pertinentes	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
2. Claridad al expresarse	Orden en las ideas, coherencia temporal, vocabulario comprensible	Explica situaciones de manera secuencial, sin contradicciones evidentes	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
3. Congruencia emocional	Coincidencia entre contenido verbal y comunicación no verbal	Gestos y expresión facial acordes con lo que está relatando	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
4. Conciencia de sí mismo	Mención de sus cualidades, dificultades y procesos de cambio	Usa expresiones como "me di cuenta que", "yo soy", "necesito cambiar"	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
5. Planes y roles futuros	Descripción de actividades concretas y roles tras la liberación	Menciona "voy a trabajar en", "quiero ser un buen", "mi plan es"	<input type="checkbox"/> Claros <input checked="" type="checkbox"/> Moderados <input type="checkbox"/> Difusos
6. Manejo de situaciones difíciles	Descripción de estrategias para manejar estrés o conflicto	Menciona respirar, caminar, hablar con alguien, distraerse	<input checked="" type="checkbox"/> Adecuado <input type="checkbox"/> Parcial <input type="checkbox"/> Deficiente
7. Habilidad para relacionarse	Contacto visual, escucha activa, respeto de turnos	Mira al hablar, asiente, espera su turno para intervenir	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
8. Apertura en la conversación	Profundidad y sinceridad en los temas personales abordados	Comparte experiencias íntimas, emociones vulnerables	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
9. Nivel de tranquilidad	Manifestaciones de calma o ansiedad,	Voz estable, postura relajada vs. voz temblorosa, movimiento constante	<input checked="" type="checkbox"/> Tranquilo <input type="checkbox"/> Moderado <input type="checkbox"/> Ansioso
10. Viabilidad de sus planes	Grado de realismo y especificidad en proyectos de reinserción	Detalla pasos concretos, considera obstáculos, conoce recursos	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
11. Nivel de comprensión	Comprensión de consignas, preguntas de confirmación, ejecución acertada	Responde de manera acorde a lo preguntado, solicita aclaraciones si no entiende	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: _____ EDAD: _____ SEXO: _____

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

- I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).		/	
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).		/	
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).		/	
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).		/	
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).		/	
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).		/	
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).		/	
8	Soy un(a) buen(a) líder.		/	
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).		/	
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).	/		
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).		/	
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).		/	
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)		/	
14	Otro (especificar)			

- II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal		/	
16	Trabajar y/o estudiar		/	
17	Reunirme con mi familia.		/	
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.	/		
19	descansar, dormir, reposar.		/	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.		/	

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.	/		
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.	/		
23	Disfrutar las comidas y bebidas		/	
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)		/	
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.		/	
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.	/		

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos	/		
28	Siento que soy importante para varias personas		/	
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan		/	
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.	/		
31	Me implico fácilmente con las personas con las que me relaciono.		/	
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.	/		

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.	/		
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.	/		
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Luchó por mejorar mi vida en el futuro.		/	
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.	/		
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.		/	
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura		/	

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado	/		
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.		/	
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.		/	

V. **Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.**

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Sociales	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz	1	1	1	1	1		1
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mí mismo.	1		1	1	1		1
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.	1						1
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra	2			1			1
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.	2			2			
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil	2		2				2

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.		/	
49	Me echo a llorar.		/	
50	Me pongo irritable y molesto.	/		
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.	/		
52	Busco al culpable.		/	
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.		/	
55	Pido consejos e información al respecto.		/	
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.		/	
57	Aplazo su solución para un momento mejor.		/	
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.		/	
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.	/		
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenuen.		/	

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción	2						/
62	Mayor fracaso							
63	Mayor éxito	2			1			1
64	Mayor derrota							
65	Mayores alegrías	1						1
66	Mayores conflictos							
67	Mayores esperanzas	1						
68	Mayor tristeza							
69	Mayores aspiraciones	2						
70	Mayores temores							

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.		/	
72	Practico ejercicios físicos.		/	
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).	/		
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.		/	
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.		/	

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

	A	Famili a	Escuel a	Barri o	Trabaj o	Gallada	Redes sociale s	Comuni dad religiosa
76	Irritabilidad.						/	
77	Nerviosismo							
78	Confusión.				/			
79	Ansiedad	2		2				
80	Tristeza							
81	Fluctuaciones del estado de ánimo							
82	Indecisiones							
83	Tensión muscular							
84	Perturbaciones en el sueño							

- X. El siguiente listado relaciona diferentes problemas o preocupaciones que las personas normalmente enfrentan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
85	Tengo problemas o preocupaciones en varios aspectos o áreas de mi vida los cuales voy sobrellevando.	/		
86	Los principales problemas o preocupaciones que tengo, provienen de un solo aspecto o área de mi vida.	/		
87	En mi vida no existen problemas o preocupaciones significativos, o al menos ninguno me resulta particularmente difícil y perturbador.		/	

Dr. Israel Mayo Parra.
Juez Experto 1

Psi. Clin Mariela Chávez I.
Juez Experto 2

Abg. Vielka Palomeque G.
Juez Experto 3

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. **No es necesario que escribas tu nombre.**

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

Si, porque me siento bien, estoy con mis hijos me gusta mi trabajo.

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

No cambiara nada

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. (X)
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. ()

a) Explica por qué elegiste esa opción:

Se vive el día a día, si pienso mucho en el futuro o en el pasado me volveré loco. "No sabemos lo que pasara mañana"

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- o Rol 1: Padre
- o Rol 2: Hijo
- o Rol 3: Hermano

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- o Rol 1: 1. Jugar 2. Paseo 3. Comer
- o Rol 2: 1. Cuidar 2. Comer 3. Conversar
- o Rol 3: 1. Jugar 2. Conversar 3. trabajar

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- o Rol 1: 1. lo que hacemos 2. Alimentación 3. Educación
- o Rol 2: 1. trabajo 2. Pasado o recuerdos 3. Familia
- o Rol 3: 1. trabajo 2. familia 3. Salud

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

- (A): Para dar o recibir información.
- (B): Para expresar cariño y afecto.
- (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

Confiar en las personas

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

Uno se porta bien ser bien tratado, preocupaciones (tristeza)

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. **¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?**

- Sí
- Parcialmente
- No

¿Por qué?

El trabajo duro, me gustara trabajar en el algo más facil y menos duro.

2. **¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?**

- Sí
- Parcialmente
- No

¿Por qué?

Porque no llevamos bien,

3. **¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?**

- Sí
- Parcialmente
- No

¿Por qué?

No tengo lo suficiente para darle a mi familia

PARTICIPANTE 012



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología


Consentimiento Informado Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.


Firma del participante

7/11/25
Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:


Firma del participante

7/11/25
Fecha

Av. Circunvalación Vía a San Mateo
www.uleam.edu.ec



Uleam

- 1. ¿Desde que usted está aquí cómo se ha sentido en su día a día? Quizás, un ejemplo, ¿se ha sentido con miedo? Como altos y bajos. ¿Podría explicarme un poquito de eso, hablarme un poquito de eso?**

Un poquito de esos altos y bajos, sí, porque hay días que... que extraño a la familia, hay días que... que quiero estar afuera, tener la libertad, hay días que... que quisiera hacer otras actividades y así.

- 2. ¿Cómo ha sentido su estado de ánimo en el último mes?**

Mi estado de ánimo mi último mes ha estado... bien. Ha estado bien. Ha estado bien porque... porque he podido encontrar algunas... algunas respuestas a mis preguntas.

ENTIENDO.

Sí, muchas respuestas a mis preguntas, inclusive he encontrado... cómo yo puedo solucionar mi vida.

- 3. ¿Cuando usted se siente triste, enojado, preocupado, ¿qué hace para calmar su sentir o sentirse mejor?**

Triste... hablar.

- 4. ¿Ha tenido días en los que no quiere hacer nada, se siente sin ánimos o muy estresado desde que está aquí?**

Sí, señora. Sí. Hay días así, señora, sí.

AJÁ, BUENO.

¿Quiere que le explique un poquito?

SÍ.

Sí, hay días así, hay días que... sí, hay días que me siento desanimado. Yo creo que es normal en los seres humanos. Hay días que uno no quiere ni... ni respirar, por decirlo así.

¿Y CUÁLES SON ESOS PENSAMIENTOS QUE A USTED LE GENERAN ESE MALESTAR?

Eh, bueno, en estos días que he estado aquí, sí, la familia. La familia. Extraño mucho a mi familia.

Y CUANDO USTED SIENTE ESO, LO QUE HACE PRINCIPALMENTE ES HABLAR PARA-

Eh, sí, lo expreso. Sí, lo expreso con mi terapeuta, sino con mi psicóloga, lo expreso.

5. En este proceso ¿qué es lo que considera usted que le ha sido más difícil? ¿Qué es lo que le ha generado más dificultad aquí?

Eh... estar lejos... estar... estar... estar lejos de la familia.

Y CUANDO SALIÓ DE, EN ESTE CASO, PRISIÓN, ¿QUÉ FUE LO MÁS COMPLICADO?

¿Lo más complicado? Y fue... lo más complicado... explicarle a la familia. Sí, explicarle los motivos, sí, explicarle los motivos y darle un... y prometer... dar a prometer algo que no cumplí.

6. ¿Ha notado cambios en su sueño o en su energía estando aquí?

Sí, por... hay días. Hay días que sí. Sí, hay días que sí, porque... es dependiendo de lo... porque... es dependiendo de lo que haga durante el día. Sí, a veces estoy bien cansado y caigo rendido, a veces tomo café y no puedo dormir. Sí. Es medio relativo.

¿TIENE A ALGUIEN AQUÍ ADENTRO CON QUIEN HABLAR CUANDO SE SIENTE MAL?

Sí, señora.

APARTE DEL TERAPISTA Y DE LA PSICÓLOGA, ¿QUIÉN MÁS?

Eh, por ahí tengo dos compañeros. Dos compañeros que hablo... a veces hablo con ellos y me desahogo.

7. ¿Considera que le está ayudando estar aquí en su proceso?

Mucho. Demasiado.

8. ¿Qué cosas cree usted que podrían ponerlo en riesgo de volver a recaer?

¿Qué me ayudaría a recaer? No sé...

¿QUÉ CONTRIBUIRÍA?

¿Contribuiría a recaer? No creo. Ahorita estoy seguro de que nada puede hacerme recaer.

¿ESTÁ SEGURO DE LO QUE USTED QUIERE?

Sí, señora.

9. Desde que usted está aquí... ¿usted volvió a consumir lo que era alcohol y otras sustancias?

Sí, señora.

¿CON QUÉ FRECUENCIA?

Eh... con más intensidad.

¿QUÉ TIPO DE SUSTANCIAS USTED CONSUMÍA APARTE DEL ALCOHOL?

Sólida.

10. ¿Quién lo apoya afuera a usted?

Me apoya... ¿qué emocional?

O SEA, SU FAMILIA, AMIGOS, PERSONAS CERCANAS.

Mi familia.

SU FAMILIA, OKAY. ¿CÓMO ES SU DÍA NORMAL AQUÍ?

¿Aquí? Activo. Activo, mi día normal es activo. Nos levantamos, leemos el "Solo por hoy", ayudamos a preparar la mesa para el desayuno, de ahí nos vamos, nos alistamos para recibir terapia, tanto con... puede ser con el psicólogo, o puede ser convivencial. O... sí, después otra vez un día activo durante el día.

SÍ PARTICIPA USTED EN LAS TERAPIAS.

Sí, señora.

11. ¿Qué le gustaría lograr en su vida cuando tenga la oportunidad de salir del centro?

Ser mejor... mejor... mejor persona. Ser una persona que... que contribuya para la sociedad, ¿sí? Y ser mejor padre, mejor esposo, mejor hijo... sí, ser mejor persona en general

Ficha Sociodemográfica

Código del participante:

Fecha: 20 / 11 / 2025

Datos	Respuesta
1. Edad	41 años
2. Sexo	Masculino <input checked="" type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/> Prefiere no decirlo <input type="checkbox"/>
3. Nacionalidad	Colombiana
4. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: <u>Buenaventura</u>
5. Estado civil	Soltero/a <input type="checkbox"/> Casado/a <input checked="" type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input type="checkbox"/> Viudo/a <input type="checkbox"/>
6. Número de hijos	3
7. Nivel de estudios alcanzado	No estudió <input type="checkbox"/> Primaria incompleta <input type="checkbox"/> Primaria completa <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input type="checkbox"/> Secundaria completa <input checked="" type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores <input type="checkbox"/>
8. Ocupación	<u>Puntero</u>
9. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	<u>8 meses</u>
10. Motivo de ingreso (opcional)	<u>Drogas - Posesión</u>
11. Tiempo en el programa (meses)	<u>3 meses</u>
12. Actividades que realiza actualmente	Trabajo <input type="checkbox"/> Educación <input checked="" type="checkbox"/> Actividades religiosas <input checked="" type="checkbox"/> Atención psicológica <input checked="" type="checkbox"/> Otro <input type="checkbox"/> : _____
13. Personas con quienes vive o planea vivir	Familia <input checked="" type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Otro: _____
14. Apoyo familiar que considera	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
15. Consumo actual o pasado de alcohol	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
16. Consumo actual o pasado de otras sustancias	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?: <u>¿Cuchos? → cocaína</u>
17. Estado general de salud (según su opinión)	<input checked="" type="checkbox"/> Bueno <input type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo
18. Religión o creencia principal	<u>Cristianismo</u>

Completo
Entrevista ✓

012

Ficha de Observación

Observador: Danisya Adhwa Código del participante:

Fecha: 20/11/2025

Dimensión	Indicadores observables	Características	Nivel observado
1. Interés y atención	Mantenimiento de la atención, participación activa, seguimiento de instrucciones	Escucha atentamente, realiza las actividades solicitadas, hace preguntas pertinentes	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
2. Claridad al expresarse	Orden en las ideas, coherencia temporal, vocabulario comprensible	Explica situaciones de manera secuencial, sin contradicciones evidentes	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
3. Congruencia emocional	Coincidencia entre contenido verbal y comunicación no verbal	Gestos y expresión facial acordes con lo que está relatando	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
4. Conciencia de sí mismo	Mención de sus cualidades, dificultades y procesos de cambio	Usa expresiones como "me di cuenta que", "yo soy", "necesito cambiar"	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
5. Planes y roles futuros	Descripción de actividades concretas y roles tras la liberación	Menciona "voy a trabajar en", "quiero ser un buen", "mi plan es"	<input checked="" type="checkbox"/> Claros <input type="checkbox"/> Moderados <input type="checkbox"/> Difusos
6. Manejo de situaciones difíciles	Descripción de estrategias para manejar estrés o conflicto	Menciona respirar, caminar, hablar con alguien, distraerse	<input checked="" type="checkbox"/> Adecuado <input type="checkbox"/> Parcial <input type="checkbox"/> Deficiente
7. Habilidad para relacionarse	Contacto visual, escucha activa, respeto de turnos	Mira al hablar, asiente, espera su turno para intervenir	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
8. Apertura en la conversación	Profundidad y sinceridad en los temas personales abordados	Comparte experiencias íntimas, emociones vulnerables	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
9. Nivel de tranquilidad	Manifestaciones de calma o ansiedad,	Voz estable, postura relajada vs. voz temblorosa, movimiento constante	<input checked="" type="checkbox"/> Tranquilo <input type="checkbox"/> Moderado <input type="checkbox"/> Ansioso
10. Viabilidad de sus planes	Grado de realismo y especificidad en proyectos de reinserción	Detalla pasos concretos, considera obstáculos, conoce recursos	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
11. Nivel de comprensión	Comprensión de consignas, preguntas de confirmación, ejecución acertada	Responde de manera acorde a lo preguntado, solicita aclaraciones si no entiende	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: _____ EDAD: _____ SEXO: _____

