



Sanación Emocional y Adherencia Terapéutica:
Impacto del Acompañamiento Psicológico en
Trastornos por uso de Sustancias

Juan Carlos Viñansaca Paredes
Autor

Dirección de Posgrado, Cooperación y Relaciones
Internacionales.

Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí

Trabajo de Titulación, presentado como requisito
para la obtención del grado de:

Maestría en Prevención y Acompañamiento en
Conductas Adictivas

Dirección:
Arq. Jorge Erick Bojorque Pazmiño

Manta - Ecuador
Febrero 2026

SANACIÓN EMOCIONAL Y ADHERENCIA TERAPÉUTICA: IMPACTO DEL ACOMPAÑAMIENTO PSICOLÓGICO EN TRASTORNOS POR USO DE SUSTANCIAS

Emotional healing and therapeutic adherence: impact of psychological accompaniment in adolescents with substance use disorders

Juan Carlos Viñansaca Paredes¹

<https://orcid.org/0009-0000-6625-0553>

Erick Bojorque Pazmiño²

<https://orcid.org/0000-0001-6179-5423>

Resumen

El acompañamiento psicológico dentro del tratamiento en consumo de alcohol y drogas permite mejorar la adherencia al tratamiento integral para recuperar la calidad de vida, la participación individual, social, familiar creando una vida plena y libre de sustancias. El presente artículo científico tiene como objetivo explorar cómo el acompañamiento psicológico influye en la sanación emocional de adolescentes, rescatando la importancia que ayude a nuevas investigaciones para intervenciones psicológicas válidas científicamente y confiables. Se desarrolla un enfoque cualitativo y cuantitativo, diseño no experimental de corte transversal, diseño etnográfico-narrativo y el alcance correlacional para determinar la relación entre variables, con un tamaño de muestra de 28 adolescentes que acuden al Centro Especializado de Tratamiento a Personas con Consumo Problemático de Alcohol y otras Drogas CRATI de la ciudad de Cuenca. Aplicando técnicas de investigación como entrevista semiestructurada y la aplicación de instrumentos psicológicos: Índice de calidad del sueño de Pittsburgh, Escala de depresión de Hamilton (HDRS) y Escala SAD PERSON. El enfoque permite lograr una visión más integral de las variables sin alterar el entorno natural de los participantes. Los hallazgos evidencian una relación entre el consumo de drogas y la presencia de problemas en la calidad del sueño, estado depresivo e ideas autolíticas que ponen en riesgo la vida de los adolescentes y la falta de cumplimiento del proyecto de vida.

Palabras clave: Trastorno por uso de sustancias, adolescencia, depresión, salud mental y acompañamiento psicológico

Abstract

Psychological support within the treatment of alcohol and drug use improves adherence to comprehensive treatment, leading to a better quality of life, increased individual, social, and family participation, and a fulfilling, substance-free life. This scientific article aims to explore how psychological support influences the emotional healing of adolescents, highlighting its importance in contributing to new research for scientifically valid and reliable psychological interventions. A mixed-methods approach, combining qualitative and quantitative elements, was developed using a non-experimental, cross-sectional, ethnographic-narrative design and a correlational scope to determine the relationship between variables. The sample size consisted of 28 adolescents attending the CRATI Specialized Treatment Center for People with Problematic Alcohol and Drug Use in the city of Cuenca. Research techniques included semi-structured interviews and the application of psychological instruments: the Pittsburgh Sleep Quality Index, the Hamilton Depression Rating Scale (HDRS), and the SAD PERSON Scale. This approach allows for a more comprehensive understanding of the variables without disrupting the participants' natural environment. The findings show a relationship between drug use and the presence of sleep quality problems, depressive states, and suicidal ideation, which put the lives of adolescents at risk and hinders the fulfillment of their life plans.

Keyword: Substance use disorder, adolescence, depression, mental health, and psychological support.

¹ Psicólogo Clínico, Maestrante de Prevención y acompañamiento de conductas adictivas. john_sebastian2622007@hotmail.com

² Docente, Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Ecuador. jorge.bojorque@uleam.edu.ec

Introducción

A nivel nacional “la atención prioritaria y especializada para adolescentes, reconociendo su condición de vulnerabilidad y la obligación del Estado de garantizar servicios dignos y accesibles en salud, educación y seguridad social” (Constitución de la República del Ecuador, 2008) Es decir en esta etapa de la vida los adolescentes deben recibir sus derechos que garantiza el estado para mejorar su calidad de vida. Este mandato obliga a las instituciones públicas y privadas a crear políticas que permitan proteger a los adolescentes en el riesgo del consumo de sustancias por las múltiples desigualdades psicosociales que padecen los adolescentes.

Por eso la aplicación de la Constitución de la Republica revela una brecha significativa entre el marco jurídico y la realidad social, marcada por limitaciones de recursos y políticas públicas en relación al acceso a los servicios, a pesar de existir las garantías constitucionales existe una desconexión entre el cumplimiento y la garantía de los derechos en salud y seguridad en los pacientes en consumo de sustancias.

