



# Revista Electrónica de Psicología Iztacala



Universidad Nacional Autónoma de México

Vol. 27 No. 2

Junio de 2024

## REDES DE APOYO PARA ADOLESCENTES

Jacqueline Pichardo Ortiz<sup>1</sup>, Miguel Angel Mendoza Espinosa<sup>2</sup>, Hilda Rivera Coronel<sup>3</sup> y  
Claudia Elisa Canto Maya<sup>4</sup>

Universidad Nacional Autónoma de México  
Facultad de Estudios Superiores Iztacala

### RESUMEN

La adolescencia es una etapa, en la que el ser humano tiene varios cambios tanto físicos y psicológicos, además los adolescentes están expuestos a más riesgos, como son embarazos no deseados, consumir drogas, bullying, entre otros. Al ser una fase de mayor riesgo es importante que los adolescentes cuenten con redes de apoyo, ya que estas se encargaran de proteger al adolescente, así como orientarlo. Por lo que el siguiente trabajo tiene como objetivo identificar las principales redes de apoyo de los adolescentes. Estas redes de apoyo se dividen en escolares, familiares y de la comunidad. Participaron 4 estudiantes de una secundaria pública ubicada en Tlalnepantla de Baz y se les realizó una entrevista a profundidad, para identificar sus redes de apoyo. Se encontró que entre sus principales redes de apoyo familiares se encuentra la madre y dentro de las escolares y de la comunidad se encuentran amigos y psicólogos, las cuales tienen una influencia positiva.

Palabras clave: adolescentes, familia, profesores, amigos, apoyo social.

<sup>1</sup> Estudiante de psicología, Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM. Correo Electrónico: [jacquelinepichardoortiz@gmail.com](mailto:jacquelinepichardoortiz@gmail.com)

<sup>2</sup> Profesor de la carrera de Psicología, Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM. Correo Electrónico: [miguel.mendoza@iztacala.unam.mx](mailto:miguel.mendoza@iztacala.unam.mx)

<sup>3</sup> Profesora de la carrera de Psicología, Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM. Correo Electrónico: [hilda.rivera@iztacala.unam.mx](mailto:hilda.rivera@iztacala.unam.mx)

<sup>4</sup> Profesora de la carrera de Psicología, Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM. Correo Electrónico: [claudia.canto@iztacala.unam.mx](mailto:claudia.canto@iztacala.unam.mx)

## SUPPORT NETWORKS FOR ADOLESCENTS

### ABSTRACT

Adolescence is a stage in which the human being has several physical and psychological changes, in addition to being the stage in which adolescents are exposed to more risks, such as unwanted pregnancies, drug use, bullying among others. Being a stage of greater risk, it is important that adolescents have support networks, since these will be in charge of protecting the adolescent, as well as guiding him, so the following work aims to identify the main support networks of adolescents, these support networks are divided into school, family and community. Four students from a public high school located in Tlalnepantla de Baz participated and underwent an in-depth interview to identify their support networks. It was found that among their main family support networks is the mother and within the school and community are friends and psychologists, which have a positive influence.

Key words: adolescents, family, teachers, friends, social support.

La adolescencia constituye una etapa de desarrollo en el ser humano en la que son más evidentes los cambios psicológicos, biológicos y sociales, estos cambios suelen ser bruscos, rápidos, repentinos o demorados, dependiendo del adolescente, tienen un ritmo acelerado que crea ansiedad y un ritmo demorado que crea inquietud (Rosabal, Romero, Gaquín y Hernández (2015). La adolescencia también se caracteriza por ser una etapa en la que están más presentes diferentes factores de riesgo.

Durante la adolescencia es importante reconocer e identificar cuáles son las redes de apoyo del adolescente, se entiende como redes de apoyo a aquellas acciones voluntarias o involuntarias que son protectoras para la salud, son múltiples y son biopsicosociales. Corona y Peralta (2011; en Seoane, 2015). Están relacionadas con el bienestar y la salud.

Es importante identificar cuáles son las redes de apoyo del adolescente ya que existen tres tipos de redes, familiares, escolares y las que están dentro de la comunidad. Las redes de apoyo familiares, son las más cercanas al adolescente, ya que la familia es el núcleo central, dentro de las redes de apoyo escolares están los profesores, directores, trabajadoras sociales y los amigos, los jóvenes acuden a ellos cuando se presenta alguna problemática que no pueden resolver por sí solos, se sienten mejor identificados con sus amigos ya que ellos suelen tener las mismas problemáticas, es por eso que

también es su principal red de apoyo, dentro de las redes de apoyo en la comunidad se encuentran la seguridad, campañas de salud, vecinos y otros.

A lo largo del artículo se define lo que es la adolescencia, así como sus cambios durante las diferentes etapas, también se mencionan los diferentes tipos de factores de riesgo y las problemáticas que pueden surgir a partir de estos factores. Se hablará sobre los tipos de redes de apoyo y por qué son importantes en la adolescencia. Por último, se realizó una investigación de tipo cualitativo a 4 estudiantes de una secundaria pública ubicada en Tlalnepantla de Baz.

El objetivo de este trabajo es identificar el papel que juega cada red de apoyo en la adolescencia. Para lo cual se realizó una entrevista a profundidad a 4 estudiantes de secundaria para identificar sus redes de apoyo.

*“Los jóvenes de hoy aman el lujo, tienen manías y desprecian la autoridad.  
Responden a sus padres, cruzan las piernas y tiranizan a sus maestros.  
Los jóvenes hoy en día son unos tiranos.  
Contradicen a sus padres, devoran su comida,  
y le faltan al respeto a sus maestros.”  
Sócrates 470-399 A. C.*

## LA ADOLESCENCIA

La adolescencia está caracterizada por ser una etapa en la que surgen diversos cambios, que afectan todos los aspectos fundamentales del adolescente, algunos autores la han denominado, como un segundo nacimiento, en esta etapa se modifican la estructura corporal, pensamientos, identidades y las relaciones que se mantienen con la familia y la sociedad. El término adolescencia viene del latín *adolescere*, el cual significa crecer y madurar, también la adolescencia es la etapa que nos conduce hacia la madurez este periodo puede ir de los 11 a 12 años y de los 18 a 20 años (Rosabal, Romero, Gaquín y Hernández, 2015).