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).		<input checked="" type="checkbox"/>	
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).		<input checked="" type="checkbox"/>	
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).		<input checked="" type="checkbox"/>	
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).		<input checked="" type="checkbox"/>	
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).		<input checked="" type="checkbox"/>	
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).		<input checked="" type="checkbox"/>	
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).		<input checked="" type="checkbox"/>	
8	Soy un(a) buen(a) lider.		<input checked="" type="checkbox"/>	
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).	<input checked="" type="checkbox"/>		
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).	<input checked="" type="checkbox"/>		
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).	<input checked="" type="checkbox"/>		
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).	<input checked="" type="checkbox"/>		
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)		<input checked="" type="checkbox"/>	
14	Otro (especificar)			

II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal		<input checked="" type="checkbox"/>	
16	Trabajar y/o estudiar		<input checked="" type="checkbox"/>	
17	Reunirme con mi familia.		<input checked="" type="checkbox"/>	
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.		<input checked="" type="checkbox"/>	
19	descansar, dormir, reposar.		<input checked="" type="checkbox"/>	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.		<input checked="" type="checkbox"/>	

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.		<input checked="" type="checkbox"/>	
23	Disfrutar las comidas y bebidas.		<input checked="" type="checkbox"/>	
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)		<input checked="" type="checkbox"/>	
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.		<input checked="" type="checkbox"/>	
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.		<input checked="" type="checkbox"/>	

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos	<input checked="" type="checkbox"/>		
28	Siento que soy importante para varias personas		<input checked="" type="checkbox"/>	
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan		<input checked="" type="checkbox"/>	
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.	<input checked="" type="checkbox"/>		
31	Me implico fácilmente con las personas con las que me relaciono.		<input checked="" type="checkbox"/>	
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.	<input checked="" type="checkbox"/>		

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.	<input checked="" type="checkbox"/>		
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.	<input checked="" type="checkbox"/>		
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Luchó por mejorar mi vida en el futuro.		<input checked="" type="checkbox"/>	
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.		<input checked="" type="checkbox"/>	
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.		<input checked="" type="checkbox"/>	
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura	<input checked="" type="checkbox"/>		

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado		X	
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.		X	
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.	X		

V. **Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.**

0 1 2

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Sociales	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz	2 X			1 X			2 X
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mí mismo.	2 X			2 X			2 X
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.	1 X			2 X			2 X
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra	1						
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.	0						
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil							

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.	X		
49	Me echo a llorar.		X	
50	Me pongo irritable y molesto.		X	
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.		X	
52	Busco al culpable.		X	
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.		X	
55	Pido consejos e información al respecto.		X	
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.		X	
57	Aplazo su solución para un momento mejor.	X		
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.		X	
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.		X	
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.		X	

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción	X			X			
62	Mayor fracaso			X		X	X	
63	Mayor éxito	X			X			X
64	Mayor derrota			X		X	X	
65	Mayores alegrías	X			X	X		X
66	Mayores conflictos							
67	Mayores esperanzas							
68	Mayor tristeza	X						
69	Mayores aspiraciones							
70	Mayores temores.							

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.		A	
72	Practico ejercicios físicos.		X	
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).		X	
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.		A	
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.		X	

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

A	Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
76	Irritabilidad.				X		
77	Nerviosismo						
78	Confusión.						
79	Ansiedad						
80	Tristeza	X					
81	Fluctuaciones del estado de ánimo						
82	Indecisiones	X					
83	Tensión muscular						
84	Perturbaciones en el sueño						

X. El siguiente listado relaciona diferentes problemas o preocupaciones que las personas normalmente enfrentan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
85	Tengo problemas o preocupaciones en varios aspectos o áreas de mi vida los cuales voy sobrellevando.		X	
86	Los principales problemas o preocupaciones que tengo, provienen de un solo aspecto o área de mi vida.		X	
87	En mi vida no existen problemas o preocupaciones significativos, o al menos ninguno me resulta particularmente difícil y perturbador.	X		

Dr. Israel Mayo Parra.
Juez Experto 1

Psi. Clin Mariela Chávez I.
Juez Experto 2

Abg. Vielka Palomeque G.
Juez Experto 3

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. **No es necesario que escribas tu nombre.**

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

Si, porque estoy teniendo mejor estilo de vida

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

Mi adicción, Para Tener una vida normal

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. (X)
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. (X)

a) Explica por qué elegiste esa opción:

Parar de consumir

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- o Rol 1: Esposo
- o Rol 2: padre
- o Rol 3: hijo

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- o Rol 1: 1. Andar bicicleta 2. Jugar 3. Pasear
- o Rol 2: 1. Jugar 2. Estudiar 3. Hablar
- o Rol 3: 1. Hablar 2. Pasear 3. Comer

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- o Rol 1: 1. Hijos (familia) 2. Proyectos 3. Estudios
- o Rol 2: 1. Dios (religión) 2. Caricaturas 3. Educación
- o Rol 3: 1. Dios (religión) 2. Proyectos 3. Salud

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

○ (A): Para dar o recibir información.

○ (B): Para expresar cariño y afecto.

○ (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

Malas amistades

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

Malas compañías

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. ¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

Sí

Parcialmente

No

¿Por qué?

termine mi último proyecto, era pintor, me apasionaba tener una compañía

2. ¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

Sí

Parcialmente

No

¿Por qué?

Somos casados, compartimos, nos entendemos, nos llevamos bien.

3. ¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

Sí

Parcialmente

No

¿Por qué?

tengo una familia, estoy en un proceso de recuperación.

PARTICIPANTE 013



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

Durwin M.

Firma del participante

28-11-25

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Darina Fichalejo

Firma del participante

28-11-25

Fecha

Av. Circunvalación Vía a San Mateo
www.uleam.edu.ec

 UleamEcuador

Uleam

- 1. Desde que usted está fuera, ¿cómo se ha sentido en su día a día? ¿No se ha sentido intranquilo, con miedo, preocupado, confundido?**

Bien. No, cuando apenas salí sí, hace como una semana, ocho días por ahí, sí, como cuando uno sale como medio asustado, como que parece que va a pasar algo. Pero no, así es todo el mundo, así me contaron los compañeros cuando salen, que así mismo uno se siente cuando uno sale como con miedo, pero ya después pasa.

- 2. ¿Cómo ha sido su estado de ánimo este último mes? ¿No se ha sentido triste, desanimado?**

Sí, bien, bien, bien. No, ya ahorita ya no, ahorita no como antes cuando estaba, pero ahora sí ya estamos tranquilos, estamos pasando bien ahorita.

- 3. Cuando usted se siente triste, enojado, preocupado, ¿qué hace usted para calmarse o sentirse un poco mejor?**

Ya como que, si tengo algún problemita, me tranquilizo y dejo que pasen unos minutitos, qué sé yo, una media hora y ahí ya. Si es con alguien que estoy discutiendo, le digo qué está pasando, qué esto, cualquier cosa.

- 4. ¿Usted ha tenido días en los que no quiera hacer nada? O sea, ¿qué se siente sin ánimo, muy estresado, desde que usted está fuera?**

¿Y qué hace cuando eso pasa? A veces sí, pero por ratitos nomás, después pasa así mismo. Me tranquilizo y veo las cosas como están, así converso con otras personas como para tranquilizarme y despejar la mente.

- 5. Bueno, en este proceso de pre-libertad, ¿qué ha sido lo más difícil para usted desde que salió?**

Para mí sería así como cuando salí, conocer bien a las personas, porque había personas que eran niños y ya eran un poquito más mayores de edad, y conocerlos otra vez. Ahorita ya los conozco un poquito mejor cómo son, y eso nada más.

- 6. ¿Usted ha notado cambios en su sueño o en su energía desde que salió? ¿Duerme bien?**

No. Sí, yo duermo bien, sí descanso.

- 7. ¿Tiene a alguien con quien hablar cuando usted se siente mal? ¿Con quién? ¿Es buena la relación con ella?**

Sí, con mi nuera. Sí, pero hablemos de más confianza, pero después sí converso con mis hijos, con mi familia así.

- 8. ¿Cómo usted se siente con la obligación de venir acá cada jueves que le toca venir?
¿Cómo se siente con esa obligación?**

Bueno, no sé, pero yo no lo llamaría una obligación porque ya tengo que hacerlo porque así me tocó mi vida. Y yo a veces pienso que, para estar allá adentro, vengo mi día a firmar, así pierda un día de trabajo, lo que sea, pero vengo a firmar.

- 9. ¿Qué cosas cree que podrían poner en riesgo de volver a tener problemas? ¿Malas amistades, falta de trabajo, estrés, consumo, discusiones? ¿Ha vuelto a tomar alcohol o a consumir alguna sustancia?**

Los supuestamente que uno le dice amigos, pero no son amigos, son conocidos, las malas amistades. Sí (he tomado), pero no me he emborrachado ninguna vez, sí unos traguitos.

- 10. ¿Quién lo apoya ahora que usted está fuera? ¿Cómo es su día normal fuera del centro y qué le gustaría lograr en su vida?**

Mi familia, mis hermanas, mi hermano. Converso con mi familia, paseamos con mis hijos, visito a mi papá y ahí paso el día. Que mis hijos estén bien, que estudien, que se preparen, que sigan adelante, eso.

Completo ✓
~~Entrevista~~

013

Ficha Sociodemográfica

Código del participante: _____

Fecha: 14 / 11 / 25

Dato	Respuesta
1. Edad	<u>32</u> años <u>31</u>
2. Sexo	<u>Hombre</u> <input checked="" type="checkbox"/> Masculino <input type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/> Prefiere no decirlo
3. Nacionalidad	<u>Ecuatoriana</u>
4. Estado civil	<input checked="" type="checkbox"/> Soltero/a <input type="checkbox"/> Casado/a <input checked="" type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input type="checkbox"/> Viudo/a
5. Número de hijos	<u>1</u>
6. Nivel de estudios alcanzado	<input type="checkbox"/> No estudió <input type="checkbox"/> Primaria incompleta <input type="checkbox"/> Primaria completa <input type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input checked="" type="checkbox"/> Secundaria completa <input type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores
7. Ocupación antes de ingresar al programa	<u>construcción</u>
8. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	<u>6 AÑOS</u>
9. Motivo de ingreso al programa (opcional)	<u>Asesinato</u>
10. Tiempo en el programa (meses)	<u>3 Años</u>
11. Actividades que realiza actualmente	<input checked="" type="checkbox"/> Talleres de trabajo <input type="checkbox"/> Educación <input type="checkbox"/> Actividades religiosas <input type="checkbox"/> Apoyo psicológico <input type="checkbox"/> Otro: _____
12. Personas con quienes vive o planea vivir	<input checked="" type="checkbox"/> Familia <input type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> Otro: _____
13. Apoyo familiar que percibe	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
14. Consumo actual o pasado de alcohol o drogas	<input type="checkbox"/> Sí <input checked="" type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?: _____
15. Participación en programas de apoyo emocional o espiritual	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
16. Estado general de salud (según su opinión)	<input type="checkbox"/> Bueno <input checked="" type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo
17. Religión o creencia principal (opcional)	<u>CATOLICO</u>
18. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: <u>maña</u>

6 completo
verificar entrevista

Ficha de Observación

Observador: Adriana

Código del participante: 08.11.11

Fecha: 11/11/25

Dimensión	Indicadores observables	Características	Nivel observado
1. Actitud general	Cooperación, interés, puntualidad, apertura	Si acepta participar, se mantiene atento, no rechaza preguntas	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
2. Lenguaje verbal	Claridad, vocabulario usado, concreción, pausas, repeticiones, evasivas	Usa palabras simples, responde directamente, evita divagar innecesariamente	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
3. Lenguaje no verbal / corporal	Postura corporal, movimiento, gestos, expresión facial, contacto visual	Si se inclina hacia adelante, evita cruzar brazos, gestos congruentes	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input checked="" type="checkbox"/> Bajo
4. Entonación / tono / volumen	Cambios en tono, volumen, énfasis, pausas emocionales	Voz firme, pausas coherentes, cambios cuando relata emociones	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
5. Expresividad emocional	Risas, llanto, enfado, tensión, emoción adecuada al contexto	Si al narrar hechos difíciles muestra emoción, frialdad o bloqueo	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input checked="" type="checkbox"/> Bajo
6. Coherencia discurso – conducta	Lo que dice vs. lo que muestra con gestos / actitud	Si dice “me siento fuerte” pero su postura es encorvada, contradicción	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input checked="" type="checkbox"/> Baja
7. Autorreferencias / autoevaluación	Referencias a uno mismo, responsabilidad, culpa, esperanza	“Yo creo”, “yo siento”, “yo puedo cambiar”, “me equivoco”	<input type="checkbox"/> Frecuente <input checked="" type="checkbox"/> Moderada <input type="checkbox"/> Escasa
8. Reconocimiento del rol	Menciona roles significativos, identidad, propósito	Dice “soy padre”, “trabajador”, “creyente”, “hermano”, etc.	<input checked="" type="checkbox"/> Claro <input type="checkbox"/> Moderado <input type="checkbox"/> Difuso
9. Metas / proyectos	Habla de planes presentes o futuros, deseos de cambio	“Cuando salga voy a...”, “me gustaría...”	<input type="checkbox"/> Altas <input checked="" type="checkbox"/> Moderadas <input type="checkbox"/> Bajas
10. Gestión emocional / afrontamiento	Estrategias que menciona o muestra	Respiración, silencio, pedir	<input checked="" type="checkbox"/> Adecuado <input type="checkbox"/> Parcial <input type="checkbox"/> Deficiente

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: _____ EDAD: _____ SEXO: _____

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).		X	
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).		X	
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).			
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).	X	X	
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).			
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).		X	
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).		X	
8	Soy un(a) buen(a) lider.		X	
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).		X	
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).		X	
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).			
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).		X	
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)		X	
14	Otro (especificar)			

II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal		X	
16	Trabajar y/o estudiar		X	
17	Reunirme con mi familia.			
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.		X	
19	descansar, dormir, reposar.		X	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.		X	

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.	X		
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.	X		
23	Disfrutar las comidas y bebidas		X	
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)		X	
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.		X	
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.		X	

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos		X	
28	Siento que soy importante para varias personas		X	
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan		X	
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.		X	
31	Me implico fácilmente con las personas con las que me relaciono.		X	
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.		X	

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.		X	
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.		X	
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Lucho por mejorar mi vida en el futuro.		X	
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.		X	
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.		X	
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura		X	

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado		X	
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.		X	
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.		X	

V. **Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.**

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Social es	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz		X					
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mí mismo.	X						
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.				X			
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra				X			
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.	X						
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil				X			

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.			X
49	Me echo a llorar.	X		
50	Me pongo irritable y molesto.		X	
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.		X	
52	Busco al culpable.	X		
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.		X	
55	Pido consejos e información al respecto.		X	
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.		X	
57	Aplazo su solución para un momento mejor.		X	
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.	X		
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.		X	
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.	X		

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción	X						
62	Mayor fracaso				X			
63	Mayor éxito	X						
64	Mayor derrota						X	
65	Mayores alegrías	X						
66	Mayores conflictos				X			
67	Mayores esperanzas	X						
68	Mayor tristeza	X						
69	Mayores aspiraciones				X			
70	Mayores temores			X				

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.		X	
72	Practico ejercicios físicos.		X	
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).		X	
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.		X	
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.		X	

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

	A	Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
76	Irritabilidad.			X				
77	Nerviosismo			X				
78	Confusión.			X				
79	Ansiedad				X			
80	Tristeza			X				
81	Fluctuaciones del estado de ánimo						X	
82	Indecisiones						X	
83	Tensión muscular						X	
84	Perturbaciones en el sueño						X	

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. No es necesario que escribas tu nombre.