Por lo tanto, fortalecen los tratamientos integrales en los adolescentes para mejorar su calidad de vida y se debe garantizar el cumplimiento de la prestación de los servicios en relación a la salud, educación y seguridad social.

A “nivel mundial advierte que los trastornos por uso de sustancias, afectan a la población juvenil”(Organización Mundial de la Salud, 2021) es decir, generando consecuencias en la salud mental, la calidad de vida y la cohesión social de las personas que consumen sustancias, por lo que la alteración del desarrollo neurocognitivo y la estabilidad emocional, el impacto, la ruptura familiar y las limitaciones en el crecimiento dentro de la comunidad, la falta de redes de apoyo durante su vulnerabilidad, fomenta a que se sientan excluidos y sin realizar una intervención integral psicoterapéutica de los entornos saludables para su bienestar.

Para la Organización Mundial de la salud el consumo problemático de sustancias psicoactivas en adolescentes constituye un desafío global que compromete la salud pública, el bienestar emocional y el desarrollo de las sociedades, pero afecta la integridad física, desarticula sus redes de apoyo, limita el proyecto de vida y es importante reforzar los programas de prevención y acompañamiento psicológico.

Por lo tanto, el consumo de sustancias genera afectación en la calidad de vida generando heridas emocionales de los adolescentes y que requieren tratamientos integrales y acompañamiento terapéutico.

Durante “el acompañamiento psicológico sostenido incrementa la eficacia de los programas de rehabilitación, al reducir la ideación autolítica y mejorar la calidad del sueño” (Lino et al, 2023, p.75) Es decir, la eficacia de los programas de tratamiento permite controlar los síntomas depresivos y mejorar los hábitos saludables en todas las etapas de vida, esta intervención disminuye las crisis emocionales, del comportamiento y en los pensamientos durante el trastorno de consumo de sustancias, ayudar a un descanso físico y su estabilidad psicológica para la reintegración social, laboral, educativa evitando recaídas y el aislamiento social y familiar.

Para Lino refuerzan la necesidad de integrar estrategias de autoconocimiento y afrontamiento en los procesos terapéuticos, pero reconociendo la dimensión emocional como factor decisivo en la continuidad del tratamiento, restaurar el bienestar emocional y la cohesión comunitaria del consumidor con la eficacia de tratamientos de rehabilitación durante el acompañamiento psicológico

Por lo tanto, diversos estudios han evidenciado que los adolescentes en situación de vulnerabilidad presentan mayores riesgos de consumo problemático y menor adherencia a los tratamientos integrales.

En el Centro Especializado para el Tratamiento de Personas con Consumo Problemático de Alcohol y otras Drogas constituye un espacio estratégico para analizar la influencia del acompañamiento psicológico en la sanación emocional de adolescentes varones con trastornos por uso de sustancias aplicando lo que indica la constitución del Ecuador mediante la garantía de el acceso a la salud y el cumplimiento de las prestaciones en salud.

La justificación del estudio se sustenta en la necesidad de generar evidencia empírica que vincule el acompañamiento psicológico con la sanación emocional y la adherencia terapéutica, en consonancia con los mandatos constitucionales y legales del Ecuador, así como con los compromisos internacionales de la ONU.

Dentro de los objetivos específicos la investigación indaga si el acompañamiento terapéutico en relación a la calidad del sueño influye en la implementación de estrategias de vida saludable, además de analizar el trastorno depresivo y su impacto en el desarrollo de estrategias de afrontamiento, finalmente establecer la relación entre el acompañamiento psicológico y la ideación autolítica, así como la promoción de estrategias de autoconocimiento, por lo que su importancia radica en que ofrece un puente entre la normativa nacional e internacional y la práctica clínica, comunitaria, proponiendo un modelo de atención que reconoce la dimensión emocional como factor decisivo en la continuidad y éxito del tratamiento.

La pregunta de investigación se centra ¿Por qué el acompañamiento a pacientes con trastornos por uso de sustancias influye en la sanación de heridas emocionales en adolescentes varones del Centro Especializado de Tratamiento a Personas con Consumo Problemático de Alcohol y otras Drogas CRATI durante el período 2025-2026?, la pregunta central sostiene que el acompañamiento psicológico fortalece la sanación emocional, mejora la adherencia terapéutica y fomenta estrategias de vida saludable y sostenible o como indica Martínez (2024) los adolescentes presentan múltiples problemas familiares como el suicidio, el bajo rendimiento de aprendizaje, la delincuencia, el desempleo son creadas por la familia que se rodean de manera disfuncional, por lo que genera dificultad en la sanación emocional de los adolescentes.

