



## **EL DESEMPLEO Y SUS CONSECUENCIAS EN LA SALUD MENTAL**

Juan Pablo León Silva ID: 586805

Milton Jesús Alexis Rincón Ibarra ID: 636137

Psicología, Facultad de Ciencias Sociales,

Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Diplomado en Psicología Clínica

Heidy Rocío Zambrano

Marzo 28, 2022

# **EL DESEMPLEO Y SUS CONSECUENCIAS EN LA SALUD MENTAL**

Juan Pablo León Silva ID: 586805

Milton Jesús Alexis Rincón Ibarra ID: 636137

Monografía de compilatoria presentada como requisito para optar al título de  
Psicólogo

Psicología, Facultad de Ciencias Sociales,  
Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Diplomado en Psicología Clínica

Heidy Rocío Zambrano

Marzo 28, 2022

## **Página Dedicatoria**

Agradezco a Dios y a la Virgen por proveerme de coraje, sensatez y sabiduría, para superar cada uno de los obstáculos que fueron surgiendo en el camino y así lograr culminar con éxito mis estudios de pregrado como Psicólogo, así mismo doy gracias por haberme otorgado una familia maravillosa, quienes han creído en mí siempre, dándome ejemplo de superación, humildad y sacrificio, enseñándome a valorar todo lo que tengo y lo que soy. El apoyo de mi familia ha sido incondicional en este proceso y por ende vivo agradecido y bendecido por el amor que me han brindado día tras día. De igual forma agradecer a la Uniminuto por las oportunidades que ofrecen, a los profesores por transmitirme sus conocimientos, animarme y motivarme, gracias por hacer parte de mi proceso de formación. Dedicado a mi familia, mi esposa e hijos.

***Juan Pablo León Silva***

Solo me queda dar gracias principalmente a Dios por haberme acompañado y guiado para culminar satisfactoriamente mis estudios de pregrado, a mi familia por apoyarme y entenderme incondicionalmente en los días que no he podido dar mi 100% como hijo. Seguidamente agradecer a Uniminuto y en especial a cada uno de los profesores por ser un gran apoyo profesional, motivacional e incondicional para seguir creciendo profesionalmente. A mis compañeros por ayudarme a ser cada día mejor persona, por mostrarme su mejor versión, por este proceso maravilloso donde aprendimos de cada uno a nivel personal y profesional; y por último reconocer la labor de mis compañeros de formación, que, a lo largo de este año, se han esforzado por dar lo mejor de sí mismos desde sus experiencias personales y profesionales. Dedicado a toda mi familia.

***Milton Jesús Alexis Rincón Ibarra***

## **Resumen**

La reciente crisis económica que vivieron muchos países frente a la situación de pandemia por el COVID-19 ha traído consigo grandes retos sobre todo en relación a la salud mental de la población. El desempleo considerado como un fenómeno social, se tornó una situación difícil para todos los gobiernos a nivel mundial pero también para los individuos y sus familias, ya que, se dejaron de obtener los ingresos que se obtenían para satisfacer las necesidades básicas individuales y familiares. Por tanto, el foco de atención de esta monografía compilatoria se dirige hacia las consecuencias que traer consigo el desempleo, pero a nivel psicológico, buscando conocer las repercusiones que tiene la pérdida del empleo para la salud del individuo buscando estudiarlo de forma integral al ser un ser biopsicosocial. Para ello, se realiza una investigación documental interpretando diversas fuentes bibliográficas entre las que se seleccionaron: artículos, investigaciones, proyectos de grado y libros electrónicos, los cuales proporcionaron información relevante acerca del desempleo y la salud mental.

**Palabras Clave:** Desempleo, Salud mental, Psicología, Colombia.

## **Abstract**

The recent economic crisis that many countries experienced in the face of the COVID-19 pandemic situation has brought with it great challenges, especially in relation to the mental health of the population. Unemployment considered as a social phenomenon, became a difficult situation for all governments worldwide but also for individuals and their families, since they stopped obtaining the income that was obtained to satisfy basic individual and family needs. Therefore, the focus of attention of this compilation monograph is directed towards the consequences that unemployment brings, but at a psychological level, seeking to know the repercussions that the loss of employment has for the health of the individual, seeking to study it in an integral way, being a be

biopsychosocial. For this, a documentary research is carried out interpreting various bibliographic sources among which are selected: articles, research, degree projects and electronic books, which provide relevant information about unemployment and mental health.