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

Si en trabajo

Relajado saber que ganas
toda sana mente

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

En un negocio propio

X saliendo de una cárcel todos
desconfían

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. ()
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. (X)

a) Explica por qué elegiste esa opción:

X que un futuro es mejor
que aparentar lo que no es

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- o Rol 1: Hijo
- o Rol 2: hermano
- o Rol 3: Amigo

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- o Rol 1: 1. Ayudar 2. comer 3. pasar tiempo
- o Rol 2: 1. compartir 2. salir 3. deporte
- o Rol 3: 1. compartir 2. salir 3. deporte

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- o Rol 1: 1. trabajo 2. economía 3. emociones
- o Rol 2: 1. salida 2. deporte 3. economía
- o Rol 3: 1. salida 2. deporte 3. economía

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

- (A): Para dar o recibir información.
- (B): Para expresar cariño y afecto.
- (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

mala confianza

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

Nose llevan bien y no confiar solo en papá y mamá

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. ¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 - Parcialmente
 - No
- ¿Por qué?

XK coal kiera no cose gente en salir de aki

2. ¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 - Parcialmente
 - No
- ¿Por qué?

XK esta con miyo cuando no me sale bien algo

3. ¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 - Parcialmente
 - No
- ¿Por qué?

Xgite ayudados todos somos sen pensarlo

PARTICIPANTE 014



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado

Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

José Moreira

Firma del participante

23-11-25

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Daniela Hidalgo

Firma del participante

28-11-25

Fecha

Av. Circunvalación Vía a San Mateo
www.uleam.edu.ec



Uleam

1. Desde que estás afuera, ¿cómo te has sentido en tu día a día?

Bien. No me he sentido intranquilo, con miedo, preocupado o confundido. Cuando apenas salí sí, hace como una semana u ocho días, me sentía como asustado, como que parece que va a pasar algo. Pero así es todo el mundo, así me contaron los compañeros cuando salen, que así mismo uno se siente con miedo, pero ya después pasa. Mi estado de ánimo este último mes ha sido bien, no me he sentido triste ni desanimado. Ahora ya estamos tranquilos y estamos pasando bien.

2. ¿Qué ha sido lo más difícil para ti desde que volviste a vivir afuera?

Para mí sería cuando salí, conocer bien a las personas. Había personas que eran niños y ya eran un poquito más mayores de edad, y conocerlos otra vez. Ahorita ya los conozco un poquito mejor cómo son. También he notado que duermo bien y descanso.

3. ¿Cómo te sientes con la obligación de venir cada jueves a las charlas o voluntariado?

Bueno, no sé, yo no lo llamaría una obligación porque ya tengo que hacerlo porque así me tocó mi vida. Yo a veces pienso que para estar allá adentro, vengo mi día a firmar, así pierda un día de trabajo o lo que sea, pero vengo a firmar. Siento que igual me ayuda de todas maneras.

4. ¿Quién te apoya ahora que estás afuera?

Mi familia me apoya. Mis hermanas y mi hermano. Tengo a alguien con quien hablar cuando me siento mal, que es mi nuera. Con ella tengo más confianza, pero después sí converso con mis hijos y con mi familia.

5. Cuando te sientes triste, enojado o preocupado, ¿qué haces para calmarte o sentirte mejor?

Si tengo algún problemita, me tranquilizo y dejo que pasen unos minutitos, qué sé yo, una media hora. Si es con alguien que estoy discutiendo, le digo qué está pasando y cualquier cosa.

6. ¿Cómo es tu día normal fuera del centro?

Converso con mi familia, paseamos con mis hijos, visito a mi papá y ahí paso el día.

7. ¿Has tenido días en que no quieras hacer nada, te sientas sin ánimo o muy estresado desde que estás afuera?

A veces sí, pero por ratitos nomás, después pasa así mismo. Me tranquilizo, veo las cosas cómo están y converso con otras personas como para tranquilizarme y despejar la mente.

8. Desde que estás afuera, ¿has vuelto a tomar alcohol, fumar o usar otras sustancias?

Sí, pero no me he emborrachado ninguna vez. Solo unos traguitos.

9. ¿Qué cosas crees que podrían ponerte en riesgo de volver a tener problema?

Los supuestamente que uno le dice amigos, pero no son amigos, son conocidos, las malas amistades

10. ¿Qué te gustaría lograr en tu vida ahora que tienes esta oportunidad de estar afuera?

Que mis hijos estén bien, que estudien, que se preparen y que sigan adelante. Eso.

Completo
Entrevista V
M

014

Ficha Sociodemográfica

Código del participante: ██████████

Fecha: 20 / 11 / 2025

Datos	Respuesta
1. Edad	38 años
2. Sexo	Masculino <input type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/> Prefiere no decirlo <input type="checkbox"/>
3. Nacionalidad	ec
4. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: Manta
5. Estado civil	Soltero/a <input type="checkbox"/> Casado/a <input checked="" type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input type="checkbox"/> Viudo/a <input type="checkbox"/>
6. Número de hijos	3
7. Nivel de estudios alcanzado	No estudió <input type="checkbox"/> Primaria incompleta <input type="checkbox"/> Primaria completa <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input checked="" type="checkbox"/> Secundaria completa <input type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores <input type="checkbox"/>
8. Ocupación	Chofer profesional
9. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	4 meses
10. Motivo de ingreso (opcional)	Robo agravado
11. Tiempo en el programa (meses)	1 mes, 14 días
12. Actividades que realiza actualmente	Trabajo <input type="checkbox"/> Educación <input type="checkbox"/> Actividades religiosas <input checked="" type="checkbox"/> Atención psicológica <input checked="" type="checkbox"/> Otro <input type="checkbox"/> : _____
13. Personas con quienes vive o planea vivir	Familia <input checked="" type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Otro: _____
14. Apoyo familiar que considera	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
15. Consumo actual o pasado de alcohol	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
16. Consumo actual o pasado de otras sustancias	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?: Marihuana, cocaína
17. Estado general de salud (según su opinión)	<input type="checkbox"/> Bueno <input checked="" type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo
18. Religión o creencia principal	Católico

Ficha de Observación

Observador: _____ Código del participante: _____

Fecha: / /

Dimensión	Indicadores observables	Características	Nivel observado
1. Interés y atención	Mantenimiento de la atención, participación activa, seguimiento de instrucciones	Escucha atentamente, realiza las actividades solicitadas, hace preguntas pertinentes	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
2. Claridad al expresarse	Orden en las ideas, coherencia temporal, vocabulario comprensible	Explica situaciones de manera secuencial, sin contradicciones evidentes	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
3. Congruencia emocional	Coincidencia entre contenido verbal y comunicación no verbal	Gestos y expresión facial acordes con lo que está relatando	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
4. Conciencia de sí mismo	Mención de sus cualidades, dificultades y procesos de cambio	Usa expresiones como "me di cuenta que", "yo soy", "necesito cambiar"	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
5. Planes y roles futuros	Descripción de actividades concretas y roles tras la liberación	Menciona "voy a trabajar en", "quiero ser un buen", "mi plan es"	<input checked="" type="checkbox"/> Claros <input type="checkbox"/> Moderados <input type="checkbox"/> Difusos
6. Manejo de situaciones difíciles	Descripción de estrategias para manejar estrés o conflicto	Menciona respirar, caminar, hablar con alguien, distraerse	<input checked="" type="checkbox"/> Adecuado <input type="checkbox"/> Parcial <input type="checkbox"/> Deficiente
7. Habilidad para relacionarse	Contacto visual, escucha activa, respeto de turnos	Mira al hablar, asiente, espera su turno para intervenir	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
8. Apertura en la conversación	Profundidad y sinceridad en los temas personales abordados	Comparte experiencias íntimas, emociones vulnerables	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
9. Nivel de tranquilidad	Manifestaciones de calma o ansiedad,	Voz estable, postura relajada vs. voz temblorosa, movimiento constante	<input checked="" type="checkbox"/> Tranquilo <input type="checkbox"/> Moderado <input type="checkbox"/> Ansioso
10. Viabilidad de sus planes	Grado de realismo y especificidad en proyectos de reinserción	Detalla pasos concretos, considera obstáculos, conoce recursos	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
11. Nivel de comprensión	Comprensión de consignas, preguntas de confirmación, ejecución acertada	Responde de manera acorde a lo preguntado, solicita aclaraciones si no entiende	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: _____ EDAD: _____ SEXO: _____

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

- I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).			5/
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).			X
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).		X	
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).			X
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).	X		
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).			X
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).			X
8	Soy un(a) buen(a) líder.			X
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).	X		
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).			X
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).			X
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).			X
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)			X
14	Otro (especificar)		X	

- II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal			X
16	Trabajar y/o estudiar		X	
17	Reunirme con mi familia.			X
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.			
19	descansar, dormir, reposar.		X	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.			X

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.			
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.			X
23	Disfrutar las comidas y bebidas			X
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)			
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.			X
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.			

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos			X
28	Siento que soy importante para varias personas			X
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan			
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.		X	
31	Me implico fácilmente con las personas con las que me relaciono.			
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.			X

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.			
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.			
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Luchó por mejorar mi vida en el futuro.			X
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.			
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.			X
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura			X

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado	X		
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.			X
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.			X

V. **Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.**

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Sociales	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz	2		2	2	2	1	
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mí mismo.	2		2	2	2		
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.	1			2			
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra	2					1	
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.							
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil	2		2				

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.			✓
49	Me echo a llorar.		✓	
50	Me pongo irritable y molesto.			✓
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.		✓	
52	Busco al culpable.		✓	
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.			✓
55	Pido consejos e información al respecto.			✓
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.			✓
57	Aplazo su solución para un momento mejor.			✓
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.			✓
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.		✓	
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.		✓	

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción	✓		✓				
62	Mayor fracaso				✓			
63	Mayor éxito	✓						
64	Mayor derrota					✓		
65	Mayores alegrías	✓						
66	Mayores conflictos					✓		
67	Mayores esperanzas	✓						
68	Mayor tristeza						✓	
69	Mayores aspiraciones				✓			
70	Mayores temores					✓		

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.			✓
72	Practico ejercicios físicos.			✓
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).			✓
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.			✓
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.		✓	

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

	A	Famili a	Escuel a	Barri o	Trabaj o	Gallada	Redes sociale s	Comuni dad religiosa
76	Irritabilidad.					✓		
77	Nerviosismo			✓				
78	Confusión.						✓	
79	Ansiedad					✓		
80	Tristeza			✓				
81	Fluctuaciones del estado de ánimo		✓					
82	Indecisiones				✓			
83	Tensión muscular				✓			
84	Perturbaciones en el sueño				✓			

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. No es necesario que escribas tu nombre.

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

Si medio, ayer hubo un cumpleaños, hay veces que uno se distrae y la pasa bien

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

Cambiaría la adicción y ser una persona leal a seguir.

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. (X)
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. ()

a) Explica por qué elegiste esa opción:

El pasado ya quedó atrás.

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- Rol 1: Padre
- Rol 2: Amigo
- Rol 3: Hijo

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- Rol 1: 1. trabajar 2. Jugar 3. Cocinar
- Rol 2: 1. Aconsejar 2. Confiar 3. Practicar deporte
- Rol 3: 1. Obedecer 2. Afectividad 3. Comunicarme

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- Rol 1: 1. Comeros 2. Entorno ^{insentivar} positivo 3. Motivación a la educación
- Rol 2: 1. lo que (situaciones) 2. trabajo 3. Diversiones
- Rol 3: 1. Agricultura 2. estado salud 3. Pasatiempo

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

- (A): Para dar o recibir información.
- (B): Para expresar cariño y afecto. **B**
- (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

Las malas hábitos, la adicción, tener rutinas malas como andar en las calles, algunas veces las amistades

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

Existen algunos que no acatan ordenes, existen muchas discusiones, compartimos preocupaciones, donde nos acontezamos

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. ¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Porque estaba asegurado, dure 6 años en ese trabajo y me iba bien.

2. ¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

20 años con ella, me ha roportado, la amo, nos tratamos bien, aunque yo siempre he sido el malo.

3. ¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Ahora me doy cuenta de como es la vida, tengo un proposito de vida, y ya no vivo en la vida loca.

PARTICIPANTE 015



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

Jose D.

Firma del participante

28-11-25

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Daniela Hidalgo

Firma del participante

28-11-25

Fecha

Av. Circunvalación Vía a San Mateo
www.uleam.edu.ec



Uleam

1. Desde que estás afuera, ¿cómo te has sentido en tu día a día?

Le digo la plena, me siento bendecido. Después de pasar encerrado, uno sale viendo la vida con otros ojos. Me siento tranquilo, con esa esperanza que solo Dios le da a uno.

2. ¿Cómo ha sido tu estado de ánimo este último mes? ¿Te has sentido triste o desanimado?

Gracias a Dios, he estado bien. No le voy a decir que todo es color de rosa, porque uno es humano y a veces le entran sus pensamientos, pero desanimado de tirar la toalla, no. Lo que sí me da es un poco de nostalgia por mis hijos, porque uno como padre siempre quiere darles lo mejor y a veces siente que el tiempo que se perdió no regresa, pero ahí vamos, con la frente en alto.

3. Cuando te sientes triste, enojado o preocupado, ¿qué haces para calmarte o sentirte mejor?

Yo me refugio mucho en Dios, y no me da vergüenza decirlo. Cuando siento que la carga se pone pesada, me pongo a orar.

4. ¿Has tenido días en que no quieras hacer nada, te sientas sin ánimo o muy estresado desde que estás afuera?

Días de no querer hacer nada, casi no, porque en Chone somos gente de trabajo. Pero estresado sí, a veces cuando el trabajo no hay,. Cuando me pasa eso, me digo a mí mismo que ya pasé lo más feo que fue el encierro, que esto de afuera son, como le digo, son como pruebas nomás.

5. En este proceso de prelibertad, ¿qué ha sido lo más difícil para ti desde que saliste?

A veces el qué dirán, usted sabe. El motivo por el que yo entré fue algo delicado y la gente a veces juzga sin saber el arrepentimiento que uno lleva por dentro. También el hecho de estar viviendo con mi madre siendo yo un hombre de 39 años con mujer y mis hijos, pero nos llevamos.

6. ¿Has notado cambios en tu sueño o en tu energía?

Fíjese que duermo mucho mejor que cuando recién salí. Al principio como que cualquier ruido me saltaba, pero ahora que estoy en mis talleres y trabajando de pintor, llego cansado pero un cansancio bueno.

7. ¿Tienes a alguien con quien hablar cuando te sientes mal?

Mi esposa, aunque no vivamos bajo el mismo techo por ahora mientras me termino de asentar, ella está pendiente de mí. No me siento solo, gracias a Dios.

8. ¿Cómo te sientes con la obligación de venir cada viernes a las charlas o voluntariado?

Vea, al principio uno lo ve como un compromiso más, pero con el tiempo le he cogido el gusto. El taller de pintura me ha servido bastante, me ha perfeccionado la técnica. Las charlas psicológicas también me ayudan a entender por qué cometí los errores que cometí antes. Lo veo como una inversión en mi libertad, para no volver nunca más a ese lugar oscuro.

9. ¿Qué cosas crees que podrían ponerte en riesgo de volver a tener problemas?

La necesidad económica a veces lo tienta a uno a querer dinero fácil. Por eso trato de andar derecho.

10. Desde que estás afuera, ¿has vuelto a tomar alcohol o usar otras sustancias?

Le digo con sinceridad que no.

11. ¿Quién te apoya ahora que estás afuera?

Como le dije, mi familia es todo. Mi familia me abrió las puertas de su casa. Si hay apoyo de parte de ellos; si no fuera por mi familia yo creo que me hubiera sentido perdido.

12. ¿Cómo es tu día normal fuera del centro?