Revisión Literaria

Acompañamiento psicológico

La adherencia al tratamiento según la Organización Mundial (2024) de la salud es el “grado de comportamiento de las recomendaciones que se le brinda a un paciente en relación a la toma de medicamentos, seguimiento de dietas o modificación de hábitos de la vida”. Es decir, dentro del consumo de sustancias la relación terapéutica para mejorar la planificación del tratamiento que tenga como resultados eficientes y de calidad, el compromiso entre el profesional y el paciente en consumo de sustancias permite crear estrategias de intervención que se adaptan a las necesidades de cada individuo, para fortalecer la motivación al cambio conductual permanente.

Pero, la OMS refiere que un paciente debe comprometerse en la modificación de sus decisiones y aceptar el tratamiento para mejorar su calidad de vida, sobre todo en los pacientes con trastornos por consumo de sustancias, el compromiso personal impulsa la recuperación y la facilidad de aceptar hábitos saludables que requiere la voluntad del cambio y que las intervenciones integrales sean eficaces para generar la estabilidad emocional.

Por ello, el tratamiento psicoterapéutico del paciente es un trabajo integral donde se crea la alianza terapéutica para acompañar en la sanación emocional que lleve el consumo de sustancia por los diversos factores biológicos, psicológicos, sociales y familiares.

De la misma manera “el acompañamiento psicológico tiene tres componentes, el vínculo, tarea y metas, la combinación mejora la calidad del tratamiento, la confianza y aceptación al tratamiento, las tareas son actividades específicas que debe realizar para conseguir los objetivos propuestos y las metas” (González, 2025, p. 46) Es decir, la psicoterapia es importante ya que el paciente y el terapeuta respaldan los valores y la

importancia de las metas establecidas en las sesiones psicológicas integrales, esta alianza permite que el paciente sea comprendido, facilitando la superación de la resistencia al cambio en el proceso de rehabilitación.

Gonzales señala los componentes integrales para el acompañamiento terapéutico giran alrededor del individuo por la toma de decisiones, el cumplimiento de tareas designadas y objetivos propuestos para la sanación emocional de los adolescentes en consumo de sustancias, así mismo el fortalecimiento del vínculo afectivo a través de la alianza terapéutica para evitar el abandono al tratamiento.

Es por eso que el acompañamiento terapéutico permite mantener una sanación emocional e integral en los pacientes con consumo de sustancias y evitar recaídas constantes durante el proceso de rehabilitación por diversos factores de riesgos presentes.

Sanación emocional

La salud mental y el consumo de drogas están fuertemente relacionados “personas que sufren de adicción también padecen trastornos mentales, como ansiedad, depresión, trastorno de estrés postraumático, entre otros” (Olmos, 2025). Es decir que impacta a la psique que afectan el malestar físico, emocional y social del individuo, ya que muchas veces se crean patologías duales que se deben trabajar de manera simultánea, porque si existe el deterioro del equilibrio emocional el consumidor acude a la sustancia como mecánicos de autorregulación y esta conducta destructiva no solo altera la química biológica, sino las relaciones interpersonales y el funcionamiento de su vida diaria.

La salud mental en pacientes con consumo de drogas se encuentra desequilibrada, pero según Olmos menciona que dentro de la sanación emocional que se va creando ayuda a tomar decisiones mas saludables a largo plazo para mejorar su bienestar, este proceso de autoconocimiento permite al consumidor reconocer sus debilidades y fortalezas en relación a su nivel de resiliencia.

Por lo tanto, cuando el individuo tiene problemas en su salud mental puede generar múltiples enfermedades mentales como el trastorno por consumo de drogas y que cuando existe una sanación emocional las personas tienden a motivarse y tomar mejores decisiones.

Dentro del consumo de sustancias “es complicado determinar la causa del consumo de sustancias debido a que existen diferentes factores que interfieren en la vida de las personas como son los factores neurobiológicos, los procesos cognitivos y el desarrollo psicosocial” (Urrutia y Matovelle, 2023, p.4) Es decir, es problema de salud pública ya que genera efectos negativos en las personas sobre todo en la adolescencia como es a nivel físico, psicológico,

social, económico, culturales, esta multicausalidad permite la interacción entre factores creando una red de vulnerabilidad que dificulta la prevención como la eliminación del consumo de sustancias.

Pero, Urrutia y Matovelle indica que los factores neurobiológicos generan alteraciones en las estructuras cerebrales que interfieren en los procesos cognitivos, los factores psicosociales que se construyen a través del proceso de crianza generando una identidad personal con roles de género que pueden influir en el desarrollo psicosocial y la interacción de estos con lleva a riesgos frecuentes para el consumo de sustancias.

Por lo tanto, el riesgo de consumo de sustancias se debe a todos los factores que se desarrolla el adolescente desde su infancia hasta su etapa actual donde tiene mayor riesgo de alterar su funcionamiento integral y la convivencia familiar y social.