Constituye una etapa de desarrollo en el ser humano en la que son más evidentes cambios psicológicos, biológicos y sociales, estos cambios suelen ser bruscos, rápidos, repentinos o demorados, dependiendo del adolescente, tienen un ritmo acelerado que crea ansiedad y un ritmo demorado que crea inquietud. La adolescencia ha sido definida

por la Organización Mundial de la Salud (OMS), (1999; en Gaete, 2015), como un período entre los 10 y 19 años.

Como podemos ver, no existe una definición unificada de la adolescencia, por tanto, en la contemporaneidad nos referimos a las adolescencias. Entendiendo que cada grupo social contempla características particulares.

#### Cambios en la Adolescencia

Durante la adolescencia se presentan cambios físicos, psicológicos y sociales que son importantes, ya que causan movimiento entre jóvenes adolescentes, algunos jóvenes sienten que estos cambios pueden ser un problema, pero se debe trabajar en aceptarlos, sobrellevarlos y adaptarse. En esta etapa es importante que el adolescente identifique cuales son las redes de apoyo con las que cuenta para solucionar sus problemas, de las cuales se hablará más adelante.

Existen tres etapas durante la adolescencia:

- Adolescencia temprana: entre los 10 y 14 años.
- Adolescencia media: entre los 15 y 17 años.
- Adolescencia tardía o juventud: a partir de los 17-18.

La autora Gaete, (2015), en su artículo, menciona que existen cambios psicológicos, cognitivos, sociales, sexuales y morales, y en cada etapa de la adolescencia estos cambios son diferentes:

#### *Adolescencia Temprana*

*Desarrollo psicológico:* se caracteriza porque el adolescente siente y piensa que los demás (incluyendo sus padres) están tan preocupados por su apariencia y conductas, como él lo está, en esta etapa el adolescente se preocupa por su vestimenta, peinado, accesorios, lenguaje y música.

*Desarrollo cognitivo:* esta etapa se caracteriza por el comienzo y surgimiento de un pensamiento abstracto o formal, las decisiones del adolescente están involucradas en habilidades más complejas, que son creativas y en su rendimiento académico.

*Desarrollo social:* inicia la movilización hacia fuera de la familia, aumenta un deseo de independencia. El joven ya no muestra interés por actividades que impliquen reunirse con la familia, aunque continúa dependiendo de su familia.

*Desarrollo sexual:* en esta etapa se encuentran transformaciones corporales demasiado rápido, el adolescente se vuelve inseguro respecto de su apariencia y atractivo, se empieza a comparar con otros jóvenes, además de estereotipos culturales y empieza un aumento por el interés en su anatomía y fisiología sexual.

*Desarrollo moral:* existe una preocupación por satisfacer las expectativas de los demás, el adolescente se ajusta a las convenciones sociales y desea mantener, apoyar y justificar el orden social existente.

### *Adolescencia Media*

*Desarrollo psicológico:* en esta etapa continúa aumentando el sentido de individualidad. El joven se aísla y pasa más tiempo a solas, incrementa un rango de apertura de emociones que experimenta y adquiere una capacidad de examinar sentimientos de los demás y de preocuparse por otros.

*Desarrollo cognitivo:* es caracterizado por un incremento de las habilidades de pensamientos abstractos y de razonamiento, empieza a razonar el adolescente sobre su propia persona y los demás, en este periodo el adolescente comienza a prepararse para el futuro.

*Desarrollo social:* el joven adopta la vestimenta, conducta y valores del grupo al que pertenece, sigue su intento por separarse de la familia y encontrar su propia identidad, además sus relaciones de amistad siguen siendo importantes para él.

*Desarrollo sexual:* aumenta la aceptación del propio cuerpo y su comodidad, este periodo se caracteriza en especial, por qué los jóvenes toman conciencia respecto a su orientación sexual, aumenta la experimentación de diversas conductas sexuales, incluyendo el inicio de las relaciones coitales.

*Desarrollo moral:* corresponde a la moral convencional, la cual funciona también en algunos adultos.

### *Adolescencia Tardía o Juventud*

Es la última etapa de la adolescencia, es el camino del joven hacia el logro de su identidad y autonomía, este periodo resulta más tranquilo y el joven tiene una mayor integración de su personalidad.

*Desarrollo psicológico:* en esta etapa la integridad se encuentra más firme en sus diversos aspectos, su autoimagen depende del propio adolescente, sus intereses son más estables y existe una conciencia de sus propios límites y limitaciones, existen grandes intereses por los planes a futuro para él.

*Desarrollo cognitivo:* existe un pensamiento abstracto establecido, además aumenta la habilidad para producir consecuencias y la capacidad de la resolución de problemas.

*Desarrollo social:* se caracteriza por una disminución de la influencia de sus grupos sociales, el adolescente se encuentra más cómodo con sus propios principios e identidad, en esta etapa las amistades se vuelven mucho menores, pero son más selectivas. El adolescente comienza a acercarse más a su familia aumentando la intimidad con sus padres.

*Desarrollo sexual:* se aceptan los cambios corporales, en la imagen corporal se acepta su identidad sexual e inicia con mayor frecuencia sus relaciones sexuales, las relaciones con pareja se vuelven más estables e íntimas.

*Desarrollo moral:* ya existe una preocupación por los principios morales que ha escogido la persona por sí misma, el acercamiento a los problemas morales dependerá de los principios autónomos, universales que conservan su validez incluso más allá de las leyes existentes.

### Factores de Riesgo Durante la Adolescencia

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (2013, como se citó en Argaez, Echeverría, Evia y Carrillo, 2018), ha definido a los factores de riesgo, como cualquier rasgo, característica o exposición del individuo que incrementa su probabilidad de sufrir una enfermedad o lesión. Estos factores de riesgo ponen al adolescente ante diferentes peligros y aún más cuando el adolescente no identifica sus redes de apoyo.

Existen diversos tipos de factores de riesgo:

*Factores Individuales:* se destacan los psicológicos y orgánicos, los cuales pueden estar presentes desde la infancia, como son: características de la personalidad, inseguridad, baja autoestima, ansiedad, depresión y manifestar rebeldía.

*Factores Familiares:* entre los que se encuentran: la dinámica familiar (estructura familiar disfuncional, conflictos familiares, desunión familiar, falta de relaciones positivas dentro

de la familia), conducta y actitudes familiares que favorecen el uso de sustancias, incomprensión, desconfianza, comunicación poco clara entre padres e hijos, inconsistencia entre premios y castigos

*Factores Económicos, Ambientales y Sociales:* desventajas económicas (pobreza, hacinamiento, escasez de vivienda), condiciones marginales de la comunidad (falta de servicios públicos y de vigilancia), falta de oportunidades para jóvenes, criminalidad, tráfico ilegal de drogas, existencia de leyes y normas que permiten el uso de alcohol.