Me levanto tempranito, le doy gracias a Dios por un día más. Desayuno y de ahí me voy al taller. En la tarde, si puedo, paso viendo a mis hijos o conversando con mi mujer. Ya en la noche llego a casa, ceno con la vieja y me acuesto tranquilo, sabiendo que me gané el pan honradamente.

Completo
Entrevista

015

Ficha Sociodemográfica

Código del participante: _____

Fecha: 20 / 11 / 2025

Dato	Respuesta
1. Edad	<u>39</u> años
2. Sexo	<input checked="" type="checkbox"/> Masculino <input type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/> Prefiere no decirlo
3. Nacionalidad	<u>Ecuatoriana</u>
4. Estado civil	<input type="checkbox"/> Soltero/a <input type="checkbox"/> Casado/a <input checked="" type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input type="checkbox"/> Viudo/a
5. Número de hijos	<u>4</u>
6. Nivel de estudios alcanzado	<input type="checkbox"/> No estudió <input type="checkbox"/> Primaria incompleta <input type="checkbox"/> Primaria completa <input type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input checked="" type="checkbox"/> Secundaria completa <input type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores
7. Ocupación antes de ingresar al programa	<u>Mecánico</u>
8. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	<u>2 años, 2 meses 5 años</u>
9. Motivo de ingreso al programa (opcional)	<u>trata de blancas</u>
10. Tiempo en el programa (meses)	<u>2 años, 2 meses</u>
11. Actividades que realiza actualmente	<input type="checkbox"/> Talleres de trabajo <input type="checkbox"/> Educación <input type="checkbox"/> Actividades religiosas <input type="checkbox"/> Apoyo psicológico <input type="checkbox"/> Otro: <u>Painter</u>
12. Personas con quienes vive o planea vivir	<input type="checkbox"/> Familia <input type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> Otro: <u>Madre</u>
13. Apoyo familiar que percibe	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
14. Consumo actual o pasado de alcohol o drogas	<input type="checkbox"/> Sí <input checked="" type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?: _____
15. Participación en programas de apoyo emocional o espiritual	<input type="checkbox"/> Sí <input checked="" type="checkbox"/> No
16. Estado general de salud (según su opinión)	<input type="checkbox"/> Bueno <input checked="" type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo
17. Religión o creencia principal (opcional)	<u>Evangelica</u>
18. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: <u>Chone</u>

Completo

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: _____ EDAD: _____ SEXO: _____

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

- I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).		/	
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).		/	
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).		/	
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).		/	
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).		/	
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).		/	
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).		/	
8	Soy un(a) buen(a) líder.		/	
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).		/	
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).		/	
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).		/	
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).		/	
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)		/	
14	Otro (especificar)			

- II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal		/	
16	Trabajar y/o estudiar		/	
17	Reunirme con mi familia.		/	
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.	/		
19	descansar, dormir, reposar.		/	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.		/	

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.	/		
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.		/	
23	Disfrutar las comidas y bebidas		/	
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)		/	
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.		/	
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.	/		

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos		/	
28	Siento que soy importante para varias personas		/	
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan	/		
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.	/		
31	Me implico fácilmente con las personas con las que me relaciono.		/	
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.	/		

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.	/		
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.	/		
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Luchó por mejorar mi vida en el futuro.		/	
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.	/		
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.		/	
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura		/	

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado	/		
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.		/	
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.		/	

V. **Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.**

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Sociales	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz	2						2
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mí mismo.	2			2			
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.	2						
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra			2	2			
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.	2						2
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil							

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.		/	
49	Me echo a llorar.		/	
50	Me pongo irritable y molesto.		/	
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.	/		
52	Busco al culpable.		/	
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.		/	
55	Pido consejos e información al respecto.		/	
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.		/	
57	Aplazo su solución para un momento mejor.		/	
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.		/	
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.	/		
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.	/		

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción	2						2
62	Mayor fracaso			2				
63	Mayor éxito		2					
64	Mayor derrota							
65	Mayores alegrías	2						2
66	Mayores conflictos			2				
67	Mayores esperanzas		2					
68	Mayor tristeza	2						
69	Mayores aspiraciones				2			
70	Mayores temores							

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.		/	
72	Practico ejercicios físicos.		/	
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).		/	
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.		/	
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.		/	

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

A	Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
76	Irritabilidad.			2			
77	Nerviosismo				2	2	
78	Confusión.				2	2	
79	Ansiedad						
80	Tristeza	2					
81	Fluctuaciones del estado de ánimo	2		2			
82	Indecisiones						
83	Tensión muscular			2	2		
84	Perturbaciones en el sueño						

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) *Modificado*

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. No es necesario que escribas tu nombre.

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

Si, porque en mi trabajo me valen, y me da para subsistir

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

Cambiaría mi proceso de pre libertad, para poder continuar mi vida y poder cambiar para siempre mi forma de vivir y ser una persona mejor

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. (X)
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. ()

a) Explica por qué elegiste esa opción:

Vivo el día a día, lo de mañana nadie lo sabe, vivimos en futuro que no se sabe si existirá

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- Rol 1: Padre
- Rol 2: Trabajador
- Rol 3: Esposa

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- Rol 1: 1. Conversación 2. Juega 3. trabajo
- Rol 2: 1. Pintar 2. Alban. Leno 3. Entusiv
- Rol 3: 1. Salir 2. Conversar 3. Ver películas

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- Rol 1: 1. Educación 2. Profesiones 3. A Consejas
- Rol 2: 1. Contratos 2. Pagos 3. Medición
- Rol 3: 1. Confianza 2. Respeto 3. Salud

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

o (A): Para dar o recibir información.

o (B): Para expresar cariño y afecto.

o (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

Por no aprender a escuchar consejos

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

Incertidumbre, falta de respeto y desrespetación de parte de algunas personas.

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. ¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

Sí

Parcialmente

No

¿Por qué?

Si me siento conforme en parte, pero no he logrado todo, como estudiar y ser un profesional

2. ¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

Sí

Parcialmente

No

¿Por qué?

Porque me siento comprometido, ella ve por mí y yo por ella, me hace feliz

3. ¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

Sí

Parcialmente

No

¿Por qué?

Soy independiente, me siento tranquilo, no me meta con nadie, no tengo problemas con nadie

PARTICIPANTE 016



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado

Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

Firma del participante

21-11-25

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Firma del participante

21-11-25

Fecha

Av. Circunvalación Vía a San Mateo
www.uleam.edu.ec

 UleamEcuador

Uleam

1. ¿Desde que está fuera cómo se siente en su día a día? ¿cómo se ha sentido?

Me siento bendecido, gracias a Dios, porque ya estoy libre, puedo comenzar una nueva vida, trabajar, valerme por mí mismo y antes más bien ayudar a mi familia.

2. ¿No se ha sentido preocupado, confundido, ¿sin esperanza en algún momento?

Eh... sí, al principio fue muy duro, pero ya ahora gracias a Dios ya todo es diferente, todo fluye de una mejor manera, todo es bueno ahora.

3. ¿Respecto a su estado de ánimo en este último mes ha sido bueno? ¿ha tenido bajones, tristeza en este último mes?

No, gracias a Dios me he sentido bien, ya casi estoy para terminar también, culminar ya mi sentencia y todo. Cada día motivándome, también dándome yo mismo aliento a seguir adelante y hacer las cosas bien.

4. ¿Cuándo se ha sentido triste o enojado, como todos normalmente, no podemos estar todo el tiempo bien?, ¿qué hace usted para sentirse mejor o para calmarse en ese estado?

Es pensar que a veces hay personas en peores circunstancias que uno, en peores situaciones. Que quizá uno a veces, uno se levanta quizá sin una moneda en el bolsillo, pero hay personas que están hasta en el último momento de su vida ya en un hospital, personas que pierden un brazo, que pierden una pierna... y nosotros gracias a Dios hasta ahora yo pues estoy todavía completo, gracias a Dios.

5. ¿Usted ha tenido días en los que no ha querido hacer nada o se ha sentido demasiado sin ánimo o muy estresado desde que ha salido?

Sí... sí ha pasado, pero de igual... de igual manera he pedido a Dios y he seguido adelante, de seguir guerreando, porque no queda de más.

6. En este proceso, ¿qué ha sido lo más difícil para usted desde que salió?

A veces venir a firmar por motivo de los trabajos, porque uno de todas maneras tiene que trabajar para... para poderse ganar también sus centavos, su moneda y eso a veces me hace un poquito difícil, pero ahí toca a veces también cumplir con lo primordial que es la firma.

7. ¿Usted ha notado cambios en su sueño o energía desde que salió? ¿duerme mejor o duerme peor?

No, estoy mejor, gracias a Dios mejor.

8. ¿Usted tiene a alguien con quien hablar cuando se siente mal o triste?

Claro, mi esposa es mi fiel compañera ella.

¿CON SU ESPOSA?

Sí.

¿CON SU FAMILIA QUIZÁS O CON AMIGOS?

De vez en cuando. Y amigos también de vez en cuando, pero más siempre es mi esposa que está ahí en la casa.

USTED ME COMENTABA QUE CON ESTO DE VENIR CADA VIERNES A FIRMAR, USTED COMO QUE LE GENERA CIERTA...

Incomodidad.

¿PERO ES ALGO QUE PARA USTED ES MUY INCÓMODO O ES NOMÁS COMO ALGO QUE TIENE QUE HACER AUNQUE NO LE GUSTE?

No, pues, lo primero es la responsabilidad, pero claro que a veces por el motivo de trabajo porque uno a veces justamente el día quizás no tuvo trabajo en toda la semana y justamente el día de trabajo que va a tener, ese día toca venir a firmar y a veces no se tiene ni para la gasolina.

CLARO.

9. ¿Qué cosas cree usted que pueden ponerlo aun en riesgo de volver a reincidir o tener problemas otra vez que lo lleven a la cárcel?

Reincidir primeramente es el consumo de droga, de sustancias. Es el primer punto y de ahí son las necesidades, lo primero es el consumo] ...

10. ¿Y las malas amistades o el... o la falta de trabajo cree que puedan influir?

No, trabajo hay bastante. Lo que más influye es el consumo, te hace vago y te descuida y te hace irresponsable y quieres conseguir las cosas fácil.

11. Desde que usted está fuera. ¿ha bebido alcohol?

No, alcohol sí he tomado por ahí en reuniones así como Navidad, fin de año en la familia, así, pero en la casa pasivamente encerrado.

¿Y ANTES DE QUE USTED INGRESARA A ESTO QUIZÁS TOMABA MÁS?

Claro, pues en los cabarets, en la... en la calle, donde quiera armaba farra.

OKAY.

12. ¿Usted de quién percibe mayor apoyo desde que está fuera? me comentó su esposa.

Principalmente mi familia me han apoyado bastante, pero ahorita la que está más ahí firme conmigo es mi esposa.

13. ¿Me puede hablar un poquito de cómo es un día normal para usted?

Bueno, mi día normal es levantarme por la mañana, mi... mi aseo personal, de ahí irme a laborar, de ahí llego ya seis, siete de la tarde y ahí... lo normal, llegar a la casa a descansar.

14. ¿Qué es lo que a usted le gustaría lograr en su vida ahora que tiene la oportunidad de estar libre?

Bueno, lo principal ya pensando en mi vejez, tener mi... una casita ya bien estabilizada y un negocio para yo poder subsistir, porque ya vamos hacia arriba, ya vamos hacia... hacia ser viejos ya, la edad va pasando, ya vamos... somos personas ya mayores

Ficha Sociodemográfica

Completo
Entrevista

016

Código del participante: _____

Fecha: / /

Datos	Respuesta
1. Edad	34 años
2. Sexo	Masculino <input checked="" type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/> Prefiere no decirlo <input type="checkbox"/>
3. Nacionalidad	ecuatoriana
4. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: Portoviejo
5. Estado civil	Soltero/a <input type="checkbox"/> Casado/a <input checked="" type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input type="checkbox"/> Viudo/a <input type="checkbox"/>
6. Número de hijos	1
7. Nivel de estudios alcanzado	No estudió <input type="checkbox"/> Primaria incompleta <input type="checkbox"/> Primaria completa <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input checked="" type="checkbox"/> Secundaria completa <input type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores <input type="checkbox"/>
8. Ocupación	Construcción
9. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	6 años, 3 meses
10. Motivo de ingreso (opcional)	Homicidio
11. Tiempo en el programa (meses)	2 años, 9 meses
12. Actividades que realiza actualmente	Trabajo <input type="checkbox"/> Educación <input type="checkbox"/> Actividades religiosas <input checked="" type="checkbox"/> Atención psicológica <input checked="" type="checkbox"/> Otro <input :<="" td="" type="checkbox"/>
13. Personas con quienes vive o planea vivir	Familia <input checked="" type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Otro:
14. Apoyo familiar que considera	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
15. Consumo actual o pasado de alcohol	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
16. Consumo actual o pasado de otras sustancias	<input type="checkbox"/> Sí <input checked="" type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?:
17. Estado general de salud (según su opinión)	<input checked="" type="checkbox"/> Bueno <input type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo
18. Religión o creencia principal	No pertenece

Ficha de Observación

Observador: _____ **Código del participante:** _____

Fecha: / /

Dimensión	Indicadores observables	Características	Nivel observado
1. Interés y atención	Mantenimiento de la atención, participación activa, seguimiento de instrucciones	Escucha atentamente, realiza las actividades solicitadas, hace preguntas pertinentes	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
2. Claridad al expresarse	Orden en las ideas, coherencia temporal, vocabulario comprensible	Explica situaciones de manera secuencial, sin contradicciones evidentes	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
3. Congruencia emocional	Coincidencia entre contenido verbal y comunicación no verbal	Gestos y expresión facial acordes con lo que está relatando	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
4. Conciencia de sí mismo	Mención de sus cualidades, dificultades y procesos de cambio	Usa expresiones como "me di cuenta que", "yo soy", "necesito cambiar"	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
5. Planes y roles futuros	Descripción de actividades concretas y roles tras la liberación	Menciona "voy a trabajar en", "quiero ser un buen", "mi plan es"	<input type="checkbox"/> Claros <input type="checkbox"/> Moderados <input type="checkbox"/> Difusos
6. Manejo de situaciones difíciles	Descripción de estrategias para manejar estrés o conflicto	Menciona respirar, caminar, hablar con alguien, distraerse	<input type="checkbox"/> Adecuado <input type="checkbox"/> Parcial <input type="checkbox"/> Deficiente
7. Habilidad para relacionarse	Contacto visual, escucha activa, respeto de turnos	Mira al hablar, asiente, espera su turno para intervenir	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
8. Apertura en la conversación	Profundidad y sinceridad en los temas personales abordados	Comparte experiencias íntimas, emociones vulnerables	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
9. Nivel de tranquilidad	Manifestaciones de calma o ansiedad,	Voz estable, postura relajada vs. voz temblorosa, movimiento constante	<input type="checkbox"/> Tranquilo <input type="checkbox"/> Moderado <input type="checkbox"/> Ansioso
10. Viabilidad de sus planes	Grado de realismo y especificidad en proyectos de reinserción	Detalla pasos concretos, considera obstáculos, conoce recursos	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
11. Nivel de comprensión	Comprensión de consignas, preguntas de confirmación, ejecución acertada	Responde de manera acorde a lo preguntado, solicita aclaraciones si no entiende	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: _____ EDAD: _____ SEXO: _____

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

- I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).	✓	✓	
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).		✓	
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).		✓	
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).		✓	
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).		✓	
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).		✓	
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).		✓	
8	Soy un(a) buen(a) lider.		✓	
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).		✓	
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).		✓	
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).		✓	
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).		✓	
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)		✓	
14	Otro (especificar)		✓	

- II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal			✓
16	Trabajar y/o estudiar	✓		
17	Reunirme con mi familia.	✓		
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.		✓	
19	descansar, dormir, reposar.		✓	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.			✓

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.	✓		
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.		✓	
23	Disfrutar las comidas y bebidas		✓	
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)		✓	
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.			✓
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.	✓		

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos			✓
28	Siento que soy importante para varias personas		✓	✓
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan			
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.	✓		
31	Me implico fácilmente con las personas con las que me relaciono.		✓	
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.	✓		

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.	✓		
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.	✓		
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Luchó por mejorar mi vida en el futuro.			✓
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.	✓		
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.			✓
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura			✓

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado	V		
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.			✓
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.			✓

V. Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Sociales	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz	1						
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mí mismo.	1						
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.	1						
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra							
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.							
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil							

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.	/		✓
49	Me echo a llorar.	/		
50	Me pongo irritable y molesto.	/		
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.	/		
52	Busco al culpable.	/		
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.			✓
55	Pido consejos e información al respecto.			/
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.			/
57	Aplazo su solución para un momento mejor.	/		
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.			✓
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.			
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.			