Calidad del Sueño

El sueño “es el ritmo biológico que se presenta cada 24 horas y se altera de acuerdo a la fase de vigilia, esta sincronizado con el ciclo luz-oscuridad, que permiten la regulación del metabolismo y la limpieza del cerebro de desechos tóxicos” (Espinoza et al, 2024) En otras palabras ayuda en el correcto funcionamiento de la psique de cada individuo. Durante el descanso si existe una alteración persistente en los ciclos del sueño afectan al rendimiento cognitivo, al desequilibrio emocional y la capacidad del razonamiento y juicio, por eso durante el proceso de acompañamiento psicológico es primordial crear la restauración adecuada del sueño.

Espinoza hace referencia a la importancia de cumplir con el sueño para mejorar la calidad de la toma de decisiones del adolescente a través de la limpieza de desechos tóxicos que pueden adquirido tanto a nivel físico, psicológico, social, al tener un adecuado descanso el individuo recuperara sus emociones, resolverá los problemas de manera asertiva y favorecerá la voluntad y evitara conductas de riesgo.

Los desechos tóxicos y el metabolismo de estos niveles influyen desde la alimentación, los problemas personales, problemas familiares, problemas a nivel educativo, a nivel social y comunitario que son factores de riesgo de predisposición.

El sueño “asociado al equilibrio emocional y satisfacción personal, que influye en la percepción positiva, el manejo de estrés y la capacidad para enfrentar desafíos” (Salas et al, 2024, p. 1) Tal como, el consumo de sustancias afecta a los trastornos del sueño y el bienestar psicológico limitando las funciones cognitivas, el estado de ánimo, trastornos del comportamiento y la adicción. Al romperse el ciclo de descanso el cerebro pierde la

capacidad de autorregulación emocional, por lo que en relación a los programas de sanación emocional es importante la higiene del sueño para ayudar a un equilibrio fisiológico ya que así se restaurara la funcionalidad integral del individuo.

Ahora bien, Salas indica que tener adecuada calidad del sueño permite cumplir con el bienestar psicológico ya que influye en como una persona actúa, se comporta, toma decisiones y como durante el proceso de tratamiento mejorar su calidad de vida y su funcionamiento, al estabilizar la calidad de vida y el funcionamiento diario del paciente facilitará la adherencia al tratamiento y fortalecerá la voluntad de cambio.

El tener la calidad de sueño adecuado es importante para el funcionamiento de la vida diaria de los individuos y con la estabilidad cognitiva, el equilibrio emocional permite encaminar hacia el proceso de rehabilitación y sanación emocional.

Depresión e ideación autolítica.

“Los adolescentes usan drogas para escapar de la opresión de la realidad en relación a la depresión buscando un lugar aislado en su propio mundo donde los sentimientos dolorosos no tiene cabida” (Gilman, 2020, p.25) Dicho de otra manera, comienzan a buscar mecanismos de defensa para huir de la realidad dolorosa que los múltiples factores causales se han ido creando experiencias traumáticas que no permiten la sanación emocional, las vivencias negativas generadas actúan como mecanismos de defensa que se presentan en forma de recaídas y postergan el enfrentamiento diario de conflictos internos ya que el consumo se convierte en una herramienta de supervivencia emocional.

Entonces, Gilman indica que la depresión es otro factor de riesgo en los adolescentes ya que es una enfermedad que puede ser de manera temporal o intensificarse con el tiempo, limita el disfrutar de las actividades de la vida diaria, con lleva a comportamientos autodestructivos como la falta de aseo diario, la falta de apetito, problemas del sueño, deserciones académicas y genera conflictos en el ámbito familiar y escolar

Además, la depresión limita la construcción de la identidad, la autoestima y en los casos más graves existe ideas suicidas o los suicidios como factor de riesgo ya que influye directamente en la vida de los adolescentes y puede generar atentar contra su propia vida.

En este aspecto “el alcohol y las drogas sirven de escape para los problemas emocionales, económicos o de otro tipo” (Cobo, 2018, p. 25) De otra manera, creando por sí mismo una respuesta negativa y en algunos casos estando bajo efectos de las sustancias toman la decisión de suicidarse, al encontrarse bajo los efectos de las sustancias la capacidad de razonamiento y de juicio se tornan grises, incrementando la impulsividad, la desesperanza.

Por ello las intervenciones psicoterapéuticas no solo se deben centrar en la desintoxicación, sino en fortalecer los recursos internos, la resiliencia para afrontar la realidad, evitando el aislamiento y el rechazo social y familiar.

Cobo menciona que los problemas emocionales como la tristeza, la depresión, la ansiedad, problemas en el colegio, en las relaciones amorosas, problemas en la relación familiar, en ocasiones problemas económicos que los padres tiene dificultades para ayudarles con sus estudios, exacerban las ideas de consumo de alcohol y drogas, porque estas carencias generan entornos de vulnerabilidad donde el consumo es una falsa solución.

De acuerdo a este planteamiento es importante disminuir los factores de riesgo durante el tratamiento para mejorar la toma de decisiones y mejorar sus hábitos saludables, creando estrategias de resiliencia y de afrontamiento en el individuo y la familia.