**Keywords:** Unemployment, Mental health, Psychology, Colombia.

## **Tabla de Contenido**

Introducción	9
Desarrollo del tema	10
Características del área de la disciplina que se abordó: Aportaciones	10
Problemas que se abordan	12
Fundamento teórico	14
Desempleo	14
Modelos teóricos del desempleo	15
Fases psicológicas del desempleo	18
Salud mental	20
Impacto psicosocial del desempleo	21
Procedimiento y descripción de las actividades realizadas	24
Interpretación de la información	26
Resultados	39
Conclusiones	44
Recomendaciones	45
Referencias bibliográficas	46

### **Lista de Tablas**

Tabla 1. Información compilada de base de datos.	26
Tabla 2. Categorías de análisis	39

## **Lista de Figuras**

- Figura 1. Diagrama de Ishikawa representando la problemática y sus diferentes categorías. 43

## **Introducción**

El desempleo es un fenómeno social percibido hoy en día como una de las mayores problemáticas a nivel mundial, ya que tiende a impactar la economía afectando de este modo a muchas familias y sumiéndolas a una situación de pobreza y desesperanza por no contar con los recursos necesarios para suplir sus necesidades básicas. Se puede considerar el desempleo como uno de los mayores problemas sociales y económicos a los que se enfrenta hoy en día la sociedad, sobre todo después de la situación de pandemia por COVID-19 que trajo consigo distintos retos a los que tuvieron que dar frente los diferentes gobiernos que se vieron sumergidos en una crisis económica causada por el confinamiento al que se vieron expuestos impidiendo la posibilidad de cumplir con las actividades laborales fuera de casa.

Las diferentes investigaciones que se han realizado con relación al desempleo, han brindado mayor relevancia al impacto que genera tanto para la economía como para la sociedad, pero, no han prestado la atención necesaria a las consecuencias que este fenómeno genera en la salud mental de la población. Por tanto, en esta monografía compilatoria se buscan conocer cuáles son aquellas consecuencias que genera la situación de desempleo en la salud mental de la población, basándonos en revisión bibliográfica que nos proporcione información científica y pertinente acerca del desempleo, los distintos modelos teóricos que lo describen, las fases psicológicas del desempleo que se relacionan con el proceso de duelo, así como el impacto psicosocial que genera a nivel psicológico, social y patológico, evidenciándose la relación que se presenta con sentimientos de inseguridad, ansiedad, estrés e incertidumbre.

## **Desarrollo del Tema**

### **Características del área de la disciplina que se abordó: Aportaciones**

La presente monografía acerca del desempleo y las consecuencias que genera en la salud mental responden a un Diplomado en Psicología Clínica, si bien es cierto cuando se presenta este fenómeno del desempleo acompañado de consecuencias graves para la salud mental, puede llegar a una consulta clínica en presencia de alguna patología, sin embargo, se considera según la revisión bibliográfica que este abordaje teórico hace parte de la Psicología de la Salud.

Antes de abordar el concepto y campo de estudio de la psicología de salud, se considera relevante realizar una breve descripción de sus inicios, para ello se resaltan los aportes realizados por el psicólogo estadounidense Joseph D. Matarazzo a quien se le atribuye gran parte del trabajo que dio inicio a la Psicología de la Salud, realizando contribuciones educativas, científicas y profesionales de la psicología para la promoción y el mantenimiento de la salud, la prevención y el tratamiento de enfermedades y la identificación de la correlación entre las etologías y los diagnósticos de salud y enfermedades.

Más adelante, Millon (1982) manifiesta que la psicología de la salud se relaciona con la aplicación de los conocimientos y métodos psicológicos para la promoción y el mantenimiento de la salud tanto física como mental de las personas, así como la prevención, evaluación y tratamiento de los problemas físicos y mentales que ayuden a la disminución de las patologías.