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción	✓						
62	Mayor fracaso							
63	Mayor éxito	✓						
64	Mayor derrota							
65	Mayores alegrías	✓						
66	Mayores conflictos							
67	Mayores esperanzas	✓						
68	Mayor tristeza							
69	Mayores aspiraciones	✓						
70	Mayores temores							

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.			<input checked="" type="checkbox"/>
72	Practico ejercicios físicos.			<input checked="" type="checkbox"/>
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).			<input checked="" type="checkbox"/>
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.			<input checked="" type="checkbox"/>
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.			<input checked="" type="checkbox"/>

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

	A	Famili a	Escuel a	Barri o	Trabaj o	Gallada	Redes sociale s	Comuni dad religiosa
76	Irritabilidad.							
77	Nerviosismo							
78	Confusión.							
79	Ansiedad							
80	Tristeza							
81	Fluctuaciones del estado de ánimo							
82	Indecisiones							
83	Tensión muscular							
84	Perturbaciones en el sueño							

X. El siguiente listado relaciona diferentes problemas o preocupaciones que las personas normalmente enfrentan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
85	Tengo problemas o preocupaciones en varios aspectos o áreas de mi vida los cuales voy sobrellevando.	✓		
86	Los principales problemas o preocupaciones que tengo, provienen de un solo aspecto o área de mi vida.			
87	En mi vida no existen problemas o preocupaciones significativos, o al menos ninguno me resulta particularmente difícil y perturbador.		✓	

Dr. Israel Mayo Parra.
Juez Experto 1

Psi. Clin Mariela Chávez I.
Juez Experto 2

Abg. Vielka Palomeque G.
Juez Experto 3

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. No es necesario que escribas tu nombre.

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

Claro ami me encanta mi vida
Es bueno y tranquila

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

no nada

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. (X)
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. ()

a) Explica por qué elegiste esa opción:

Por que hay que ver el presente.

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- Rol 1: trabajador
- Rol 2: vivir
- Rol 3: seguir adelante

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- Rol 1: 1. Trabajo 2. _____ 3. _____
- Rol 2: 1. Familia 2. _____ 3. _____
- Rol 3: 1. Deportes 2. _____ 3. _____

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- Rol 1: 1. trabajo 2. Religión 3. Familia
- Rol 2: 1. _____ 2. _____ 3. _____
- Rol 3: 1. _____ 2. _____ 3. _____

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

- (A): Para dar o recibir información.
- (B): Para expresar cariño y afecto.
- (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

el trabajo

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. **¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?**

- Sí
- Parcialmente
- No

¿Por qué?

Porque Dios me bendice

2. **¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?**

- Sí
- Parcialmente
- No

¿Por qué?

Porque es una buena esposa

3. **¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?**

- Sí
- Parcialmente
- No

¿Por qué?

PARTIPANTE 017



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado

Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

Firma del participante

21-11-25

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Firma del participante

21-11-25

Fecha

Av. Circunvalación Vía a San Mateo
www.uleam.edu.ec

UleamEcuador

1. ¿Desde qué estás afuera, cómo te has sentido en tu día a día?

Bien, ahí llevándola. No le voy a mentir, a veces me siento un poco confundido porque la calle está dura y todo el mundo anda en su nota. No he sentido miedo, pero sí me da un poco de ansiedad cuando veo problemas en el barrio o cuando me falta el dinero. Pero en general, me siento con ganas de no volver a lo mismo, aunque a veces el ánimo se me baje un poco por la situación.

HA DE SER DIFÍCIL ESTAR EN ESA SITUACIÓN.

No le voy a mentir la verdad es que sí.

2. ¿Qué ha sido lo más difícil para ti desde que volviste a vivir afuera?

Lo más difícil es que la gente te etiqueta. Uno sale con la mente cambiada, pero el entorno sigue igual de dañado. Adaptarme a las reglas de la casa otra vez también ha costado, porque adentro uno tiene otro ritmo. Y bueno, el sueño a veces se me corta, me quedo pensando en qué voy a hacer mañana para conseguir el diario sin meterme en líos.

CONTINUEMOS CON LA SIGUIENTE PREGUNTA.

3. ¿Cómo te sientes con la obligación de venir cada jueves a las charlas o voluntariado?

Sinceramente, a veces me estresa por el tiempo y el pasaje, pero sé que me ayuda. Me ayuda a poner los pies en la tierra y a recordar que todavía no soy libre del todo, que tengo que portarme bien. Si no vengo, me quedo en la calle haciendo nada, y eso es peligroso para mi cabeza.

4. ¿Quién te apoya ahora que estás afuera?

Mi mamá es la que se pone la diez conmigo. Ella es la que me da el plato de comida y me aconseja. De ahí, amigos no tengo, solo conocidos de la zona, pero con ellos trato de no profundizar mucho porque esos son los primeros que te invitan a las cosas malas. Mi familia es mi único soporte ahorita.

DEBE SENTIRSE MUY BIEN ENTONCES CON SU FAMILIA.

Así es

5. Cuando te sientes triste, enojado o preocupado, ¿qué haces para calmarte o sentirte mejor?

A veces me da un coraje fuerte y me encierro en mi cuarto a escuchar música a todo volumen para no explotar con nadie. Antes salía y buscaba problemas, pero ahora trato de respirar o me pongo a hacer pesas ahí mismo en el patio para soltar la energía y que se me pase la neura.

6. ¿Cómo es tu día normal fuera del centro?

Me levanto un poco tarde, ayudo en lo que puedo en la casa y de ahí salgo a ver si algún vecino necesita que le ayude cargando cosas o limpiando algún terreno. Paso mucho tiempo caminando o sentado afuera de la casa viendo quién pasa, pero trato de entrarme temprano para no dar mucha luz a los problemas.

7. ¿Has tenido días en que no quieras hacer nada, te sientas sin ánimo o muy estresado desde que estás afuera?

Sí, la verdad que sí. Hay días que me despierto y digo "¿para qué?", como que me siento estancado. Cuando me pasa eso, me quedo acostado o me pongo a ver televisión todo el día. Me da como una desgana de todo, pero después pienso en mi mamá y me levanto a ver qué se hace.

8. Desde que estás afuera, ¿has vuelto a tomar alcohol, fumar o usar otras sustancias?

He fumado mi tabaquito y una que otra vez me he tomado mis tragos con la gente del barrio, pero trato de no perder el sentido. Yo sé que si me paso de copas, me pongo "bravo" y ahí es donde vienen los problemas con la ley otra vez. Estoy intentando bajarle a eso.

9. ¿Qué cosas crees que podrían ponerte en riesgo de volver a tener problemas?

La falta de un trabajo de verdad, de esos que te pagan mensual. Cuando uno tiene los bolsillos vacíos, la mente empieza a volar y a querer hacer cosas fáciles. También las malas juntas que te dicen "vamos a tal lado" y uno por no quedar mal, a veces cede. Ese es mi mayor riesgo, no saber decir que no a tiempo.

OKAY.

10. ¿Qué te gustaría lograr en tu vida ahora que tienes esta oportunidad de estar afuera?

Me gustaría tener mi propio negocio, tal vez una vulcanizadora o algo de mecánica que es lo que me gusta. Quisiera tener mi casita aparte para no darle problemas a mi vieja y demostrarle a la sociedad que yo no soy ese tipo malo que ellos piensan, que yo también puedo salir adelante por la derecha.

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN.

De nada.

Completos
Entrevista ✓

Ficha de Observación

Observador: XXXXXXXXXX
 Código del participante: 017
 Fecha: __/__/__

Dimensión	Indicadores observables	Características	Nivel observado
1. Actitud general	Cooperación, interés, puntualidad, apertura	Si acepta participar, se mantiene atento, no rechaza preguntas	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
2. Lenguaje verbal	Claridad, vocabulario usado, concreción, pausas, repeticiones, evasivas	Usa palabras simples, responde directamente, evita divagar innecesariamente	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input checked="" type="checkbox"/> Bajo
3. Lenguaje no verbal / corporal	Postura corporal, movimiento, gestos, expresión facial, contacto visual	Si se inclina hacia adelante, evita cruzar brazos, gestos congruentes	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
4. Entonación / tono / volumen	Cambios en tono, volumen, énfasis, pausas emocionales	Voz firme, pausas coherentes, cambios cuando relata emociones	<input type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input checked="" type="checkbox"/> Bajo
5. Expresividad emocional	Risas, llanto, enfado, tensión, emoción adecuada al contexto	Si al narrar hechos difíciles muestra emoción, frialdad o bloqueo	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
6. Coherencia discurso – conducta	Lo que dice vs. lo que muestra con gestos / actitud	Si dice “me siento fuerte” pero su postura es encorvada, contradicción	<input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input checked="" type="checkbox"/> Baja
7. Autorreferencias / autoevaluación	Referencias a uno mismo, responsabilidad, culpa, esperanza	“Yo creo”, “yo siento”, “yo puedo cambiar”, “me equivoco”	<input type="checkbox"/> Frecuente <input type="checkbox"/> Moderada <input checked="" type="checkbox"/> Escasa
8. Reconocimiento del rol	Menciona roles significativos, identidad, propósito	Dice “soy padre”, “trabajador”, “creyente”, “hermano”, etc.	<input type="checkbox"/> Claro <input type="checkbox"/> Moderado <input checked="" type="checkbox"/> Difuso
9. Metas / proyectos	Habla de planes presentes o futuros, deseos de cambio	“Cuando salga voy a...”, “me gustaría...”	<input type="checkbox"/> Altas <input type="checkbox"/> Moderadas <input checked="" type="checkbox"/> Bajas
10. Gestión emocional / afrontamiento	Estrategias que menciona o muestra	Respiración, silencio, pedir	<input type="checkbox"/> Adecuado <input type="checkbox"/> Parcial <input checked="" type="checkbox"/> Deficiente

Entrevista V

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: EDAD: SEXO:

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).		/	
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).		/	
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).	/		
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).		/	
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).		/	
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).		/	
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).		/	
8	Soy un(a) buen(a) lider.		/	
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).		/	
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).	/		
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).		/	
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).		/	
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)		/	
14	Otro (especificar)			

II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal		/	
16	Trabajar y/o estudiar	/		
17	Reunirme con mi familia.		/	
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.	/		
19	descansar, dormir, reposar.		/	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.		/	

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.	/		
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.		/	
23	Disfrutar las comidas y bebidas		/	
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)	/		
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.		/	
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.		/	

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos		/	
28	Siento que soy importante para varias personas		/	
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan	/		
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.		/	
31	Me implico fácilmente con las personas con las que me relaciono.		/	
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.	/		

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.	/	X	
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.		/	
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Luchó por mejorar mi vida en el futuro.		/	
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.			/
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.			/
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura	/		

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado	/		
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.	/		
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.	/		

V. **Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.**

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Social es	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz	1	0	1	1	1	0	1
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mí mismo.	1	1	1	1	0	0	1
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.	1	0	1	0	0	0	0
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra	1	1	0	1	0	1	1
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.	2	2	1	1	1	2	1
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil	2	2	2	1	1	2	1

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.			/
49	Me echo a llorar.		/	
50	Me pongo irritable y molesto.		/	
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.		/	
52	Busco al culpable.		/	
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.		/	
55	Pido consejos e información al respecto.		/	
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.		/	
57	Aplazo su solución para un momento mejor.	/		
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.		/	
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.		/	
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.		/	

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción				X			
62	Mayor fracaso	X	X	X		X	X	X
63	Mayor éxito			X				
64	Mayor derrota					X	X	
65	Mayores alegrías	X			X			X
66	Mayores conflictos	X	X				X	
67	Mayores esperanzas				X	X		X
68	Mayor tristeza	X	X		X		X	X
69	Mayores aspiraciones				X			
70	Mayores temores							

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.		/	
72	Practico ejercicios físicos.		/	
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).	/		
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.		/	
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.		/	

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

A	Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
76	Irritabilidad.	X	X		X	X	X
77	Nerviosismo	X	X		X		
78	Confusión.	X			X	X	
79	Ansiedad	X			X	X	
80	Tristeza	X			X		
81	Fluctuaciones del estado de ánimo	X			X		
82	Indecisiones	X			X		
83	Tensión muscular				X		
84	Perturbaciones en el sueño	X			X	X	

X. El siguiente listado relaciona diferentes problemas o preocupaciones que las personas normalmente enfrentan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
85	Tengo problemas o preocupaciones en varios aspectos o áreas de mi vida los cuales voy sobrellevando.			/
86	Los principales problemas o preocupaciones que tengo, provienen de un solo aspecto o área de mi vida.			/
87	En mi vida no existen problemas o preocupaciones significativos, o al menos ninguno me resulta particularmente difícil y perturbador.	/		

IX. Marque con una X los síntomas de la columna A que sienta actualmente (si no siente ninguno pase a la pregunta siguiente). Relacione los que seleccionaste con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna

		A				
Comun. del religioso	Redes sociales	Redes familiares	Trabajo	Estudio	Familia	Individuo
						76
						77
						78
						79
						80
						81
						82
						83
						84

Dr. Israel Mayo Parra.
Juez Experto 1

Psi. Clin Mariela Chávez I.
Juez Experto 2

Abg. Vielka Palomeque G.
Juez Experto 3

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. No es necesario que escribas tu nombre.

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

Si, me encanta en mis cosas y no molesto a nadie

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

Cambiaría mi pasado, mi trabajaria, ~~hacer~~

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. ()
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. ()

a) Explica por qué elegiste esa opción:

El pasado queda botado, lo que importa lo de ahora

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- Rol 1: Padre
- Rol 2: trabajador
- Rol 3: Amigo

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- Rol 1: 1. comunicarme 2. economía 3. Consejos
- Rol 2: 1. trabajar 2. Podar 3. Artesanía
- Rol 3: 1. Hablar 2. Divertirme 3. Observar

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- Rol 1: 1. Consejos 2. apoyo emocional 3. Educación
- Rol 2: 1. Agricultura 2. Clima 3. Gomas y pesos
- Rol 3: 1. Deporte 2. Noticias 3. Amistad

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

- (A): Para dar o recibir información.
- (B): Para expresar cariño y afecto.
- (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

Mis hábitos, mis pensamientos, falta de entendimiento

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

Desconfianza, malos tratos, triste, ansiedad, ideación suicida

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. **¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?**

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

A veces no hay tanto trabajo, es esporádico

2. **¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?**

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

con ella me quedo, si la amo,

3. **¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?**

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Me cuesta conseguir trabajo, hay que tener palanca

PARTICIPANTE 018



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

Firma del participante

28-11-25

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Firma del participante

28-11-25

Fecha

Av. Circunvalación Vía a San Mateo
www.uleam.edu.ec



Uleam

1. ¿Desde qué estás afuera, ¿cómo te has sentido en tu día a día?