Estrategias de vida saludable, afrontamiento y autocuidado

Se “crearon las estrategias de afrontamiento y los antecedentes de maltrato, alcoholismo, drogadicción de su núcleo familiar determine a que los adolescentes sufran de depresión y el rechazo de su familia” (Cobo, 2018, p.28) En otras palabras la personalidad que fue construida por su familia y el comportamiento que se produce en consumo de sustancias lleva a tener ideas suicidas y en algunos casos cometan suicidio, además factores como pobreza, en algunos casos los adolescentes se convierten en cabezas de hogar y salen a trabajar para mantener a su familia las mismas que intensifica las ideas de morir y el no control de los impulsos durante el consumo hace que no tenga estrategias de afrontamiento.

No obstante, Cobo subraya que los antecedentes de los factores de riesgo, la falta de comunicación, el amor y la disfuncionalidad familiar, la falta de recursos económicos aceleran la predisposición a que un individuo entre al mundo del consumo de alcohol y drogas generando hábitos no saludables, falta de estrategias de afrontamiento y el no autocuidado.

Por lo tanto, cuando un adolescente tiene carencias físicas, económicas, sociales, familiares en relación al apego y comunicación genera mayor probabilidad de consumo de sustancias y limita el continuar con el proyecto de vida.

Por lo que es importante que cuando el usuario llega a un centro de tratamiento en las diferentes etapas de cambio “la fase de contemplación o de preparación el trabajo del terapeuta, es crear el vínculo profesional para que el usuario continúe un proceso de tratamiento” (Santos et al, 2021, p.148) Es decir, logrando el cambio a través de la reinserción social y familiar. Esta alianza es importante para que el consumidor transite desde

la ambivalencia hacia un compromiso en su recuperación integral, fortalezca su confianza y con la guía del terapeuta se cree estrategias de afrontamiento para reconocer sus recursos, capacidades internas para modificar sus hábitos de vida.

Pero Santos menciona que el vínculo terapéutico que se crea durante el tratamiento es un espacio seguro, ambiente de paz y tranquilidad, guardando la confidencialidad, requiriendo el apoyo familiar para la adherencia al tratamiento permite la mejoría del paciente, reduce sus resistencias y se compromete el paciente en el proceso de recuperación y se observa logros en cada sesión.

Por lo tanto, mientras el paciente se adhiera al tratamiento terapéutico psicológico mejores resultados se obtendrán para mejorar la calidad de vida y continuar con su proyecto de vida inconcluso.

Materiales y Métodos

Enfoque de investigación

Esta investigación adopta un enfoque mixto combinando métodos cuantitativos y cualitativos. El componente cuantitativo permite establecer la correlación estadística entre las variables mediante la aplicación de instrumentos psicométricos determinando el grado de acompañamiento psicológico, la calidad del sueño, si los adolescentes presentan trastornos depresivos e ideas autolíticas, hábitos saludables, estrategias de afrontamiento y autoconocimiento. Por su parte, el enfoque cualitativo se adquiere a través del análisis de datos subjetivos que permiten identificar las cualidades personales en la sanación emocional y las experiencias vividas durante el tratamiento de los pacientes.

Tipo y Diseño de la investigación

Desde el enfoque cuantitativo se desarrolló la investigación con un corte transversal y no experimental ya que la información se recolectará durante un tiempo y no se manipulará las variables obtenidas de acuerdo a la entrevista y la aplicación de los instrumentos psicológicos.

El enfoque cualitativo de abordaje etnográfico y narrativo donde se explicará elementos como su historia de vida, lenguaje, reglas y normas sociales narrando sus eventos y experiencias a lo largo de su vida en los adolescentes que consumen sustancias a través de la entrevista semiestructurada.

Modelo de investigación: Triangulación de variables

Se emplea el modelo de triangulación de variables que permite integrar y contrastar los datos obtenidos de diferentes aspectos de acuerdo a las variables de los objetivos

específicos planteados y la correlación que existe durante el acompañamiento psicológico y la sanación emocional en los adolescentes.

Tabla 1.

Variables

Variabes independientes	Variabes dependientes
Calidad del sueño	Vida saludable
Trastornos depresivos	Estrategias de afrontamiento
Ideas auto líticas	Estrategias de autoconocimiento

Nota: Viñansaca (2026)

Universo y Muestra

Universo

El universo de estudio estuvo conformado por 30 adolescentes que acuden al Centro Especializado en Tratamiento a Personas con Consumo Problemático de Alcohol y otras Drogas CRATI de la ciudad de Cuenca, en edades comprendidas entre 12 a 17 años de edad, durante el año 2025 y 2026.

Muestreo

Se aplica el cálculo de la muestra en base a un margen de error del 5%, nivel de confianza de 95% con un resultado de 28 adolescentes que acuden al CETAD CRATI.

Técnicas de investigación

La información de las técnicas de investigación fue recolectada través de la aplicación de la entrevista semiestructurada a los adolescentes del CETAD CRATI de la ciudad de Cuenca y los instrumentos psicológicos.