*Problemáticas a partir de los factores de riesgo.*

- Trastornos alimenticios
- Intento de suicidio
- Bullying o acoso escolar
- Deserción escolar o el abandono definitivo de la escuela
- Consumo de sustancias nocivas
- Falta de comunicación
- Falta de información con respecto a la sexualidad

### ¿QUÉ ES UNA RED DE APOYO?

Se entiende como redes de apoyo a aquellas acciones voluntarias o involuntarias que son protectoras para la salud, son múltiples y son biopsicosociales. Corona y Peralta (2011; en Seoane, 2015). Han tenido un notable interés desde los años 70, ya que surgen debido al interés por estudiar cuales son los problemas psicosociales.

Los adolescentes tienen que contar con redes de apoyo que los hagan sentir protegidos, así como también brindarles un espacio en donde se sientan queridos, valorados y escuchados además de que se brinde una información acerca de los cambios que él está experimentando o las inquietudes que le surjan.

Para evitar algunos factores de riesgo durante la adolescencia, es recomendable que se prevengan, por ello las redes de apoyo, tienen como objetivo además de un buen desarrollo para el adolescente, también abordan temas relacionados a la salud y una atención multidisciplinaria.

Es importante la participación de los padres, profesores entre otros profesionales de la salud. En los años 90's las autoras Ana María Aron, Rossana Nitsche, y Ana Rosenbluth

(1995; citado en Paredes, Vitaliti, Aguirre, Strafile y Jara, (2015) llegaron a la conclusión que las redes personales de adolescentes de niveles socioeconómicos bajos tienen redes más pequeñas, con menor frecuencia de interacción y con menos capacidad de apoyo social que las de adolescentes de estratos altos. Los autores Campos, Goig y Cuenca, (2020) mencionan que el número de personas que tienen que componer una red de apoyo es de al menos un adulto, ya que de esta manera resulta ser efectiva.

Por último, para Lavatelli, Aisenson, De Marco, (2014) las redes de apoyo configuran la significación que se le atribuye a las trayectorias y pueden favorecer o no el desarrollo de las estrategias de los adolescentes, entre las principales redes de apoyo se encuentran las familiares, escolares y de la comunidad.

Es importante conocer qué significa “*red social*” y “*apoyo social*”:

*Red social*: los autores Abelló y Madariaga, (1999; citado en Orcasita y Uribe, 2010) definen que la red social, es un conjunto de relaciones humanas que tienen cierto impacto duradero en la vida de cualquier persona. Esta red social hace referencia a las características estructurales de las relaciones sociales y está conformada por sujetos que son significativos y cercanos a la persona. Estas redes sociales están constituidas por miembros de una familia, amigos, vecinos, compañeros de trabajo y conocidos de una comunidad.

*Apoyo social*: se entiende como el intercambio de recursos que se producen al relacionarse una persona con otra, en el que un individuo es percibido como proveedor y otro como receptor. (Aron, Nitsche y Rosenbluth, 1995; citado en Orcasita y Uribe, 2010). Para Pinchover y Attar-Schwartz, (2018; en Rojas y Arminta, 2020) el apoyo social se puede manifestar por medio de gestos, atención ante una situación de necesidad emocional, dicha atención es recibida por la familia, amigos, vecinos u otros.

Los autores Aron, Nitsche y Rosenbluth, (1995; en Uribe, Orcasita y Gómez, 2012) definen el apoyo social como aquel que implica beneficios reales, son percibidos aportados por la comunidad, redes sociales y amigos.

Paredes, Vitaliti, Aguirre, Strafile y Jara, (2015) mencionan que hay 3 tipos de apoyo: en el *emocional* hay un intercambio afectivo, un sostén, la expresión de emociones y sentimientos otorgan bienestar afectivo como escuchar, expresar amor y aprecio; en el apoyo *informativo* hay un intercambio de diagnósticos contextuales, consejos, guías,

rumores y en el apoyo *material* o *instrumental* hay un intercambio de recursos, bienes, e incluso de dinero.

Tanto las redes sociales cómo el apoyo social son de gran importancia para que se comprendan las problemáticas que se presentan en diferentes etapas de la vida, especialmente en la adolescencia. Una persona que tiene bien establecidas cuáles son sus redes de apoyo tiene una menor probabilidad de presentar consecuencias adversas que pueden resultar dañinas para su salud.

#### Tipos de Redes de Apoyo

Entre estas redes de apoyo o factores protectores, se encuentran la familia, amigos, grupos o centros de apoyo. Las redes de apoyo se centran en un buen desarrollo y mantenimiento ante los factores de riesgo.

En un estudio por la autora Páramo, (2011) se realizó una investigación con 23 adolescentes y 20 adultos, en donde se abordaron diferentes temas a lo largo de varias sesiones, en las que se pudo detectar cuáles eran las redes de apoyo principales de los adolescentes. En el tema de “a quienes recurrir” cuando se presentaban dificultades, mencionaron que acuden principalmente con la familia, padres, hermanos, así también como amigos, se menciona que acuden al psicólogo o centros de salud cuando existen problemas más graves. El autor Craig, (1997; en Páramo, 2011) opina que los adolescentes buscan estos apoyos en otros para enfrentar las transformaciones físicas y emocionales y es por eso que buscan esos apoyos en sus compañeros, ya que comparten las mismas experiencias. En el tema de los “factores protectores” consideran que una de las redes de apoyo a los que más acuden es la familia, los amigos, así también como acudir a actividades deportivas, religiosas, ecológicas o comunitarias.

El autor Murgui, (2006; en Orcasita y Uribe, 2010), realizó un estudio con 733 adolescentes entre 11 y 16 años, encontró que los adolescentes que perciben un bajo apoyo por parte de sus padres, presentan autoestima baja y participan con mayor frecuencia en conductas violentas y probablemente tienen problemas escolares. Los resultados demostraron que la relación entre familia y escuela tiene lugar a través del apoyo social el cual potencia recursos significativos para el adolescente, pero también la familia puede ser un entorno el cual se convierte en un escenario en donde los adolescentes sufren de violencia.