Me siento tranquilo, pero con la cabeza a mil por hora. No es miedo, es como una presión aquí en el pecho de querer recuperar el tiempo perdido. Me siento con mucha esperanza cuando veo a mi familia, pero a veces me da ansiedad el no poder darles todo lo que necesitan de golpe. En general, mi ánimo está bien, como se dice, porque valoro la libertad, pero no le niego que hay días en los que me siento un poco abrumado por la realidad de la calle.

DESPUÉS DE TODO LO QUE PASÓ, ES NORMAL.

Si, sí.

2. ¿Qué ha sido lo más difícil para ti desde que volviste a vivir afuera?

Lo más duro es el rechazo. Uno va a pedir camello y cuando ven el pasado de uno, te dicen "nosotros te llamamos" y nunca suena el fono. Eso desmoraliza. También me costó volver a dormir de corrido; los primeros días me despertaba a cada rato pensando que estaba allá adentro todavía. Pero ya me voy acostumbrando a los ruidos de la casa y a la comida de verdad.

3. ¿Cómo te sientes con la obligación de venir cada viernes a las charlas?

Sinceramente, me ayuda a mantenerme en la línea. No lo veo como un castigo, sino como un cable a tierra. Me obliga a organizar mi semana y a recordar que tengo una oportunidad que no puedo desperdiciar. A veces me estresa el gasto del pasaje porque la cosa está dura, pero hago el esfuerzo porque sé que es por mi bien y por mi libertad definitiva.

ENTIENDO QUE ES UN ESFUERZO PARA USTED.

Pero toca.

4. ¿Quién te apoya ahora que estás afuera?

Mi mayor soporte es mi señora y mis hijos. Ellos son mi motor. También tengo un hermano que me presta la herramienta para salir a hacer trabajos de gasfitería o lo que salga. Si no fuera por ellos, creo que me hubiera sentido muy solo. Amigos... bueno, amigos de verdad casi no quedan, los que eran para la fiesta ya no están, y mejor así.

ESO ES BUENO.

Gloria a Dios que me permite estar bien..

5. Cuando te sientes triste, enojado o preocupado, ¿qué haces para calmarte o sentirte mejor?

Me pongo a trabajar en algo de la casa, a arreglar un mueble o a pintar. Si el coraje es mucho, mejor me salgo a dar una vuelta a la manzana yo solo hasta que la cabeza se me enfríe. Hablar con mi mujer me ayuda bastante, ella tiene la palabra precisa para bajarme las revoluciones cuando me pongo negativo.

6. ¿Cómo es tu día normal fuera del centro?

Me levanto a las 6:00 a.m., preparo el café y ayudo a alistar a los pelados para la escuela. De ahí me voy a la obra. Al mediodía regreso a almorzar en casa para ahorrar y en la tarde me pongo a buscar más trabajitos. En la noche me quedo encerrado con mi familia, nada de andar en la calle buscando lo que no se me ha perdido. CONTINUEMOS CON LA SIGUIENTE PREGUNTA.

7. ¿Has tenido días en que no quieras hacer nada, te sientas sin ánimo o muy estresado desde que estás afuera?

Sí, no le voy a mentir. Hay días en que uno se siente que no avanza, que por más que lucha las puertas se cierran. Esos días me dan ganas de tirar la toalla, pero miro las fotos de mis hijos y me sacudo la pereza. Me pongo a hacer ejercicio o a limpiar para que la mente no me empiece a jugar sucio.

ES IMPORTANTE MANTENERSE OCUPADO.

8. Desde que estás afuera, ¿has vuelto a tomar alcohol, fumar o usar otras sustancias?

Una que otra cerveza con la familia en un cumpleaños, algo sano. De lo otro, nada. Yo ya sé que el vicio es el camino más rápido para volver y yo por allá no quiero asomar. Estoy enfocado en estar limpio para mi familia y para mí mismo.

9. ¿Qué cosas crees que podrían ponerte en riesgo de volver a tener problemas?

La necesidad económica es lo más peligroso. Cuando uno ve que falta el pan en la mesa, la tentación de la plata fácil. También el toparse con gente del pasado que te quiere jalar de nuevo. Por eso trato de andar por otro lado.

10. ¿Qué te gustaría lograr en tu vida ahora que tienes esta oportunidad de estar afuera?

Mi sueño es poner mi propio taller de reparaciones, algo legal y formal. Quiero ver a mis hijos graduados, que ellos sean alguien en la vida y que no cometan los errores que yo cometí. Solo quiero vivir tranquilo, trabajar honradamente y que cuando la gente me vea en la calle, ya no me miren con miedo sino con respeto.

018
Completo

Ficha Sociodemográfica

Código del participante: 018

Fecha: 25 / 11 / 25

Datos	Respuesta
1. Edad	<u>32</u> años
2. Sexo	Masculino <input checked="" type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/> Prefiere no decirlo <input type="checkbox"/>
3. Nacionalidad	<u>EC</u>
4. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: <u>Monta</u>
5. Estado civil	Soltero/a <input checked="" type="checkbox"/> Casado/a <input type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input type="checkbox"/> Viudo/a <input type="checkbox"/>
6. Número de hijos	<u>3</u>
7. Nivel de estudios alcanzado	No estudió <input type="checkbox"/> Primaria incompleta <input type="checkbox"/> Primaria completa <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input type="checkbox"/> Secundaria completa <input type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores <input type="checkbox"/>
8. Ocupación	<u>Meneador</u>
9. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	<u>7 meses</u>
10. Motivo de ingreso (opcional)	<u>A salto, posesión drogas</u>
11. Tiempo en el programa (meses)	<u>7 meses</u>
12. Actividades que realiza actualmente	Trabajo <input type="checkbox"/> Educación <input type="checkbox"/> Actividades religiosas <input checked="" type="checkbox"/> Atención psicológica <input checked="" type="checkbox"/> Otro <input type="checkbox"/> : _____
13. Personas con quienes vive o planea vivir	Familia <input checked="" type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Otro: _____
14. Apoyo familiar que considera	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
15. Consumo actual o pasado de alcohol	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
16. Consumo actual o pasado de otras sustancias	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?: <u>Porta-bone</u>
17. Estado general de salud (según su opinión)	<input checked="" type="checkbox"/> Bueno <input type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo
18. Religión o creencia principal	<u>Boloto</u>

Ficha de Observación

Observador: _____ Código del participante: _____

Fecha: / /

Dimensión	Indicadores observables	Características	Nivel observado
1. Interés y atención	Mantenimiento de la atención, participación activa, seguimiento de instrucciones	Escucha atentamente, realiza las actividades solicitadas, hace preguntas pertinentes	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
2. Claridad al expresarse	Orden en las ideas, coherencia temporal, vocabulario comprensible	Explica situaciones de manera secuencial, sin contradicciones evidentes	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
3. Congruencia emocional	Coincidencia entre contenido verbal y comunicación no verbal	Gestos y expresión facial acordes con lo que está relatando	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
4. Conciencia de sí mismo	Mención de sus cualidades, dificultades y procesos de cambio	Usa expresiones como "me di cuenta que", "yo soy", "necesito cambiar"	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
5. Planes y roles futuros	Descripción de actividades concretas y roles tras la liberación	Menciona "voy a trabajar en", "quiero ser un buen", "mi plan es"	<input checked="" type="checkbox"/> Claros <input type="checkbox"/> Moderados <input type="checkbox"/> Difusos
6. Manejo de situaciones difíciles	Descripción de estrategias para manejar estrés o conflicto	Menciona respirar, caminar, hablar con alguien, distraerse	<input checked="" type="checkbox"/> Adecuado <input type="checkbox"/> Parcial <input type="checkbox"/> Deficiente
7. Habilidad para relacionarse	Contacto visual, escucha activa, respeto de turnos	Mira al hablar, asiente, espera su turno para intervenir	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
8. Apertura en la conversación	Profundidad y sinceridad en los temas personales abordados	Comparte experiencias íntimas, emociones vulnerables	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
9. Nivel de tranquilidad	Manifestaciones de calma o ansiedad,	Voz estable, postura relajada vs. voz temblorosa, movimiento constante	<input checked="" type="checkbox"/> Tranquilo <input type="checkbox"/> Moderado <input type="checkbox"/> Ansioso
10. Viabilidad de sus planes	Grado de realismo y especificidad en proyectos de reinserción	Detalla pasos concretos, considera obstáculos, conoce recursos	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
11. Nivel de comprensión	Comprensión de consignas, preguntas de confirmación, ejecución acertada	Responde de manera acorde a lo preguntado, solicita aclaraciones si no entiende	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: _____ EDAD: _____ SEXO: _____

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

- I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).		X	
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).			X
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).	X		
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).		X	
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).	X		
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).		X	
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).		X	
8	Soy un(a) buen(a) líder.		X	
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).		X	
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).		X	
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).			X
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).		X	
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)		X	
14	Otro (especificar)			

- II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal			X
16	Trabajar y/o estudiar		X	
17	Reunirme con mi familia.			X
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.		X	
19	descansar, dormir, reposar.		X	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.		X	

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.		X	
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.		X	
23	Disfrutar las comidas y bebidas		X	
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)		X	
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.		X	
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.		X	

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos		X	
28	Siento que soy importante para varias personas			X
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan		X	
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.		X	
31	Me implico fácilmente con las personas con las que me relaciono.			X
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.			X

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.	X		
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.	X		
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Lucho por mejorar mi vida en el futuro.			X
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.		X	
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.			X
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura		X	

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado	X		
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.		X	
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.		X	

- V. **Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.**

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Sociales	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz							
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mi mismo.							
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.							X
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra	X						
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.							
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil			X				

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.		X	
49	Me echo a llorar.		X	
50	Me pongo irritable y molesto.	X	X	
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.	X		
52	Busco al culpable.	X		
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.			X
55	Pido consejos e información al respecto.			X
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.		X	
57	Aplazo su solución para un momento mejor.		X	
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.			X
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.			X
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.	X		

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción	X						
62	Mayor fracaso				X			
63	Mayor éxito							
64	Mayor derrota							
65	Mayores alegrías	X						
66	Mayores conflictos			X				
67	Mayores esperanzas	X						
68	Mayor tristeza	X						
69	Mayores aspiraciones				X			
70	Mayores temores							

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.		X	
72	Practico ejercicios físicos.		X	
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).		X	
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.			X
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.			X

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

	A	Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
76	Irritabilidad.							
77	Nerviosismo							
78	Confusión.							
79	Ansiedad			X				
80	Tristeza							
81	Fluctuaciones del estado de ánimo							
82	Indecisiones							
83	Tensión muscular				X			
84	Perturbaciones en el sueño							

- X. El siguiente listado relaciona diferentes problemas o preocupaciones que las personas normalmente enfrentan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
85	Tengo problemas o preocupaciones en varios aspectos o áreas de mi vida los cuales voy sobrellevando.		X	
86	Los principales problemas o preocupaciones que tengo, provienen de un solo aspecto o área de mi vida.	X		
87	En mi vida no existen problemas o preocupaciones significativos, o al menos ninguno me resulta particularmente difícil y perturbador.	X		

Dr. Israel Mayo Parra.
Juez Experto 1

Psi. Clin Mariela Chávez I.
Juez Experto 2

Abg. Vielka Palomeque G.
Juez Experto 3

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. No es necesario que escribas tu nombre.

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

Me gusta, a veces me siento un poco solo, descanso bien, como bien, eso me ayuda. A pesar de todo me gusta.

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

A veces siento que es difícil cuando pienso en mi familia, si tuviera que cambiar algo sería tener más compañía.

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. (X)
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. ()

a) Explica por qué elegiste esa opción:

Quiero mejorar me bien, tengo la oportunidad y la quiero aprovechar

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- o Rol 1: Padre
- o Rol 2: Trabajador
- o Rol 3: Hijo

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- o Rol 1: 1. Acarrear 2. Responderle 3. Trabaja
- o Rol 2: 1. Estudiar 2. Puntualidad 3. Ayudarlos
- o Rol 3: 1. Cuidarlos 2. Comer 3. Trabaja para ellos

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- o Rol 1: 1. Familia 2. Necesidades 3. Educación
- o Rol 2: 1. Dinero 2. Actividades 3. Mucha paz
- o Rol 3: 1. La vida 2. Amor 3. Salud

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

- (A): Para dar o recibir información.
- (B): Para expresar cariño y afecto.
- (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

La vida que tenía, la falta de respeto a mi familia, que eran experimentos con ratones

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

La rutina diaria, problemas, juntarse con personas que consumen

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. ¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

A un no tengo un trabajo estable, aunque no me dio miedo de hacerlo

2. ¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Lo verdad quisiera tener una relación estable, pero por mi propio desinterés no se lo dio

3. ¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Pero tener una vida normal (sin preocupaciones, sin ansiedad, sentirme orgullo de lo que hago)

PARTICIPANTE 019



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

Firma del participante

28-11-25

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Firma del participante

28-11-25

Fecha

Av. Circunvalación Vía a San Mateo
www.uleam.edu.ec



Uleam

1. Desde qué estás afuera, ¿cómo te has sentido en tu día a día?

Me he sentido bien, tranquilo, gracias a Dios. Como ahora estoy en el programa nuevamente, me siento una persona fuerte porque he logrado identificar en qué fallé. Mi día a día lo paso enfocado en mi y en mi familia. No me siento con miedo ni confundido, porque tengo mis planes claros, pero sí reconozco que debo tener cuidado porque antes el consumo y las malas decisiones me desviaron del camino.

QUÉ BUENO, DIGO, QUE TENGA SUS PLANES CLAROS AHORA.

Así es, eso es lo más importante.

2. ¿Qué ha sido lo más difícil para ti desde que volviste a vivir afuera?

Lo más difícil ha sido lidiar con los recuerdos del pasado y el peso de no haber logrado estar realizado antes por culpa de las drogas. Me duele pensar que si no hubiera conocido eso, ahorita sería un hombre feliz y completo con mi familia. También es un reto manejar mis emociones; a veces soy muy impulsivo en el amor, me enamoro rápido y eso me trae enredos emocionales que me terminan afectando.

3. ¿Cómo te sientes con la obligación de venir cada viernes a las charlas o voluntariado?

Me siento bien, con mucho interés. Yo lo veo como parte de mi disciplina. Me ayuda escuchar y aprender, que es lo que me toca ahora como alguien que quiere cambiar. No lo veo como una carga, sino como el esfuerzo.

4. ¿Quién te apoya ahora que estás afuera?

Mi familia, ellos son mi apoyo más alto. Vivo con ellos y son mi mayor satisfacción y alegría. Especialmente me enfoco en mis dos hijos; quiero ser un ejemplo para ellos, aconsejarlos y enseñarles para que no pasen por lo que yo pasé. Ellos son mi motor para ahorrar y trabajar duro.

5. Cuando te sientes triste, enojado o preocupado, ¿qué haces para calmarte o sentirte mejor?

Trato de calmarme primero para luego hacer frente al problema. Busco consejos de personas que saben más que yo. A veces me pongo de mal humor por cosas, pero trato de distraerme y no dejar que los nervios me ganen. También mi fe me da la paz que necesito para no actuar por impulso como antes.

6. ¿Cómo es tu día normal fuera del centro?

Pues, en la mañana me ocupo mucho de mí, como y eso, salgo bien. Salgo a manejar y demás. A veces en el almuerzo ando conversando con compañeros y, sobre todo, reuniéndome con mi familia. También dedico tiempo a mis pasatiempos y a planificar lo que quiero lograr mañana.

7. ¿Has tenido días en que no quieras hacer nada, te sientas sin ánimo o muy estresado desde que estás afuera?

Sí, hay momentos donde me siento un poco estresado, sobre todo por problemas que a uno lo ponen medio ansioso a veces. A veces uno se pone sensible, pero yo creo que es normal, cuando uno tiene un día malo, las cosas salen mal, o cuando recuerdo que dejé botados empleos antes por irresponsable. Pero bueno, intento, no me quedo ahí, me sacudo y me pongo a pensar en mis proyectos personales. Hay que seguir adelante, usted sabe.