Se aplicará entrevista semiestructurada con preguntas previamente elaboradas en Google Forms con lenguaje sencillo, claro y fácil de comprender como sus datos de identificación, antecedentes personales, familiares, situación psicosocial, entre otros.

De acuerdo a los instrumentos psicológicos se utilizará, el Índice de calidad de sueño de Pittsburgh que está conformado por 19 preguntas auto aplicadas y 5 de su pareja o algún acompañante de habitación, la Escala de depresión de Hamilton con 17 ítems que permite identificar depresión leve, moderada y grave, la escala SAD PERSONS que permite valorar el riesgo suicida con un total de 10 puntos que analiza el riesgo que puede ser de 0-2 puntos sin riesgo, 3-4 puntos riesgo bajo, 5-6 puntos riesgo medio y 7 a 10 puntos riesgo alto, todos los anteriormente detallados permiten identificar y recolectar la información para determinar la correlación de los objetivos del estudio científico.

Durante todo el proceso de investigación se cumplirá con la confidencialidad y privacidad de los datos a través de la firma del consentimiento informado de cada participante para asegurar la voluntariedad y socialización de los objetivos estudiados con fines investigativos.

Resultados

La información obtenida de los resultados es de la aplicación de la entrevista semiestructurada, la aplicación de instrumentos psicológicos como el Índice de calidad de sueño de Pittsburgh, la Escala de depresión de Hamilton y la escala SAD PERSONS.

Tabla 2.

Variable independiente: Calidad del sueño

Calidad del sueño	Participantes	Porcentaje
Buena	16	57%
Deficiente	12	43%
Total	28	100%

Nota: Índice de calidad de sueño de Pittsburgh, Viñansaca (2026)

En relación a la tabla 2, donde se aplicó a 28 adolescentes, el Índice de calidad de sueño se pudo encontrar que el 57% tienen una calidad de sueño buena y el 43% con 12 participantes deficiente que se indica en los presentes hallazgos es preocupante ya que casi la mitad de la población presenta un sueño no adecuado y rompe el equilibrio de una vida saludable.

Tabla 3.

Variable independiente: Trastornos depresivos

Trastornos depresivos	Participantes	Porcentaje
No deprimido	8	29%
Depresión ligera	6	21%
Depresión moderada	7	25%
Depresión severa	3	11%
Depresión muy severa	4	14%
Total	28	100%

Nota: Escala de depresión de Hamilton, Viñansaca (2026)

De acuerdo a la tabla 3 en relación a los trastornos depresivos se muestra la frecuencia observada a los pacientes con consumo de sustancias y se puede encontrar que el 29% no se encuentra deprimido, seguido de 7 adolescentes que representan el 25% padece de depresión

moderada, de la misma manera con el 21% presenta depresión ligera, así mismo con depresión muy severa 4 participantes que representa el 14% y el 11% que presenta depresión severa en 3 adolescentes.

Tabla 4.

Variable independiente: Ideas autolíticas

Ideas autolíticas	Participantes	Porcentaje
Bajo riesgo	11	38%
Medio riesgo	15	55%
Alto riesgo	2	7%
Total	28	100%

Nota: Escala SAD PERSONS, Viñansaca (2026)

La Tabla 4 donde se menciona el riesgo suicida que padecen los adolescentes en el consumo de sustancias se pudo encontrar que el 55% tienen medianamente riesgo autolítico, seguido de 11 participantes que representa el 38% con bajo riesgo y con 2 adolescentes que es el 7% de alto riesgo de ideación autolítica.

Tabla 5.

Triangulación de datos cuantitativos y cualitativos

Variable	Datos cuantitativos	Datos cualitativos	Resultados de la triangulación
Calidad del sueño	57% de adolescentes tienen una buena calidad del sueño	La calidad del sueño es percibida por los entrevistados como buena y que puede estar relacionado con el consumo de sustancias	Se identifica que la calidad del sueño puede ser manipulada o confundida ya que el consumo de ciertas sustancias genera inducción al sueño por el efecto de la sustancia.

Nota: Instrumentos aplicados, Viñansaca (2026)

Tabla 6.

Triangulación de datos cuantitativos y cualitativos

Variable	Datos cuantitativos	Datos cualitativos	Resultados de la triangulación
Trastornos depresivos	el 29% no se encuentran deprimidos, sin embargo, el 25%	Los entrevistados identifican que no se encuentran deprimidos,	La depresión se establece como un problema significativo que influye negativamente en la salud mental de

	que con diferencia de 1 adolescentes menciona depresión moderada	sin embargo, en porcentajes mínimos, pero existen 20 adolescentes que si padecen depresión	los pacientes con consumo de sustancias
--	--	--	---

Nota: Instrumentos aplicados, Viñansaca (2026)

Tabla 7.