Por otro lado, la psicología de la salud puede ser considerada como un área que tiene su origen en la terapia conductual donde se han realizado distintos estudios con relación a la conducta, a la enfermedad y a su prevención a través de cambios conductuales; es por esto que, se considera relevante la identificación de conductas que disminuyan el riesgo de la enfermedad y favorezcan la salud.

Ahora bien, teniendo en cuenta las descripciones acerca de la psicología de la salud que hacen los autores referenciados anteriormente, comprendemos que esta se rama de la psicología, se encarga tanto el estudio de la salud como de la enfermedad que busca entender y explicar la conducta de salud y su relación con la enfermedad para llevar a cabo intervenciones efectivas con el fin de disminuir las consecuencias físicas y emocionales de los comportamientos de riesgo y la enfermedad a través de la promoción y prevención de la enfermedad y el mantenimiento de la salud. También es importante tener en cuenta que desde esta área de la psicología se busca abordar a la persona como un ser biopsicosocial que integra factores biológicos, psicológicos y sociales (Morrison y Bennett, 2008).

## **Problemas que se abordan**

El desempleo es un fenómeno social percibido hoy en día como una de las mayores problemáticas a nivel mundial, ya que tiende a impactar la economía afectando de este modo a muchas familias y sumiéndolas a una situación de pobreza y desesperanza por no contar con los recursos necesarios para suplir sus necesidades básicas.

La Organización Internacional del Trabajo (OIT), siendo el organismo que se hace cargo de los asuntos relacionados con el trabajo, manifiesta en un informe realizado en el año 2020, que la Latinoamérica y el Caribe atravesaron una crisis a nivel económico y social que afectó a millones de personas sobre todo en la situación de pandemia por el COVID-19 que ocasionó que muchos países adoptaran un conjunto de medidas para reducir la posibilidad de contagio en la población, motivo por el que precisaron restricciones de movilidad, distanciamiento social, suspensión de actividades económicas e incluso cierre de muchos pasos fronterizos (OIT, 2020).

Ahora bien, en Colombia el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE) en su informe más reciente del mercado laboral emitido en enero de 2022, muestra que la tasa de desempleo del país alcanzó el 14,6%, representando a tres millones quinientos cincuenta y dos mil habitantes y ubicando entre las ciudades con la tasa de desempleo más alta a Quibdó, Valledupar, Tunja, Riohacha y Popayán, esta cifra representa una disminución del 2,9% con respecto al mes de enero del año 2021 (17,5%) con un total de 4 millones sesenta y cinco mil personas desempleadas, sin embargo, en diciembre del 2019 la cifra de desempleo llegaba al 11%, lo cual demuestra un aumento significativo desde finales de 2019 hasta la actualidad (DANE, 2022).

Oñate (2017) resalta entre las causas que se derivan del desempleo se encuentran el cierre de distintas empresas o industrias sobre todo evidenciado en época de Pandemia por COVID-19,

otras de las causas son la crisis en el aumento de la migración, resaltando que Colombia ha sido una de las naciones que más inmigrantes venezolanos ha recibido debido a su frontera con este país.

Es importante resaltar que el ser humano es un ser biopsicosocial, por tanto, para conocer de forma global este fenómeno, se debe tener en cuenta que no todo lo relacionado al desempleo conlleva solo consecuencias desde el punto de vista económico, también se deben analizar aquellas que se presentan a nivel social, cultural o psicológico y que pueden llegar incluso a afectar en gran medida al ser humano.

Con base a lo anterior, los factores psicosociales abordan al ser humano interdisciplinariamente en aspectos fisiológicos, psicológicos y patológicos donde se ha encontrado un aumento significativo en la demanda de los empleados hacia la asistencia médica con niveles altos de estrés y ansiedad, personas que tienden a aislarse socialmente, a tornarse más violentos o tomar la decisión de emigrar en busca de mejores oportunidades, finalmente, desde el punto de vista de lo patológico se pueden desarrollar trastornos depresivos o incluso llegar hasta el suicidio por causa del desempleo (Aguado, 2020).