8. Desde que estás afuera, ¿has vuelto a tomar alcohol, fumar o usar otras sustancias?

No, ahora estoy limpio. Antes sí consumía alcohol, marihuana y cocaína, y eso fue lo que me dañó la vida. Sé que la desobediencia y la malcriadez de esos tiempos fueron lo que me trajo aquí. Ahora mi único vicio es el trabajo y sacar adelante a mis hijos.

9. ¿Qué cosas crees que podrían ponerte en riesgo de volver a tener problemas?

Me enamoro rápido y soy celoso, quiero controlar la situación y por eso me abandonan; eso me tiene mal. También el ambiente por mi casa, ahí es donde uno se pone medio tenso, temores y donde está la gente dañada, uno se tiene que cuidar.

10. ¿Qué te gustaría lograr en tu vida ahora que tienes esta oportunidad de estar afuera?

Lo mejor de mi vida está por venir aún, eso creo yo. Quiero ser un trabajador disciplinado, y ya tener lo mío. Ya saqué mi licencia y terminé mis estudios con mucho esfuerzo, así que sé que puedo. Mi meta es que mis hijos crezcan con buen ejemplo y que mi familia esté bien.

019
Completo

Ficha Sociodemográfica

Código del participante: 019

Fecha: / /

Datos	Respuesta
1. Edad	<u>28</u> años
2. Sexo	Masculino <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/> Prefiere no decirlo <input type="checkbox"/>
3. Nacionalidad	<u>EC</u>
4. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: <u>Montecristi</u>
5. Estado civil	Soltero/a <input type="checkbox"/> Casado/a <input type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input checked="" type="checkbox"/> Viudo/a <input type="checkbox"/>
6. Número de hijos	<u>2</u>
7. Nivel de estudios alcanzado	No estudió <input type="checkbox"/> Primaria incompleta <input type="checkbox"/> Primaria completa <input checked="" type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input type="checkbox"/> Secundaria completa <input type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores <input type="checkbox"/>
8. Ocupación	<u>blanca</u>
9. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	<u>3 años</u>
10. Motivo de ingreso (opcional)	<u>Tráfico y pensión</u>
11. Tiempo en el programa (meses)	<u>9 meses</u>
12. Actividades que realiza actualmente	Trabajo <input checked="" type="checkbox"/> Educación <input type="checkbox"/> Actividades religiosas <input type="checkbox"/> Atención psicológica <input type="checkbox"/> Otro <input type="checkbox"/> : _____
13. Personas con quienes vive o planea vivir	Familia <input checked="" type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> Otro: _____
14. Apoyo familiar que considera	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
15. Consumo actual o pasado de alcohol	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
16. Consumo actual o pasado de otras sustancias	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?: <u>maribubuano, cocaína</u>
17. Estado general de salud (según su opinión)	<input checked="" type="checkbox"/> Bueno <input type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo
18. Religión o creencia principal	<u>católica</u>

Ficha de Observación

Observador: _____ Código del participante: _____

Fecha: / /

Dimensión	Indicadores observables	Características	Nivel observado
1. Interés y atención	Mantenimiento de la atención, participación activa, seguimiento de instrucciones	Escucha atentamente, realiza las actividades solicitadas, hace preguntas pertinentes	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
2. Claridad al expresarse	Orden en las ideas, coherencia temporal, vocabulario comprensible	Explica situaciones de manera secuencial, sin contradicciones evidentes	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
3. Congruencia emocional	Coincidencia entre contenido verbal y comunicación no verbal	Gestos y expresión facial acordes con lo que está relatando	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
4. Conciencia de sí mismo	Mención de sus cualidades, dificultades y procesos de cambio	Usa expresiones como "me di cuenta que", "yo soy", "necesito cambiar"	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
5. Planes y roles futuros	Descripción de actividades concretas y roles tras la liberación	Menciona "voy a trabajar en", "quiero ser un buen", "mi plan es"	<input checked="" type="checkbox"/> Claros <input type="checkbox"/> Moderados <input type="checkbox"/> Difusos
6. Manejo de situaciones difíciles	Descripción de estrategias para manejar estrés o conflicto	Menciona respirar, caminar, hablar con alguien, distraerse	<input checked="" type="checkbox"/> Adecuado <input type="checkbox"/> Parcial <input type="checkbox"/> Deficiente
7. Habilidad para relacionarse	Contacto visual, escucha activa, respeto de turnos	Mira al hablar, asiente, espera su turno para intervenir	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
8. Apertura en la conversación	Profundidad y sinceridad en los temas personales abordados	Comparte experiencias íntimas, emociones vulnerables	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
9. Nivel de tranquilidad	Manifestaciones de calma o ansiedad,	Voz estable, postura relajada vs. voz temblorosa, movimiento constante	<input checked="" type="checkbox"/> Tranquilo <input type="checkbox"/> Moderado <input type="checkbox"/> Ansioso
10. Viabilidad de sus planes	Grado de realismo y especificidad en proyectos de reinserción	Detalla pasos concretos, considera obstáculos, conoce recursos	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
11. Nivel de comprensión	Comprensión de consignas, preguntas de confirmación, ejecución acertada	Responde de manera acorde a lo preguntado, solicita aclaraciones si no entiende	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: _____ EDAD: _____ SEXO: _____

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

- I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).	X		
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).	X		
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).	X		
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).	X		
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).	X		
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).	X		
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).	X		
8	Soy un(a) buen(a) líder.	X		
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).	X		
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).	X		
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).	X		
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).	X		
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)	X		
14	Otro (especificar)			

- II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal		X	
16	Trabajar y/o estudiar	X		
17	Reunirme con mi familia.		X	
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.	X		
19	descansar, dormir, reposar.		X	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.	X		

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.	X		
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.		X	
23	Disfrutar las comidas y bebidas		X	
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)	X		
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.		X	
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.	X		

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos		X	
28	Siento que soy importante para varias personas		X	
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan		X	
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.	X		
31	Me implico fácilmente con las personas con las que me relaciono.		X	
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.		X	

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.	X		
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.	X		
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Luchó por mejorar mi vida en el futuro.		X	
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.		X	
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.		X	
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura		X	

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado		X	
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.		X	
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.		X	

V. **Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.**

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Sociales	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz							
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mi mismo.							
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.							
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra	X			X			
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.	X			X			
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil							

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.		X	
49	Me echo a llorar.		X	
50	Me pongo irritable y molesto.		X	
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.	X		
52	Busco al culpable.	X		
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.		X	
55	Pido consejos e información al respecto.		X	
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.		X	
57	Aplazo su solución para un momento mejor.		X	
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.		X	
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.		X	
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.		X	

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción	X						
62	Mayor fracaso				X			
63	Mayor éxito		X					
64	Mayor derrota			X				
65	Mayores alegrías	X						
66	Mayores conflictos			X				
67	Mayores esperanzas				X			
68	Mayor tristeza	X						
69	Mayores aspiraciones				X			
70	Mayores temores			X				

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.		X	
72	Practico ejercicios físicos.		X	
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).		X	
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.		X	
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.		X	

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

	A	Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
76	Irritabilidad.			X				
77	Nerviosismo			X				
78	Confusión.			X				
79	Ansiedad			X				
80	Tristeza			X				
81	Fluctuaciones del estado de ánimo			X				
82	Indecisiones	X						
83	Tensión muscular			X				
84	Perturbaciones en el sueño		X					

- X. El siguiente listado relaciona diferentes problemas o preocupaciones que las personas normalmente enfrentan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
85	Tengo problemas o preocupaciones en varios aspectos o áreas de mi vida los cuales voy sobrellevando.		X	
86	Los principales problemas o preocupaciones que tengo, provienen de un solo aspecto o área de mi vida.		X	
87	En mi vida no existen problemas o preocupaciones significativos, o al menos ninguno me resulta particularmente difícil y perturbador.		X	

Dr. Israel Mayo Parra.
Juez Experto 1

Psi. Clin Mariela Chávez I.
Juez Experto 2

Abg. Vielka Palomeque G.
Juez Experto 3

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. **No es necesario que escribas tu nombre.**

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

Si, porque me he vuelto una persona fuerte, independiente, más feliz y ahora siento que estoy creciendo.

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

Me hubiera gustado no haber conocido los drogas porque fuere una persona.

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. ()
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. (X)

a) Explica por qué elegiste esa opción:

Quiero mejorar en el futuro

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- Rol 1: Hijo
- Rol 2: Padre
- Rol 3: Trabajador

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- Rol 1: 1. Aprender 2. Escuchar 3. Respetar
- Rol 2: 1. Asesorar 2. Por ejemplo 3. Comer
- Rol 3: 1. Trabajar 2. Esforzarse 3. Disciplina

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- Rol 1: 1. Aprender 2. Escuchar 3. Respetar
- Rol 2: 1. Asesorar 2. Por ejemplo 3. Comer
- Rol 3: 1. Trabajar 2. Esforzarse 3. Disciplina

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

- (A): Para dar o recibir información.
- (B): Para expresar cariño y afecto.
- (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento)

No le debo importancia a los consejos que me dieron, lo que me llevó a mi problema emocional, mi manera de pensar y algunas de esas malas influencias

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

Malheredad, desobediencia.

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. ¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Me he dado cuenta de el trabajo o sea

2. ¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Siempre me abandonan porque soy abso y quiero cambiar

3. ¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No

¿Por qué?

Logré sacar buena, estudio y me esforcé para hacerlo

PARTICIPANTE 020



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Consentimiento Informado

Declaratoria del Consentimiento Informado

El participante declara haber leído el documento del consentimiento, comprendiendo los riesgos y beneficios de participar, y que todas sus preguntas han sido respondidas satisfactoriamente. Consciente y voluntariamente, autoriza su participación en el estudio, reservando el derecho de retirarse en cualquier momento sin afectar las atenciones a las que tiene derecho por ley. Al firmar este documento el participante NO renuncia a ninguno de sus derechos legales. Se entregará una copia de este documento al participante una vez suscrito por las partes.

Firma del participante

7/11/25

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento:

Firma del participante

7/11/25

Fecha

Av. Circunvalación Vía a San Mateo
www.uleam.edu.ec

 UleamEcuador

Uleam

1. ¿Desde que estás afuera, cómo te has sentido en tu día a día?

Me he sentido bien, en parte sí me gusta cómo vivo ahora porque tengo más control sobre mis cosas, pero no le miento que aún me falta, más que todo confianza, eso que uno necesita, si me entiende. No me siento con miedo, pero sí ando pensando mucho en las cosas que hay que hacer y como que... como que uno se estresa, pero voy día a día.

2. ¿Qué ha sido lo más difícil para ti desde que volviste a vivir afuera?

Lo más difícil ha sido controlarse uno. Antes yo reaccionaba nomás, de puro impulsivo, si me entiende y eso fue lo que me llevó a cometer errores y terminar en cana como bobo. vivo como entre lo que quiero lograr y las cosas que me pasaron, no se si me entienda.

SI LE ENTIENDO.

Ya, también el tema del trabajo de construcción es pesado y uno se desgasta, pero ya toca, es lo que hay.

3. ¿Cómo te sientes con la obligación de venir cada viernes a las charlas o voluntariado?

Me siento bien. Me sirve. Es una responsabilidad más que ayuda a estar más... como enfocado, supongo, algo que antes no valoraba tanto, ¿si me entiende?

MAS O MENOS

Como que más o menos jaja, mire, solo digamos que es bueno tener cosas que hacer, a pesar que a veces no deje trabajar, es lo que toca hacer.

4. ¿Quién te apoya ahora que estás afuera?

Mi mayor apoyo es mi pareja y mis dos hijos. Vivo con ellos y son mi mayor alegría y éxito. Con mi pareja trato de hablar normal, aunque no le niego que tenemos nuestros problemas a veces, típicos de pareja, discusiones y eso. Pero el apoyo de ella es, como le digo, es bueno, y es de las cosas, de... de lo que me mantiene en pie.

5. Cuando te sientes triste, enojado o preocupado, ¿qué haces para calmarte o sentirte mejor?

Trato de calmarme primero, eso es lo que más intento ahora. A veces me bloqueo. Me cuesta hablar de mis cosas, personales, a veces, si me entiende, pero hago el esfuerzo por mi familia.

6. ¿Cómo es tu día normal fuera del centro?

Me levanto temprano para ir a la construcción. Ahí paso la mayor parte del tiempo en el jale, converso con compañeros sobre el trabajo y lo que salga. En la tarde llego a casa a estar con mis hijos y eso. A veces salgo a jugar, pero de vez en cuando nomás.

¿FUTBOL?

Voley

AH, CHEVERE

7. ¿Has tenido días en que no quieras hacer nada, te sientas sin ánimo o muy estresado desde que estás afuera?

*Sí, hay días en el trabajo que me gana, es una sacadera de *****, uy, perdón.*

NO PASA NADA

Bueno pasa que me siento muy cansado y como que se me mezcla con otras cosas y como que me estreso. Cuando el estrés es mucho, me pongo que no quiero que nadie me joda, pero intento recordar que esa no es la forma, y bueno no puedo tirar la toalla ahora que estoy intentando estar bien.

8. Desde que estás afuera, ¿has vuelto a tomar alcohol, fumar o usar otras sustancias?

No, eso ya es pasado. La plena que ya no quiero recaer en esos errores. Ahora mi prioridad es estar estable y, como se dice... mi salud, por eso me ocupo de estar sano.

9. ¿Qué cosas crees que podrían ponerte en riesgo de volver a tener problemas?

La falta de un control de... de lo emocional. Si me dejo llevar las cosas se ponen feas en todos lados, trabajo, con mi pareja, puedo volver a fallar. También el no aceptar ayuda a veces cuando la necesito. A veces la falta de dinero me hace pensar mucho, pero trato de buscar lo bueno, siempre, si me entiende

10. ¿Qué te gustaría lograr en tu vida ahora que tienes esta oportunidad de estar afuera?

Mi meta principal estar estable, en lo mental y en la plata, para mis hijos. Reconozco que tuve mis errores como cualquier ser humano y tengo el deseo de cambiar, solo espero que se pueda, quiero que mi hogar sea un lugar tranquilo y seguir adelante mejorando cada día.