## Familiares

La familia desempeña un papel muy importante durante la adolescencia, ya que como se mencionó anteriormente es en la adolescencia donde se presentan mayores dificultades, las cuales deben afrontar los jóvenes. La familia es la principal red de apoyo para el adolescente, en ella se encuentran modelos a seguir por medio de la educación y de la observación constante del comportamiento de los padres y las formas en cómo se relacionan la familia, permite a los adolescentes desarrollar habilidades enseñándoles a superar las limitaciones que existen. La mayoría de los adolescentes mantienen vínculos positivos con sus padres y los ven como su principal red de apoyo, si los adolescentes tienen una buena autoestima y tienen un sentido de competencia es menos probable que tengan comportamientos o conductas de riesgo.

El autor Rodríguez, (2015) menciona que la familia es el lugar en donde se crea la identidad del adolescente, sin embargo, no por ser la principal red de apoyo del adolescente deja de ser compleja, ya que considera que la familia en nuestra sociedad tiene el papel también de ser una institución. Sin embargo, para Camara, Bacigalupe y Padilla (2017), la familia es quien protege de experimentar angustia o estrés ante diversas situaciones.

Los autores Hombrados, Gómez, Domínguez, García y Castro (2012), mencionan que hay diversos estudios en los que se ha encontrado que el apoyo de los padres se mantiene en esta etapa (Nickerson y Nagle, 2005), mientras que en otros estudios se encontró que el apoyo disminuye a medida que aumenta el apoyo de los amigos (Helsen, Vollebergh y Meeus, 2000). Encontraron que dentro del contexto familiar la madre es quien brinda mayor apoyo, a diferencia del padre.

La familia es una red de apoyo de fácil acceso, utiliza estrategias que protegen a los adolescentes que se encuentran en algún peligro ya sea dentro de la escuela o fuera de esta, así como también los padres trabajan en conjunto con los profesores para que se establezcan buenos ambientes de apoyo en el salón de clases. (Páramo, 2011).

El crecer en una familia con fuertes vínculos afectivos, disciplinas con reglas bien establecidas en la que los padres enseñan buenos valores y conductas aceptadas, fórmula protección contra influencias antisociales, así como también la familia es un modelo explícito que le enseña a sus hijos cómo comportarse, es por eso que los

adolescentes que crecen en ambientes así tienen más probabilidad de respuestas adaptativas.

### Escuela

Otra de las redes de apoyo en la adolescencia es la escuela. Sin embargo, autores como Loubat, 2006 (citado en Páramo, 2011), mencionan que la escuela no siempre cumple con un rol de factor protector, como tampoco mantiene una buena detección de problemas. La escuela es considerada uno de los agentes educativos más importantes en el desarrollo integral de los adolescentes. Así mismo los autores Paredes, Vitaliti, Aguirre, Strafile y Jara, (2015), describen que la escuela puede ser generadora de confianza para la realización de proyectos, para el logro y, sobre todo, para establecer relaciones sociales.

Castellano, (2005; citado en Orcasita y Uribe (2010), menciona que, al acudir con los amigos, los adolescentes se refugian en ellos ya que no encuentran una comprensión por parte de sus padres, esta comprensión y afectividad la encuentran en sus amigos porque son ellos quienes entienden y empatizan en lo que está sucediendo.

En un estudio por los autores Hombrados, Gómez, Domínguez, García y Castro (2012), mencionan que existe información en que las buenas relaciones con los compañeros de clase se asocian con una alta autoestima (Robinson, 1995) y menos riesgo de problemas emocionales y de comportamiento (Coie y Dodge, 1998). Mencionan que hay estudios en los que el apoyo de los profesores disminuye a medida que aumenta la edad de los adolescentes (Malecki y Demaray, 2002). Por lo que con el tiempo el apoyo de los maestros disminuirá a medida que aumente el apoyo de los compañeros de clase. La escuela es en donde los adolescentes pasan más tiempo, incluso llegan a pasar más tiempo que en sus casas.

### Comunidad

Dentro de las redes de apoyo de la comunidad, se encuentran los profesionales de la salud, como son médicos, psicólogos, odontólogos, etc. Se encargan principalmente de la orientación de diversos temas que son importantes durante la adolescencia. Del mismo

modo también se encuentran los amigos, ya que existen ocasiones en la que los amigos no son de la escuela, sino que estos viven cerca de su comunidad.

Rodríguez, (2015), menciona que las redes de apoyo de la comunidad contribuyen a estimular intervenciones de colaboración entre las personas, los profesionales y sus sistemas de apoyo, que permiten la transformación de las debilidades en fortalezas. Los adolescentes que acuden a los psicólogos cuentan con alguien que los escucha, los acompaña y les brinda esa sensación de bienestar (Bravo y Del Valle, 2003; citado en Campos, Goig y Cuenca, 2020).

Los amigos como se ha mencionado anteriormente brindan una satisfacción a los adolescentes de sentirse escuchados, valorados e identificarse con ellos. Los autores Uribe, Orcasita y Gómez (2012), argumentan que las relaciones de amistad aportan seguridad en situaciones difíciles o de tensión, les resulta de ayuda contar con sus amigos ya que ellos pueden estar pasando por una situación similar, los ayudan a disminuir síntomas de ansiedad en momentos difíciles.

## MÉTODO

### *Diseño de investigación*

*Investigación cualitativa:* la investigación cualitativa proporciona la profundidad de los datos, así como una dispersión, riqueza interpretativa y contextualización del ambiente o del entorno, se utiliza cuando el propósito de la investigación es examinar la forma en que los individuos perciben y experimentan los fenómenos que lo rodean, de manera que se profundizan en sus puntos de vista, interpretaciones y significados. Hernández, (2014).

*Entrevista abierta:* es un tipo de método cualitativo, en el cual se produce una interacción y libertad entre el entrevistador y el entrevistado. A través de la entrevista abierta se obtienen significados propios del entrevistado. Se redactan algunas preguntas concretas, estas preguntas siguen una secuencia de estas. Sin embargo, no todas las preguntas siguen el orden, ya que se pueden incluir la formulación de preguntas nuevas que surgen en el transcurso de la entrevista y qué están orientadas por las respuestas del entrevistado (Taguenca y Vega, 2012)

*Entrevista a profundidad:* en la entrevista a profundidad se estructuran objetivos concretos y es un proceso largo y continuo. A pesar de que no existe un guión fijo en la entrevista a profundidad, se toma en cuenta cual es el tema que se quiere investigar, así como las ideas relacionadas a él. El entrevistado puede hablar libremente y expresar de forma detallada cuáles son sus motivaciones, creencias y sentimientos sobre el tema (Robles, 2011)

El objetivo de este trabajo será definir él porque es importante para los adolescentes las redes de apoyo en esta etapa, así como identificar cuáles son sus principales redes de apoyo en el contexto familiar, escolar y en su comunidad.