Por otra parte, García (2019) valora el empleo como una oportunidad que tiene la persona para conocerse a sí mismo, desarrollar sus habilidades y capacidades personales permitiéndole sentirse útil tanto en su familia como en la sociedad en la que se desenvuelve, la confianza y capacidad de resolver distintas problemáticas a las que se debe enfrentar en el ámbito laboral. Por el contrario, una persona desempleada suele experimentar sentimientos de culpa, fracaso e incapacidad para lograr conseguir un empleo, generando así preocupación y sentimiento de inutilidad que desencadenan efectos negativos en su salud mental.

Por tanto, se considera necesario y pertinente abordar este fenómeno social que afecta de forma significativa la salud mental de los habitantes, llegando inclusive a ser la causa de distintos problemas que se presentan a nivel familiar. Con esta monografía de compilación se busca conocer más a fondo la problemática relacionada con las consecuencias de mayor prevalencia en la salud mental de los individuos que han estado o se encuentran desempleadas actualmente.

### **Fundamento teórico**

Con base a los problemas descritos que se abordan en esta monografía, a continuación, se desarrolla el fundamento teórico que permitirá la comprensión, el conocimiento y análisis de los conceptos que se relacionan con el desempleo y su efecto en la salud mental de la población. Inicialmente se aborda el concepto de desempleo seguido de la definición de salud mental y las consecuencias que giran en torno a este fenómeno.

### ***Desempleo***

Para Gleiberman, citado por Aguilar (2021) el desempleo es entendido como aquella situación en la que una persona se encuentra sin trabajo o no cuenta con un empleo pese a que cuenta con toda la voluntad para iniciar a laborar llevando a una situación de paro forzoso que provoca problemas económicos. Asimismo, la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2014) lo explica como la situación que se presenta cuando existe una mayor demanda a la cantidad de empleos de los que se disponen actualmente.

En un ensayo publicado por la Social Research de Pugliese (1986) y citado por Lozano et al (2020) se define el desempleo desde dos características principales como lo son: a. Aquella persona que ha trabajado, pero perdió su empleo y aún no lo consigue., b. Las personas que nunca han trabajado y están en busca de oportunidades laborales, como es el caso que se presenta

con frecuencia en los jóvenes profesionales que salen al campo laboral sin experiencia profesional.

Por su parte, también se diferencian dos tipos de desempleo: a. Desempleo abierto: integra a todas aquellas personas que perdieron su trabajo, pero realizan las gestiones necesarias para conseguir otro empleo o iniciar un negocio por su propia cuenta., b. Desempleo oculto: son aquellas personas que llevan un gran tiempo desempleados y no generan algún tipo de alternativas tanto para la búsqueda de empleo, así como para establecer un emprendimiento según lo expuesto por el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC, 2020).

Ahora bien, Pacheco y Sairitupac (2019) mencionan que cuando se habla de desempleo también se tiene en cuenta que este fenómeno social tiende a afectar a un grupo de población más que a otros, dejándoles en una situación de desventaja al momento de buscar trabajo, entre ellos se encuentran: a. Las mujeres, con mayor vulnerabilidad son aquellas que tienen hijos o piensan en tenerlos., b. Adultos mayores de 45 años, quizás debido a la falta de formación actualizada, entornos laborales más competitivos o mayor exigencia de remuneración teniendo en cuenta su experiencia laboral., c. Personas con pocos estudios o preparación profesional, aquí se incluyen los jóvenes que por falta de experiencia profesional llegan a ser excluidos y se les impide o dificulta ingresar al mundo laboral.

**Modelos Teóricos del Desempleo.** Si bien es cierto, se ha determinado que el desempleo tiene algunos efectos negativos en la población que da frente a esta situación, para comprender y ahondar un poco más en la temática, se presentan a continuación unos modelos teóricos desarrollados para explicar la relación existente entre el desempleo y los efectos negativos que causa.

**Modelo de privación económica.** Este modelo ha sido utilizado en los estudios históricos relacionados con la guerra y posguerra y explica que el empleo ha sido considerado como una forma de obtener remuneración económica o ingresos que permiten que el individuo obtenga los recursos necesarios. Por tanto, al disminuir el dinero de la persona desempleada se afectará directamente su salud física al no contar con los recursos necesarios para suplir sus necesidades (Vigderhous y Fishman, 1978, Janlert y Hammarstrom, 2009 citados por Pacheco y Sairitupac, 2019).