Triangulación de datos cuantitativos y cualitativos

Variable	Datos cuantitativos	Datos cualitativos	Resultados de la triangulación
Ideas autolíticas	La variable de ideas autolíticas con el 55% padecen de medianamente riesgo de suicidio en los adolescentes investigados.	De acuerdo a la valoración el tener diferentes parámetros de acuerdo al género, la edad, la depresión, el consumo de sustancias, la falta de apoyo, enfermedades, vivir solo y no tener un plan de vida intensifica las ideas de muerte y predispone al consumo de drogas.	Se puede observar como las ideas autolíticas y el estado de ánimo depresivo se relacionan para la afectación de la calidad de vida y la predisponían al consumo de sustancias

Nota: Instrumentos aplicados, Viñansaca (2026)

En relación a la Tabla 5,6 y 7 de la triangulación de las variables en el consumo de sustancias existe una alteración de más de la mitad de los adolescentes con problemas en la calidad del sueño, trastornos depresivos e ideas autolíticas que son características propias durante el consumo de sustancias.

Discusión

Según Cobo (2018) menciona que las drogas no solo afectan a los patrones del sueño sino también al ritmo circadiano y que en algunos casos una de las razones principales para el consumo es como apoyo para regular el sueño y en otras ocasiones para no dormir.

Es por eso Addict, J. (2019) indica que el sueño es una necesidad fisiológica indispensable para los adolescentes, sin embargo, al no existir un adecuado descanso es más predisponente a manifestarse con enfermedades mentales, cambios del estado de ánimo y dificultad para la toma de decisiones de la vida, dificultad en las relaciones sociales y en algunos casos llegando a los comportamientos antisociales.

En relación a la calidad del sueño y el consumo de sustancias estas destruyen el descanso profundo y reparador a nivel cerebral por los diversos componentes que alteran los ritmos del sueño, la toma de decisiones, limita el proyecto de vida y destruye su vida.

La depresión y el consumo de sustancias en adolescentes para Olmos (2025) son trastornos mentales concurrentes, que producen alteración a nivel cerebral por los diferentes cambios físicos, culturales y familiares.

De la misma manera Ramírez et al (2022) a través de una investigación realizada por él, encuentra que el 0.3% no padece depresión y el 66% presenta depresión moderada y padecen de problemas de salud mental en la adolescencia, y que tiene una correlación intensa con el consumo de sustancias debido al uso de manera dañina para la salud mental y física de los adolescentes.

Por lo que en el presente estudio se encontró que un mínimo porcentaje no se encuentra deprimido, sin embargo, sumando todos los niveles de depresión se encuentra que el 71% padece de depresión por el consumo de sustancias como activador cerebral.

La Organización Mundial de la Salud (2024) menciona que el consumo de drogas cuando existe la dependencia funciona como una forma de suicidio mediante una sobredosis porque altera el estado de ánimo y los actos impulsivos en la toma de decisiones.

Indica Richer et al (2023) el suicidio es una causa de muerte que erróneamente se clasifica como sobredosis a nivel de pacientes con consumo de sustancias. Es decir que muchas veces las sobredosis pueden darse por las ideas de muerte activas que presentan por el sufrimiento emocional por los diferentes factores de riesgo a nivel individual, familiar, social, educativo.

Por lo que de acuerdo a los datos obtenidos en relación de las ideas autolíticas se pudo encontrar que más de la mitad de los adolescentes padecen de estas ideas de manera general por el sufrimiento emocional y el alto índice de riesgo de autolesión.

Conclusiones

De acuerdo al consumo de sustancias esto genera daño en el descanso profundo y altera el ritmo circadiano en los adolescentes ya que limita la toma de decisiones y la productividad diaria del ser humano, ante este problema se concluye que el acompañamiento terapéutico influye directamente de forma directa en la adolescencia porque permite organizar horarios y recuperación del sueño a nivel cerebral y puede empezar a crear estrategias de vida saludable.

El cumplimiento del objetivo específico en relación de analizar el trastorno depresivo y su impacto en el desarrollo de estrategias de afrontamiento en los adolescentes, permite concluir que la depresión esta profundamente relacionada a nivel cerebral por los diversos factores de riesgo en su salud física, mental, problemas familiares, académicos y que con el consumo de sustancias intensifica las ideas negativas acerca de su autoestima, autoconcepto y por eso existen las recaídas constantes y el deterioro de su salud mental e integral.

Finalmente de acuerdo a la última conclusión en relación al tercer objetivo entre la relación del acompañamiento psicológico y la disminución de ideación autolítica se revela que la mayoría de los pacientes padecen ideas de muerte y que sumado al sufrimiento emocional, el abuso de sustancias, la falta de redes de apoyo, alteran la toma de decisiones, por eso es importante ofrecer durante el tratamiento integral la creación de estrategias de autoconocimiento para identificar sus emociones y con la guía profesional fortalezca su proyecto de vida y su calidad de vida.

Limitaciones y Recomendaciones

Los datos obtenidos en el presente estudio son representativos y de manera general por lo que es importante generar el análisis a nivel de cada provincial con el propósito de comparar datos y diferentes factores de riesgo territorial para así analizar y crear estrategias de prevención del consumo de sustancias en la adolescencia.