El estudio se llevó a cabo con 4 estudiantes de entre 13 y 14 años, (dos del sexo masculino y dos del sexo femenino), los cuales estudian en una Secundaria publica ubicada en Tlalnepantla de Baz, dos estudiantes cursan el segundo año de secundaria y dos cursan el tercer año. A continuación, se hace una descripción más detallada de cada uno de los adolescentes.

Estudiante 1: tiene 14 años, cursa el 2° año de secundaria y vive con ambos padres. Su motivo de consulta fue por problemas familiares.

Estudiante 2: tiene 13 años, cursa el 2° año de secundaria, vive con ambos padres y 2 hermanos. Su motivo de consulta es mejorar su actitud ya que se enoja con facilidad y problemas familiares.

Estudiante 3: tiene 14 años, cursa el 3° de secundaria, vive con ambos padres y 2 hermanos. Su motivo de consulta es por problemas familiares y porque es inseguro.

Estudiante 4: tiene 14 años, cursa el 3° año de secundaria y vive con su papá. Su motivo de consulta es porque tiene ideas de autolesionarse nuevamente, así como problemas con su papá.

*Escenario:* las entrevistas se llevaron a cabo en un salón de una Secundaria Pública ubicada en Tlalnepantla de Baz.

#### *Procedimiento*

La entrevista estuvo estructurada por una serie de preguntas orientadas a conocer las principales redes de apoyo de los 4 estudiantes (ver anexo 2), las preguntas fueron desarrolladas durante la entrevista. Se acudió al salón correspondiente de cada estudiante y se eligieron de acuerdo al motivo de consulta que proporcionaron en la

entrevista inicial. Al inicio de la entrevista se estableció un buen rapport con el adolescente, para que de esta manera se sintiera en un ambiente agradable, seguro y de confianza, posteriormente las preguntas se realizaron en el momento en el que surgió el tema de “a quienes acuden cuando se les presentaba una problemática”, de esta manera se comenzó a identificar cuáles eran las principales redes de apoyo de los adolescentes. Una vez que hubo la suficiente información del tema, se hizo el cierre de la entrevista y se dio continuidad al caso con la intervención. El consentimiento informado fue entregado a los estudiantes para que ellos se los hicieran llegar a sus padres y lo firmaran (ver anexo 1).

## RESULTADOS

Participaron 4 estudiantes de una Secundaria Pública ubicada en Tlalnepantla. Se presentarán los resultados obtenidos en las entrevistas a profundidad realizadas con el fin de identificar cuáles son las principales redes de apoyo de los adolescentes. Los resultados se analizarán en 3 categorías correspondientes a cada tipo de red de apoyo: redes de apoyo familiares, escolares y en la comunidad.

### *Redes de apoyo familiares:*

Las redes de apoyo familiares son las de mayor importancia, así como las más comunes entre los adolescentes, ya que como se mencionó anteriormente, la familia es el núcleo central del adolescente, así como la que mayor protección le brinda. Los adolescentes que participaron en el estudio mencionaron lo siguiente con respecto a esta categoría:

Estudiante 1: mencionó que cuando se presentaba una problemática en su escuela o con algún familiar acudía con su mamá para contarle lo que sucedía, mencionó que con su mamá puede hablar de cualquier tema ya que le tiene mucha confianza, por otro lado, mencionó que con su papá no tiene tanta confianza, ya que él no se la ha brindado, comentó que cuando le cuenta algo su papá la comienza a regañar, sin embargo, ella dice que a pesar de que la regañe o no confíe mucho en él lo quiere mucho. Su mamá le comentó que estaba bien que estuviera en el servicio de psicología, pero su papá no estaba enterado de que asistía al servicio, y ella nunca se lo mencionó porque ella decía que la respuesta del padre sería “...para que vas al psicólogo, eso es sólo para los locos”.

Estudiante 2: la estudiante mencionó que cuando se le presentaba alguna problemática no acudía tanto a contarles a sus padres, ya que los tiene en un concepto de que son

hipócritas, sin embargo, si le tiene más confianza a su mamá que a su papá, pues a su mamá le cuenta su día, así como también a veces su mamá le ayuda con sus tareas, pero considera que no les contaría si tiene un problema, a menos que el problema sea muy grave. Tampoco veía como apoyo a sus hermanos, no les tiene confianza a pesar de tener una relación estable, considera que su relación con sus hermanos no es ni buena ni mala.

Estudiante 3: cuando se le preguntó al estudiante en tu casa cuando tienes algún problema o se presenta una situación difícil, ¿A quién acudes para resolverlo? Mencionó que acudía con su mamá, ya que considera a su papá doble cara, pues no tiene una buena relación con él por cómo trata a su mamá. También comentó que acudiría con su hermana de 19 años ya que con ella mantiene una relación buena, así como también le tiene la confianza para contarle sobre sus problemas. Con su hermano menor a pesar de llevar una buena relación no le contaría sus problemas porque es más pequeño que él.

Estudiante 4: el estudiante mencionó que no tiene la confianza con su papá para contarle sus problemas, a pesar de que en el pasado se presentó una situación difícil para él y si contó con el apoyo de su padre, hoy en día siente que ya no cuenta con él. Desconfía de su padre, además de que lo tiene en un concepto de que es "ignorante" pues le mencionó su padre que no sirve de nada acudir con el psicólogo y en diversas situaciones lo ha comparado con otros niños, algo que al estudiante 4 le molesta, ya que considera que todos son diferentes.

Los estudiantes mencionaron que por parte de sus padres no se sentían tan apoyados, mencionaron no tener buena relación con el padre, así como tampoco mantenían una buena relación con sus hermanos en el caso donde los tenían, sin embargo, al seguir con las preguntas de la entrevista 3 de los estudiantes mencionaron que ante una problemática a quien acuden es a la madre.

#### *Redes de apoyo escolares:*

En la categoría de redes de apoyo en la escuela se encuentran profesores, prefectos, directores, trabajadoras sociales y amigos. Los estudiantes cuando se les presenta una problemática recurren más a sus amigos para contarles y solicitarles su apoyo. Los estudiantes que participaron mencionaron lo siguiente con respecto a esta unidad:

Estudiante 1: mencionó que cuenta con el apoyo de su mejor amiga a quien le cuenta casi todo, pues a veces omite contarles sus problemas con sus papás, también cuenta con el apoyo de su mejor amigo con quien lleva una amistad de más de 6 años, a diferencia de su amiga, a su mejor amigo si le cuenta sus problemas familiares. Por parte del apoyo que percibe de su escuela, comentó que sí acudiría con una profesora para solicitar su ayuda pues ella le tiene confianza y siente que la profesora sí la apoyaría.