**Modelo de control.** Este modelo explica la importancia que tiene la sensación de control en la capacidad de afrontar el desempleo y la toma de decisiones, ya que, a mayor falta de control, mayor será el efecto negativo que este cause en la persona y en su forma de afrontar la búsqueda de trabajo o generar opciones alternativas para la obtención de ingresos (Karasek y Theorell, 1990, Janlert y Hammarstrom, 2009 citados por Pacheco y Sairitupac, 2019).

**Modelo del estrés.** Este modelo define el estrés como un estímulo que tiende a desorganizar al individuo exigiéndole una demanda excesiva ante una situación estresante, que en este caso sería la pérdida del empleo. La clave está en identificar o conocer las experiencias subjetivas y percepción que tiene la persona desempleada sobre su situación actual para así analizar los posibles efectos que estos causen a su salud física y/o mental (Selye, 1978, Janlert y Hammarstrom, 2009 citados por Pacheco y Sairitupac, 2019).

**Modelo de la implicación del trabajo.** Según Zijlmans (2009) citado por Oñate (2017) el trabajo genera satisfacción a nivel personal y en el cubrimiento de las necesidades. Este autor afirma que el modelo se puede explicar desde dos teorías existentes: a. Teoría de la reducción de la inconsistencia psicológica explicando que aquellas personas que pasan de una situación laboral al desempleo, reducen su capacidad tanto cognitiva como emocional para hacer frente a

esta transición., b. Por su parte en la segunda teoría hace referencia al grado de participación que tienen los desempleados en el ámbito laboral, explicando que aquellas personas que llevan más tiempo desempleadas, a la larga prefieren trabajar menos o involucrarse menos en trabajos que requieran de su completa disposición mostrando así una actitud negativa hacia el trabajo o la búsqueda de empleo.

***Modelo del apoyo social.*** Para este modelo, el apoyo social es determinante para aminorar los efectos negativos relacionados con condiciones estresantes causados por la situación de desempleo Según Janlert y Hammarstrom (2009) citados por Pacheco y Sairitupac (2019) el contar con una red de apoyo desde el punto de visto emocional y económico funcionan como un efecto paliativo para la persona desempleada.

***Modelo de las funciones latentes.*** Este ha sido uno de los modelos con mayor importancia en los estudios con relación al empleo y desempleo y fue desarrollado por Jahoda (1982), quien manifiesta que existen cinco funciones que ejerce el empleo en las personas. La primera, hace referencia a la estructura temporal que el empleo exige al trabajador en cuanto a organización de actividades y ritmos de trabajo; la segunda, es que el empleo en sí permite el contacto con otras personas ajenas a la familia, haciendo posible la expansión de contactos sociales y la adquisición de mayor confianza para que el trabajador pueda dar frente a los desafíos que se presentan. Por otro lado, la tercera función permite que los trabajadores se planteen objetivos y metas que propicien la integración y un sentido de colectividad; la cuarta, función explica que el empleo como tal, atribuye un estatus social al trabajador fortaleciendo la formación de su identidad personal; y finalmente, la quinta y última función expone que el empleo tiene un efecto positivo en cuanto a la evitación de la procrastinación.

Al mismo tiempo, Jahoda (1982) expone el modelo de privación latente donde manifiesta que el trabajo genera beneficios manifiestos que están exclusivamente relacionados con el aporte económico, mientras que los latentes se relacionan directamente con la satisfacción de las necesidades psicológicas. Así pues, la privación del empleo supone la pérdida tanto de los beneficios manifiestos como de los latentes, pero son estos últimos los que causan un impacto negativo en la salud mental de la persona.

En definitiva, los modelos teóricos expuestos anteriormente, proporcionan un indicio de aquellos efectos negativos que se presentan en la persona desempleada a nivel personal, social, familiar y/o económico. Ahora bien, al tener claridad acerca del impacto que genera el desempleo, se considera necesario abordar las fases psicológicas que se presentan en las personas que se enfrentan a este fenómeno.