Una de las limitaciones fue la falta de involucramiento de algunos padres de familia al firmar los consentimientos informados debido al tamaño de la muestra, que genero retraso en obtener la información y además es un signo evidente de problemas en las dinámicas familiares.

Se recomienda implementar programas de acompañamiento terapéutico permanente ya que la mayoría de los adolescentes presentan estados de animo depresivos y mas de la mitad padece de ideas autolíticas, sobre todo en el ámbito académico donde se puede crear talleres educativos de psicoeducación, autoconocimiento y manejo de emociones.

Finalmente se recomienda que el presente estudio en futuras investigaciones se lo pueda realizar de forma longitudinal para determinar de manera especifica los causales de los problemas en el consumo de sustancias.

Referencias Bibliográficas

Addict, J. (2019). *Efectos diferenciales de las drogas adictivas sobre el sueño y sus fases*. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6688758/>

Cobo, M. (2018). *Drogodependencia y dependencia en los adolescentes de la fundación Jesús Divino Preso*.

<https://repositorio.usfq.edu.ec/bitstream/23000/4119/1/114288.pdf>

Constitución de la Republica del Ecuador. (2008). https://www.defensa.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2021/02/Constitucion-de-la-Republica-del-Ecuador_act_ene-2021.pdf

Espinoza, R, Bravo, F, Acosta, M. García, F. (2024). *El vínculo entre calidad de sueño y consumo de drogas en adolescentes*.

<https://eneurobiologia.uv.mx/index.php/eneurobiologia/article/view/2631/4642>

Gilman, G. (2020).

Estupefacientes. <https://repositorio.usfq.edu.ec/bitstream/23000/4119/1/114288.pdf>

González, A. (2025). *La alianza terapéutica*. Redalyc.

<https://www.redalyc.org/pdf/1806/180616109001.pdf>

Lino, W. Guerra, A. Delgado, M. (2023). *Conductas adictivas y su impacto en los adolescentes*. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9205956.pdf>

Organización Mundial de la Salud. (2021). *Promoción de la salud mental de adolescentes en América Latina: una revisión integrativa*.

<https://www.scielosp.org/article/csc/2021.v26n7/2575-2586/>

Olmos, c. (2025). *La importancia de la salud mental en la recuperación de la drogadicción*. [https://oceanica.com.mx/la-importancia-de-la-salud-mental-en-la-recuperacion-de-la-](https://oceanica.com.mx/la-importancia-de-la-salud-mental-en-la-recuperacion-de-la-drogadiccion/#:~:text=Esta%20terapia%20se%20enfoca%20en,sin%20recurrir%20a%20las%20drogas)

[drogadiccion/#:~:text=Esta%20terapia%20se%20enfoca%20en,sin%20recurrir%20a%20las%20drogas](https://oceanica.com.mx/la-importancia-de-la-salud-mental-en-la-recuperacion-de-la-drogadiccion/#:~:text=Esta%20terapia%20se%20enfoca%20en,sin%20recurrir%20a%20las%20drogas).

Organización Mundial de la Salud. (2024). *Juventudes en América Latina y el Caribe: panorama de la situación, desafíos e intervenciones*.

<https://www.scielosp.org/article/csp/2021.v37n7/e00110021/>

Ramírez, E. Cubas, E. Rivera A, Díaz, C. (2022). *Presencia de depresión asociada al consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes entre trece y diecisiete años en 3 instituciones educativas de la ciudad de Chiclayo*.

[file:///C:/Users/user124/Downloads/Dialnet-](file:///C:/Users/user124/Downloads/Dialnet-PresenciaDeDepresionAsociadaAlConsumoDeSustanciasP-4041586.pdf)

[PresenciaDeDepresionAsociadaAlConsumoDeSustanciasP-4041586.pdf](file:///C:/Users/user124/Downloads/Dialnet-PresenciaDeDepresionAsociadaAlConsumoDeSustanciasP-4041586.pdf)

Richer I, Bertrand K, Vandermeersch J, Roy E. (2023). *Relación entre sobredosis y suicidio en las muertes asociadas al consumo de drogas*.

<https://www.redalyc.org/journal/919/91956202010/91956202010.pdf>

Salas, E. (2024). *La calidad del sueño en adolescentes con consumo problemático de alcohol y drogas*. <https://www.nature.com/articles/s41386-028-0465-x>

Santos, P. Gonzales, G. Brines, M. Chapa, R. García, C. (2021). *Estadios y procesos de cambio en drogodependencia en tratamiento ambulatorio*.

<https://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/574>

Urrutia, L. Matovelle, D. (2023). *Factores de riesgo que intervienen en el consumo de sustancias psicotrópicas y psicoactivas*.

<https://dspace.ucacue.edu.ec/server/api/core/bitstreams/29aa1a88-f0f3-4a3d-91b1-4a94d03d6fd2/content>