Estudiante 2: la estudiante 2 comentó que no les cuenta sus problemas a sus amigas, ni lo haría, no les pediría algún consejo ni su ayuda, porque no confía en ellas, sólo las considera amigas, pero no les cuenta sus problemas, tampoco acudiría con las trabajadoras sociales porque nunca hacen nada para apoyar a los estudiantes, comentó que acudiría con una profesora para contarle un problema y sólo si el problema fuera muy grave.

Estudiante 3: su principal red de apoyo es su mejor amiga que también es su novia, a ella le cuenta todo, si está triste o si sus papás empiezan a pelear, le marca a su novia para platicar y distraerse de lo que sucede en su casa, mencionó que ella lo ha tranquilizado en diferentes ocasiones, pues le gusta que lo escuche.

Estudiante 4: mencionó que a pesar de que en una ocasión la escuela (profesores, directora y trabajadoras sociales) ya lo apoyaron con una situación difícil para él, no confía en ella y no les volvería a pedir ayuda. Tampoco mencionó que contará con sus amigos, porque a pesar de que lleva buena relación con su grupo de amigos, no confía en ellos lo suficiente para pedirles ayuda o algún tipo de apoyo.

En este estudio se encontró que la mayoría de los estudiantes no consideraban segura a la escuela, ya que no creen contar con el apoyo de profesores, prefectos, las trabajadoras sociales y la directora, mencionaron que nunca hacen nada cuando se encuentran en problemas o cuando se presentan problemas, entre los que más mencionaron como problemas graves fue el acoso escolar.

#### *Redes de apoyo en la comunidad:*

En esta red de apoyo se ubican los vecinos, otros familiares fueran del núcleo central del estudiante, psicólogos e incluso profesionales de la salud, como son doctores, enfermeras, nutriólogos, etc., se identificaron en cada uno de los estudiantes las siguientes redes de apoyo:

Estudiante 1: comentó que cuando no le puede contar algo su mamá, acude con una prima por parte de la familia de su papá, le tiene confianza, pero no le cuenta cuando tiene problemas con su papá, ya que cree que si le llega a contar su prima se lo podría decir a su papá de la estudiante. No había acudido antes al psicólogo porque a sus papás no les gusta que esté contando sus problemas, sin embargo, esta vez decidió acudir al servicio de psicología de la escuela, porque quería contarle a alguien libremente como se siente.

Estudiante 2: la estudiante 2 anteriormente ya había asistido con el psicólogo por bajo rendimiento y no le gusto ir, pero esta vez decidió acudir al servicio por el motivo de que quiere mejorar su actitud ya que se enoja con facilidad, mencionó que le gusto acudir al servicio ya que estos problemas no los había comentado con nadie.

Estudiante 3: ya había ido al psicólogo por el mismo motivo de consulta (problemas familiares) por lo que pidió el servicio de psicología, también considera que es bueno para las personas asistir con el psicólogo por salud mental, así como también que quería contarle a alguien más cómo se sentía sin miedo a ser juzgado pues también se considera una persona insegura.

Estudiante 4: debido a una situación que se le presentó en el 2020 el estudiante estuvo acudiendo al psicólogo y al psiquiatra, comentó que no le gustaría regresar al psiquiatra, pero sí asistir al psicólogo, considera al igual que el estudiante 3 que la salud mental es muy importante. El estudiante solicitó el servicio porque igual necesitaba contarle a alguien lo que está pasando y en nadie encontraba la confianza o el apoyo.

Se encontró que los estudiantes no tienen la información necesaria para buscar otras redes de apoyo fuera de las familiares y escolares, en un inicio cuando se les preguntó si conocían lo que era una red de apoyo tampoco sabían el significado. Por lo que es importante promover más información de las redes de apoyo, ya que de esta manera los adolescentes podrán identificarlas y así saber con quién pueden acudir cuando se les presente alguna problemática o situación difícil.

## DISCUSIÓN

En el presente estudio se encontró que los adolescentes no cuentan con el conocimiento necesario para identificar estas redes, los autores Hombrados, Gómez, Domínguez, García y Castro, (2012) mencionan que dentro de la redes de apoyo familiares, es la

madre quien brinda mayor apoyo, a diferencia del padre, los resultados de las entrevistas coinciden con estos autores, ya que así como ellos mencionan que es la madre quien brinda apoyo, 3 de los 4 estudiantes mencionan como principal red de apoyo a su madre. Sin embargo, a pesar de que cuentan con el apoyo de su madre los 4 estudiantes también mencionaron que el apoyo disminuyó cuando entraron en la etapa de la adolescencia, resultados que coinciden con Helsen, Vollebergh y Meeus, (2000; en Hombrados, Gómez, Domínguez, García y Castro, 2012).

En las redes de apoyo escolares mencionaron que no se sienten seguros dentro de la escuela, aun cuando la escuela debería cumplir con un rol de factor protector, mencionan que no detecta cuando hay problemas, así como tampoco hace nada por resolverlos, resultados que concuerdan con Loubat, 2006 (citado en Páramo, 2011) quien menciona que la escuela no siempre cumple con un rol de factor protector. Dos de los estudiantes mencionaron que cuando se les presenta alguna situación difícil o problema, no acuden con profesores, prefectos o la directora, tampoco acuden con sus amigos, aun cuando autores como Uribe, Orcasita y Gómez (2012), mencionan que las relaciones con sus amigos les aportan seguridad o confianza. Sin embargo, dos estudiantes mencionaron que sí acuden con sus amigos como apoyo para contarles sus problemas ya que confían en ellos, así como también se sienten identificados con ellos, resultados que coinciden con Castellano (2005; citado en Orcasita y Uribe, 2010).

Por último, 3 de los estudiantes anteriormente ya habían acudido al psicólogo por distintos problemas, mencionaron que esto los hizo sentir mejor, así como también los ayudo. El psicólogo se encuentra dentro de las redes de apoyo de la comunidad y como menciona Rodríguez, (2015) estas contribuyen como apoyo a los adolescentes, lo cual coincide con lo comentado por los estudiantes. Mencionaron que al acudir al servicio de psicología se sintieron escuchados y acompañados, ya que se les brindó un ambiente de bienestar y confianza, lo que coincide con Bravo y Del Valle (2003; en Campos, Goig y Cuenca, 2020).