020

Ficha Sociodemográfica

Código del participante: 020

Fecha: / /

Datos	Respuesta
1. Edad	34 años
2. Sexo	Masculino <input type="checkbox"/> Femenino <input checked="" type="checkbox"/> Prefiere no decirlo <input type="checkbox"/>
3. Nacionalidad	EC
4. Lugar de procedencia	Ciudad / Comunidad: Monto
5. Estado civil	Soltero/a <input type="checkbox"/> Casado/a <input type="checkbox"/> Unión libre <input type="checkbox"/> Separado/a <input type="checkbox"/> Viudo/a <input type="checkbox"/>
6. Número de hijos	2
7. Nivel de estudios alcanzado	No estudió <input type="checkbox"/> Primaria incompleta <input type="checkbox"/> Primaria completa <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Secundaria incompleta <input type="checkbox"/> Secundaria completa <input type="checkbox"/> Estudios técnicos o superiores <input type="checkbox"/>
8. Ocupación	Ayudante construcción
9. Tiempo privado de libertad (años/meses) (opcional)	1 año 6 meses
10. Motivo de ingreso (opcional)	Delincuente
11. Tiempo en el programa (meses)	6 meses
12. Actividades que realiza actualmente	Trabajo <input type="checkbox"/> Educación <input type="checkbox"/> Actividades religiosas <input type="checkbox"/> Atención psicológica <input checked="" type="checkbox"/> Otro <input type="checkbox"/> : _____
13. Personas con quienes vive o planea vivir	Familia <input type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> Solo/a <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Otro: Papi / hijos
14. Apoyo familiar que considera	<input checked="" type="checkbox"/> Alto <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
15. Consumo actual o pasado de alcohol	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
16. Consumo actual o pasado de otras sustancias	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No → Si respondió "Sí", ¿cuáles?: Marihuana.
17. Estado general de salud (según su opinión)	<input type="checkbox"/> Bueno <input checked="" type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo
18. Religión o creencia principal	Cristiano

Ficha de Observación

Observador: _____ Código del participante: _____

Fecha: / /

Dimensión	Indicadores observables	Características	Nivel observado
1. Interés y atención	Mantenimiento de la atención, participación activa, seguimiento de instrucciones	Escucha atentamente, realiza las actividades solicitadas, hace preguntas pertinentes	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
2. Claridad al expresarse	Orden en las ideas, coherencia temporal, vocabulario comprensible	Explica situaciones de manera secuencial, sin contradicciones evidentes	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo
3. Congruencia emocional	Coincidencia entre contenido verbal y comunicación no verbal	Gestos y expresión facial acordes con lo que está relatando	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
4. Conciencia de sí mismo	Mención de sus cualidades, dificultades y procesos de cambio	Usa expresiones como "me di cuenta que", "yo soy", "necesito cambiar"	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
5. Planes y roles futuros	Descripción de actividades concretas y roles tras la liberación	Menciona "voy a trabajar en", "quiero ser un buen", "mi plan es"	<input type="checkbox"/> Claros <input checked="" type="checkbox"/> Moderados <input type="checkbox"/> Difusos
6. Manejo de situaciones difíciles	Descripción de estrategias para manejar estrés o conflicto	Menciona respirar, caminar, hablar con alguien, distraerse	<input type="checkbox"/> Adecuado <input checked="" type="checkbox"/> Parcial <input type="checkbox"/> Deficiente
7. Habilidad para relacionarse	Contacto visual, escucha activa, respeto de turnos	Mira al hablar, asiente, espera su turno para intervenir	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
8. Apertura en la conversación	Profundidad y sinceridad en los temas personales abordados	Comparte experiencias íntimas, emociones vulnerables	<input type="checkbox"/> Alta <input checked="" type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
9. Nivel de tranquilidad	Manifestaciones de calma o ansiedad,	Voz estable, postura relajada vs. voz temblorosa, movimiento constante	<input type="checkbox"/> Tranquilo <input type="checkbox"/> Moderado <input type="checkbox"/> Ansioso
10. Viabilidad de sus planes	Grado de realismo y especificidad en proyectos de reinserción	Detalla pasos concretos, considera obstáculos, conoce recursos	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja
11. Nivel de comprensión	Comprensión de consignas, preguntas de confirmación, ejecución acertada	Responde de manera acorde a lo preguntado, solicita aclaraciones si no entiende	<input type="checkbox"/> Alto <input checked="" type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Bajo

D. Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida

NOBRE: _____ EDAD: _____ SEXO: _____

Las preguntas que aparecen a continuación se refieren a diferentes aspectos de la vida diaria de las personas, no existen respuestas buenas ni malas, sencillamente responda con la mayor sinceridad.

- I. El siguiente listado relaciona diferentes roles o papeles que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida**

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
1	Soy un(a) buen(a) hijo(a).		X	
2	Soy un(a) buen(a) hermano(a).		X	
3	Soy un(a) buen(a) padre (madre).	X		X
4	Soy un(a) buen(a) esposo(a).		X	
5	Soy un(a) buen(a) abuelo(a).	X		
6	Soy un(a) buen(a) amigo(a).		X	
7	Soy un(a) buen(a) compañero(a).		X	
8	Soy un(a) buen(a) líder.		X	
9	Soy un(a) buen(a) religioso(a).		X	
10	Soy un(a) buen(a) novio(a).		X	
11	Soy un(a) buen(a) tío(a).		X	
12	Soy un(a) buen(a) primo(a).		X	
13	Soy un(a) buen(a) ciudadano (a)		X	
14	Otro (especificar)			

- II. El siguiente listado relaciona grupos de actividades que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Seleccione una opción de respuesta, según caracterice tu vida**

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza mucho
15	Cuidar el estado de salud y la apariencia física y personal		X	
16	Trabajar y/o estudiar			X
17	Reunirme con mi familia,			X
18	Participar en política, religión y las organizaciones sociales.	X		X
19	descansar, dormir, reposar.		X	
20	hacer las tareas de la casa, hacer descanso activo, juegos, caminatas, etc. Practicar deportes.		X	

21	Confiar los problemas a los amigos y personas allegadas.		X	
22	Estar plenamente informado de las noticias, leer la prensa, oír la radio, ver la TV. Pensar, reflexionar sobre la vida, hacer planes, etc.		X	
23	Disfrutar las comidas y bebidas		X	X
24	Emplear el tiempo libre en algún pasatiempo (coleccionar sellos, criar peces, etc.)		X	
25	Conversar con los compañeros de trabajo (estudio). Relacionarme y divertirme con los amigos.			X
26	Estar en contacto con la cultura, asistir a museos, conciertos, leer, etc.	X		

III. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente realizan en sus relaciones personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
27	Tengo muchos amigos		X	
28	Siento que soy importante para varias personas		X	
29	Mis amigos y las personas importantes en mi vida me comprenden y apoyan			X
30	Me cuesta trabajo abordar los temas más íntimos o difíciles, incluso con las personas que tengo más afinidad.			X
31	Me implico fácilmente con las personas con las que me relaciono.		X	
32	Mis relaciones personales no suelen ser duraderas a causa de las discusiones y peleas.		X	

IV. El siguiente listado relaciona diferentes características personales. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
33	Creo que los momentos más felices de mi vida ya pasaron.	X		
34	Mi ritmo de vida actual no me permite pensar en el futuro.		X	
35	Lo mejor de mi vida está por venir. Luchó por mejorar mi vida en el futuro.		X	
36	Vivo teniendo en cuenta las experiencias del pasado.	X		
37	Organizo mi vida según lo que sucede cada día, no sé qué ocurrirá mañana.		X	
38	Planifico mi vida actual de acuerdo al ideal de mi vida futura		X	

39	Dedico tiempo a recordar momentos vividos en el pasado		X	
40	No pierdo tiempo meditando sobre el pasado, es más práctico ocuparme del presente.			X
41	Concentro mi atención en proyectar mi vida futura, eso es tener los pies sobre la tierra.		X	

V. **Relacione las características personales con los contextos o escenarios de su vida. En cada caso coloque un 0, si siente que NO ME CARACTERIZA. Coloque un 1 si siente ME CARACTERIZA. Coloque 2 si siente que ME CARACTERIZA MUCHO.**

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes Sociales	Religión
42	He alcanzado logros importantes por los que me siento orgulloso y feliz	X						
43	Considero que soy activo y emprendedor, lo que me hace sentir satisfecho de mí mismo.							
44	Trazo planes y estrategias para alcanzar los objetivos que me planteo, lo que me hace sentir muy bien.							
45	Pudiera hacer más, pero no lo logro, eso me frustra							
46	No me siento bien conmigo mismo porque no alcanzo los éxitos que quisiera.							
47	Soy predominantemente pasivo y de bajo perfil							

VI. El siguiente listado relaciona diferentes reacciones y comportamientos que las personas normalmente adoptan cuando se encuentran en problemas. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
48	Trato de distraerme y olvidarme del problema.		X	
49	Me echo a llorar.	X		
50	Me pongo irritable y molesto.		X	
51	Los nervios me paralizan y no puedo pensar con claridad.		X	
52	Busco al culpable.	X		
54	Trato de calmarme para luego hacer frente al problema.	X	X	
55	Pido consejos e información al respecto.		X	
56	Lo voy sobrellevando mientras puedo.		X	
57	Aplazo su solución para un momento mejor.		X	
58	Busco las diferentes vías de solución posibles y aplico la que creo más efectiva.		X	
59	No puedo dejar de pensar en el problema y trato de solucionarlo por cualquier medio que surja.		X	
60	Aplico soluciones momentáneas que lo atenúen.	X		

VII. Relacione los diferentes sentimientos y emociones con los contextos o escenarios de su vida. Marque con una X en cada columna.

		Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
61	Mayor satisfacción	X						
62	Mayor fracaso				X			
63	Mayor éxito	X						
64	Mayor derrota							
65	Mayores alegrías	X						
66	Mayores conflictos							
67	Mayores esperanzas				X			
68	Mayor tristeza							
69	Mayores aspiraciones				X			
70	Mayores temores							

VIII. El siguiente listado relaciona diferentes comportamientos o prácticas que las personas normalmente desempeñan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
71	Me ocupo de mi salud.		X	
72	Practico ejercicios físicos.	X		
73	Dedico tiempo a mis entretenimientos favoritos (hobbies, pasatiempos).		X	
74	Me ocupo de mantener una buena apariencia personal.		X	
75	Priorizo la realización de mis proyectos, aspiraciones e intereses personales.		X	

IX. Marca con una X los síntomas de la columna A que sientas actualmente (si no sientes ninguno pasa a la pregunta siguiente). Relaciona los que seleccionaste con los contextos o escenarios de tu vida. Marque con una X en cada columna.

	A	Familia	Escuela	Barrio	Trabajo	Gallada	Redes sociales	Comunidad religiosa
76	Irritabilidad.	X						
77	Nerviosismo				X			
78	Confusión.	X						
79	Ansiedad				X			
80	Tristeza							
81	Fluctuaciones del estado de ánimo	X						
82	Indecisiones				X			
83	Tensión muscular				X			
84	Perturbaciones en el sueño							

- X. El siguiente listado relaciona diferentes problemas o preocupaciones que las personas normalmente enfrentan en su vida cotidiana. Selecciona una opción de respuesta, según caracterice tu vida

		No me caracteriza	Me caracteriza	Me caracteriza Mucho
85	Tengo problemas o preocupaciones en varios aspectos o áreas de mi vida los cuales voy sobrellevando.		X	
86	Los principales problemas o preocupaciones que tengo, provienen de un solo aspecto o área de mi vida.	X		
87	En mi vida no existen problemas o preocupaciones significativos, o al menos ninguno me resulta particularmente difícil y perturbador.	X		

Dr. Israel Mayo Parra.
Juez Experto 1

Psi. Clin Mariela Chávez I.
Juez Experto 2

Abg. Vielka Palomeque G.
Juez Experto 3

B. Cuestionario para la caracterización del estilo de vida (EV-3) Modificado

El Grupo de Investigación "Estilos de Vida y Salud Mental ULEAM" está realizando un estudio para conocer mejor la forma de vida de las personas. Tu opinión es muy valiosa. Agradecemos tu cooperación respondiendo a este cuestionario de la manera más sincera y precisa posible. No es necesario que escribas tu nombre.

GRACIAS POR TU AYUDA.

I. Datos generales (Ficha sociodemográfica)

II. ¿Te gusta cómo vives tu vida día a día? ¿Por qué?

(Por ejemplo: tu descanso, alimentación, trabajo, relaciones, etc.)

Si, ahora tengo un control sobre las cosas que pasan en mi vida, pero siento que mi vida confunde en mi mismo

III. ¿Qué cambiarías de tu forma de vida? ¿Por qué?

Quisiera cambiar la forma en la que manejo el estrés porque antes me cansaba un poco

IV. Marca con una X la opción que más se parezca a tu forma de vivir:

- Vivo principalmente basándome en las experiencias de mi pasado. ()
- Vivo principalmente enfocado en mi situación actual. (X)
- Vivo principalmente pensando y planeando para mi futuro. ()

a) Explica por qué elegiste esa opción:

Porque vivo día a día.

V. Tus roles en la vida

En la vida, cada persona cumple diferentes roles o funciones (como ser padre, hijo, trabajador, amigo, etc.). En cada uno, realizamos actividades, conversamos y nos relacionamos con otros.

1. Piensa y escribe los tres roles más importantes para ti:

- Rol 1: Hijo
- Rol 2: Padre
- Rol 3: Trabajador

2. Para cada rol, escribe las tres actividades más importantes que realizas:

- Rol 1: 1. Proteger 2. Acompañar 3. Jugar
- Rol 2: 1. Proteger 2. Aprender 3. Compartir
- Rol 3: 1. Cumplir 2. Aprender 3. Esforzarse

3. Para cada rol, escribe los tres temas de conversación que más prefieres:

- Rol 1: 1. Educación 2. Voluntad 3. Futuro
- Rol 2: 1. Comer 2. Comunicación 3. Fin
- Rol 3: 1. Trabajo 2. Responsabilidad 3. Política

4. Al lado de cada tema del punto anterior, escribe la letra que mejor describa para qué sueles conversar:

- (A): Para dar o recibir información.
- (B): Para expresar cariño y afecto.
- (C): Para aconsejar o influir en la conducta de los demás.

VI. Pensando en tu vida antes de llegar aquí, ¿qué cosas de tu forma de vivir crees que te llevaron a esta situación?

(Puedes pensar en tus rutinas diarias, tus hábitos, tus costumbres o tu manera de pensar en ese momento).

El rollo de control emocional, malos pensamientos y la mala comunicación

VII. ¿qué cosas, costumbres, formas de ser, o comportamientos crees que son comunes en la forma de vivir de las personas que están en una situación como la tuya?

(Por ejemplo: las rutinas diarias, las preocupaciones, las formas de relacionarse, los pensamientos sobre el futuro, etc.)

Impulsividad, miedo, dificultad para aceptar ayuda.

VIII. Haz una evaluación general de tu vida y responde:

1. ¿Te has sentido realizado en un trabajo? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No
 ¿Por qué?

A un estoy haciendo cosas para tener estabilidad

2. ¿Te sientes o te has sentido realizado con una pareja sentimental? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No
 ¿Por qué?

Al ser joven, pero también cosas que me gustan

3. ¿Te has sentido realizado en tu vida personal? ¿Lograste lo que querías y te sientes contento con ello?

- Sí
 Parcialmente
 No
 ¿Por qué?

Si, porque me he aceptado que soy imperfecto, pero con mi valores y quiero cambiar

Evidencias Fotográficas

Figura 1

Socialización del proyecto con las Personas Privadas de Libertad (PPL) del Centro de Privación de Libertad El Rodeo.



Nota. Fotografía de autoría del equipo investigador.

Figura 2

Dinámica participativa sobre la percepción individual de la familia en PPL del Centro de Privación de Libertad El Rodeo.



Nota. Fotografía de autoría del equipo investigador

Figura 3

Observación no participativa durante la socialización del proyecto con las Personas Privadas de Libertad (PPL) del Centro de Privación de Libertad El Rodeo.



Nota. Fotografía de autoría del equipo investigador.

Figura 4

Aplicación de la técnica de observación participativa en el proceso de socialización del proyecto con PPL del Centro de Privación de Libertad El Rodeo.



Nota. Fotografía de autoría del equipo investigador.

Figura 5

Aplicación del procedimiento ético de consentimiento informado a los participantes.



Nota. Fotografía de autoría del equipo investigador.

Figura 6

Explicación del Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida y del EV-3 a Personas Privadas de Libertad (PPL), previo a su aplicación.



Nota. Fotografía de autoría del equipo investigador.

Figura 7
Ejecución del Cuestionario Exploratorio del Estilo de Vida.



Nota. Fotografía de autoría del equipo investigador.

Figura 8
Aplicación de la entrevista semiestructurada como técnica de recolección de información a participante del proyecto.



Nota. Fotografía de autoría del equipo investigador.

Figura 9

Jornada de asesoría jurídica dirigida a PPL, enfocada en el cómputo de pena y beneficios penitenciarios dentro del proceso de reinserción social.



Nota. Fotografía de autoría del equipo investigador.

Figura 10

Socialización de resultados y acto de finalización del proyecto con PPL del Centro de Privación de Libertad El Rodeo.



Nota. Fotografía de autoría del equipo investigador.