## CONCLUSIÓN

Para los adolescentes es importante identificar cuáles son sus redes de apoyo, durante la adolescencia se encuentran en mayor riesgo de que se presente una adicción, un embarazo no deseado, problemas con la familia y escolares, entre otros, los

adolescentes presentan mayores cambios en esta nueva etapa, cambios que son físicos, psicológicos y sociales. Estos cambios pueden hacer que el adolescente se ponga en riesgo, en los psicológicos, los adolescentes comienzan una etapa en la que pretenden tomar sus propias decisiones y el que sus padres intervengan en estas decisiones, hace que ellos se molesten, que se sientan insatisfechos, lo que provoca una mala comunicación entre padres e hijos, algo que no es bueno, ya que la familia es la principal red de apoyo del adolescente.

Diversos autores mencionan que la principal red de apoyo a la que pueden acceder los adolescentes y con la que mayor se sienten comprendidos, es la familia ya que es el núcleo central y la que mejor puede proteger al adolescente. Dentro del ámbito escolar y la comunidad son los amigos la segunda red de apoyo a la que más acuden. Los adolescentes se sienten identificados y mejor comprendidos por ellos porque suelen tener algunas características similares con los problemas que se les presentan. Acuden a ellos buscando una solución ante alguna problemática, algún consejo o simplemente esperando a ser escuchados.

Dentro de las redes de apoyo en la comunidad se encuentran los vecinos, otros familiares y amigos e incluso profesionales de la salud, tomando en cuenta este último sería una red de apoyo a la que pocos adolescentes acuden. También se encuentran diversas campañas de salud con diferentes objetivos.

El trabajo tuvo como objetivo identificar las principales redes de apoyo de 4 adolescentes que estudian en una Secundaria Pública, a través de la entrevista que se les realizó se identificó que su principal red de apoyo en la familia es su madre, en las redes de apoyo escolares se encontró que los adolescentes no se sienten seguros dentro de la escuela ya que consideran que no cuentan con su apoyo si se les presenta algún problema. En las redes de apoyo de la comunidad 3 de los adolescentes anteriormente ya habían estado en terapia psicológica, comentaron que les agrado sentirse escuchados y también el poder confiar realmente en alguien, sin embargo, al inicio de la entrevista los estudiantes no tenían bien definido lo que era una red de apoyo, esto podría considerarse como un problema, ya que entonces no se le está dando la importancia que requieren a las redes de apoyo.

Con respecto a las limitaciones se encuentra el haber sido una muestra muy pequeña, ya que sólo se contó con la participación de 4 estudiantes, por lo que para futuras investigaciones relacionadas con las redes de apoyo se recomienda trabajar con una muestra más grande, así como también profundizar más en el tema, indagar respecto a por qué los adolescentes no confían en sus padres, maestros y amigos.

Como propuesta de intervención se recomienda realizar talleres o programas para que los adolescentes puedan conocer el significado, el objetivo y la importancia de las redes de apoyo, así como también puedan identificarlas. Es importante trabajar con respecto a la confianza, que los adolescentes trabajen en conjunto con sus padres, maestros y amigos para generar este ambiente de confianza, tema que desde pequeños se inculca el no confiar en nadie porque te pueden traicionar o porque lo que tú le estés confiando a esa persona lo pueda divulgar con los demás.

Cuando los adolescentes tienen identificadas sus redes de apoyo, se podrán prevenir embarazos no deseados, el acoso escolar, el bullying y el consumo de sustancias dañinas. Las redes de apoyo son un tema poco conocido al cual se le tendría que dar mayor interés en una población tan vulnerable como son los adolescentes.

*Agradecimientos:* este proyecto se lo dedico a mis *padres*, por todo su amor y apoyo a lo largo de mi trayectoria escolar, a mi *hermana* por acompañarme en cada momento de mi vida, a mis *abuelitas* por ser una parte esencial para mí, a mi tío *Alfonso* quien ha sido un segundo papá, a todos mis *familiares* y *amigos* por cada palabra de motivación, a mis *profesores* por ser una guía y una inspiración de lo que algún día espero lograr ser, una buena psicóloga, así como ellos, y sobre todo agradecer a mis *abuelitos*, mi *padrino* y mi tío *Ángel* por cada consejo, por todo su apoyo mientras estuvieron conmigo y por siempre motivarme a nunca rendirme, hoy este logro se los debo a cada uno de ustedes. Con amor Jacki.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Argaez, S.G. Echeverria, R., Evia, N. M. y Carrillo, C. D. (2018). Prevención de Factores de Riesgo en Adolescentes: intervención para Padres y Madres. *Psicología Escolar y Educativa*, 22(2). Pp. 259-269.
- Camara, M., Bacigalupe, G. y Padilla, P. (2017). The role of social support in adolescents: are you helping me or stressing me out? *International Journal of Adolescence and Youth*, 22(2). Pp. 123-136.
- Campos, G., Goig, R. y Cuenca, E. (2020). La importancia de la red de apoyo social para la emancipación de jóvenes en acogimiento residencial. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 18(1). Pp. 27-54.
- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista Chilena de Pediatría*, 86(6). Pp. 436-443.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. P. (2014). Capítulo 12. El inicio del proceso cualitativo: planteamiento del problema, revisión de la literatura, surgimiento de las hipótesis e inmersión en el campo. *Metodología de la Investigación*. McGraw-Hill interamericana. Pp. 358.
- Hombrados, M. I., Gómez, L., Domínguez, J. M., García, P. y Castro, M. (2012). Types of social support provided by parents, teachers, and classmates during adolescence. *Journal of community psychology*, 40(6). Pp. 645-664.
- Lavatelli, L., Aisenson, G. y De Marco, M. (2014). La importancia de las redes y apoyos como recursos en la construcción de trayectorias de jóvenes vulnerables. *Anuario de Investigaciones*, 21(1). Pp. 93-103.
- Orcasita, L. T. y Uribe, A. F. (2010). La importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes. *Psicología: avances de la disciplina*, 4(2). Pp. 69-82.
- Páramo, M. (2011). Factores de Riesgo y Factores de Protección en la Adolescencia: análisis de Contenido a través de Grupos de Discusión. *Terapia psicológica*, 29(1). Pp. 85-95.
- Paredes, A., Vitaliti, J. M., Aguirre, J., Strafile, S. y Jara, C. (2015). Tipos de apoyo y la digitalización de las redes personales. El uso de Facebook de adolescentes urbanos de Mendoza (Argentina). *Revista hispana para el análisis de redes sociales*, 26(1). Pp. 97-123.
- Robles, B. (2011). La entrevista en profundidad: una técnica útil dentro del campo antropológico. *Cuicuilco*, 18(52). Pp. 39-49.

- Rodríguez, M. D. (2015). Redes familiares, estrategias de resiliencia e intervenciones colaborativas en trabajo social comunitario. *Familia*, 51(1). Pp. 31-42.
- Rojas, M. L. y Arminta, Y. V. (2020). *Apoyo social en adolescentes institucionalizados de un centro de internado privado de Lima Metropolitana* [tesis de licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola]. <https://repositorio.usil.edu.pe/bitstreams/e3f3c3a1-e31e-44ca-ac82-46d7fb5023d8/download>
- Rosabal, E., Romero, N., Gaquín, K. y Hernández, R. A. (2015). Conductas de riesgo en los adolescentes, *Revista Cubana de Medicina Militar*, 44(2). Pp. 218-229.
- Seoane, A. (2015). Adolescencia y conductas de riesgo. Pp. 1-32.
- Taguenca, J. A. y Vega, M. R. (2012). Técnicas de investigación social. La entrevista abierta y semidirecta. *Revista de investigación en ciencias sociales y humanidades. Nueva época*, 1(1). Pp. 58-94.
- Uribe, A. F., Orcasita, L. T. y Gómez, E. A. (2012). Bullying, redes de apoyo social y funcionamiento familiar en adolescentes de una institución educativa de Santander, Colombia. *Psicología. Avances de la disciplina*, 6(2). Pp. 83-99.

## Anexo 1.

### Consentimiento informado

Tlalnepantla, Estado de México 2022.

Por medio de la presente, yo \_\_\_\_\_, autorizo que mi hija/o \_\_\_\_\_, reciba el servicio de psicología por parte de la psicóloga \_\_\_\_\_, en la secundaria \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_

Firma del padre/madre/tutor

\_\_\_\_\_

Firma de la Psicóloga en Servicio

## **Anexo 2.**

### **Cuestionarios**

Nombre:

Edad:

Género:

Discapacidad:

Lugar de nacimiento:

#### ***Cuestionario red de apoyo familiar***

1. ¿Con quién vives?
2. ¿Tienes hermanos?
3. ¿Con quién te llevas mejor? ¿Tu mamá o tu papá?
4. ¿Con qué frecuencia ves a esta persona?
5. ¿Con qué hermano te llevas mejor?
6. ¿Con qué frecuencia ves a esta persona?
7. En tu casa cuando tienes algún problema o se presenta una situación difícil, ¿A quién acudes para resolverlo?
8. ¿Recibe visitas de otros familiares?
9. ¿Recibes ayuda en asuntos relacionados con tu casa de esos familiares?
10. Cuando consigues o cumples un logro, ¿A quién se lo cuentas?
11. ¿Puedes hablar con alguien de tus problemas personales?
12. ¿Recibes invitaciones de tus familiares para distraerte de tus problemas?
13. ¿Cuentas con el apoyo de tus padres para resolver un problema?
14. ¿Con quién puedes compartir tus penas y logros?
15. ¿Cuentas con alguien en tu familia a la que puedes contar tu vida, sin miedo a que te juzgue?

### ***Cuestionario red de apoyo escolar***

16. En el ámbito escolar cuando tienes algún problema o se presenta una situación difícil, ¿A quién acudes para resolverlo?
17. ¿Por qué acudes con esta persona cuando se presenta el problema?
18. ¿Cuentas con el apoyo de tus profesores cuando se presenta un problema?
19. ¿Cuándo algún compañero te está molestando acudes con tus profesores?
20. Si te sientes triste en la escuela, ¿Con quién acudes para animarte?
21. ¿Recibes ayuda en asuntos relacionados con tu casa de tus profesores?
22. ¿Cuentas con algún profesor al que le puedas contar tus penas o logros?
23. Cuando se te dificulta una tarea o un tema de la escuela, ¿Acudes con tus profesores para aclarar dudas?
24. Si tienes dudas en clase, ¿te sientes con la suficiente confianza para preguntarles a tus profesores sobre esa duda?
25. ¿Tienes una buena relación con tus compañeros de clase?
26. Si un profesor te está acosando, o intenta hacer algo en contra de tu voluntad, ¿A quién se lo contarías?
27. Cuando un compañero de clase intenta hacerte algún daño físico o intenta hacer algo en contra de tu voluntad, ¿A quién acudes para contárselo?
28. ¿Cuentas con el apoyo de otras personas (como son directores, consejeros, perfectos, etc.) cuando se presenta alguna problemática?
29. Si ves que tus compañeros de clase están en una pelea, ¿Qué haces ante dicha situación?
30. ¿Te sientes seguro en tu escuela?

### ***Cuestionario red de apoyo comunitaria***

31. En tu comunidad ¿Cuentas con algún tipo de seguridad?
32. ¿Con quién acudes cuando estás fuera de casa y te sientes en peligro?
33. Dentro de las redes de apoyo comunitarias, se encuentran el uso de las redes sociales, ¿con que frecuencia utilizas estas redes sociales?
34. ¿Utilizas estas redes sociales para buscar ayuda?

35. ¿Recibes algún consejo de tus amigos, vecinos, familiares, por medio de tus redes sociales?
36. ¿Te sientes más cómodo contando un problema por medio de tus redes sociales o en persona?
37. Si publicas un logro que obtuviste, ¿Quiénes suelen contestar esta publicación?
38. Si publicas que te sientes triste, enojado, frustrado, etc. ¿Quiénes responderán a esta publicación?
39. ¿Sientes el apoyo de tus amigos, vecinos, etc., por medio de tus redes sociales?
40. Cuando tienes dudas relacionadas a tu salud física o mental, ¿A quién acudes para resolver dichas dudas?
41. ¿Alguna vez has visitado al médico para resolver alguna duda respecto a tu salud o algo relacionado?
42. ¿Alguna vez has visitado al psicólogo? ¿Por qué lo hiciste?
43. ¿Te llevas bien con tus vecinos?
44. Si se presenta una situación de riesgo en tu casa (incendio, robos, temblores, etc.) y no hay nadie, ¿Acudes con algún vecino para que te auxilie?
45. ¿Qué tan seguro consideras el lugar en donde vives?