**Fases psicológicas del desempleo.** Antes de conocer las fases psicológicas que integran el desempleo, es importante resaltar que la pérdida del empleo también va acompañada de la pérdida del contacto y vínculo afectivo que se tenía tanto con los compañeros de trabajo como con la situación laboral en sí misma, lo que guarda gran similitud con la elaboración que se produce en los procesos de duelo (Díaz et al 2016). A continuación, se detallan cada una de las fases que experimenta la persona frente a la pérdida del empleo:

***Escepticismo.*** Esta fase describe la sorpresa que experimenta el trabajador frente a la noticia de su despido, es de corta duración y se acompaña de sentimientos de confusión con sensaciones de fracaso e incapacidad de hacer planes a futuro.

***Negación.*** En esta fase la persona desempleada se enfrenta a una sensación de incredulidad y negativa frente a la pérdida de empleo, suele durar algunas semanas y la persona la experimenta como si se encontrara de vacaciones, considerándola como algo temporal.

***Ansiedad.*** En esta fase la persona desempleada se hace consciente de la falta de empleo, ya que, comienza a faltar el dinero para suplir las necesidades básicas, y pese a buscar trabajo, no recibe respuestas favorables. Esta fase se puede presentar durante algunos meses y en ella el individuo experimenta irritabilidad, melancolía, insomnio e incluso puede alterar la tranquilidad en el hogar debido a discusiones frecuentes.

***Identidad como desempleado.*** En esta fase el desempleado se resigna a su situación actual, entregándose al pesimismo, desmotivación y perdiendo la esperanza de encontrar trabajo, todo esto se puede acompañar de cansancio, abuso de sustancias psicoactivas, cambios de humor y deterioro en sus relaciones familiares que puede llegar incluso al divorcio, abuso conyugal o negligencia con los hijos.

Como lo mencionaron los distintos autores que describen las fases psicológicas del desempleo, si bien es cierto, la pérdida de un empleo no se compara con la pérdida de un ser querido, pero estos investigadores han encontrado que la persona recientemente desempleada experimenta el despido como un trauma puntual que les genera una situación de inseguridad y melancolía como lo describe Sigmund Freud en su libro “Duelo y Melancolía” en el año 1915.

Estas fases psicológicas del desempleo asociadas con el duelo también van acompañadas de distintas respuestas a nivel cognitivo como la dificultad para la futura toma de decisiones y resolución de conflictos con respecto a un nuevo empleo, motivacional como la pérdida de voluntad en la búsqueda de un empleo de forma proactiva y emocional debido a perturbación que causa en el equilibrio emocional.

Por lo anteriormente expuesto, se considera necesario estudiar más a fondo los efectos negativos o consecuencias que genera el desempleo en la salud mental de las personas que lo experimentan, es por esto que se describe a continuación, el concepto de salud mental teniendo

en cuenta distintas fuentes y/o autores y se aborda todo lo concerniente al impacto psicosocial causado por este fenómeno.

### ***Salud mental***

Antes de presentar la definición de salud mental según distintas fuentes o autores, es necesario conocer la definición de salud, la cual es definida por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2011 citada por Porras, 2017) como el estado óptimo de bienestar a nivel psicológico, físico y social y no exclusivamente como la ausencia de la enfermedad.

En el mismo orden de ideas, Velásquez (2016) citado por Porras (2017) expresa que la salud mental es el estado de bienestar donde el individuo conoce sus capacidades, afrontando el estrés de la vida diaria, trabajando de forma eficaz y siendo capaz de aportar positivamente a la sociedad.

Por su parte, la Ley 1616 del 2013 sobre la salud mental en Colombia, en su artículo 3 define a la salud mental como:

Un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, para trabajar, para establecer relaciones significativas y para contribuir a la comunidad

Ahora bien, comprendiendo que la salud mental está englobada al individuo de forma integral y le permiten desenvolverse de forma eficaz y aportar positivamente a su entorno, se considera pertinente indagar los efectos negativos o consecuencias que genera en la salud mental el tema del desempleo anteriormente abordado teniendo en cuenta consecuencias psicológicas, sociales y fisiológicas.

**Impacto psicosocial del desempleo.** La situación de desempleo genera en la persona un cambio a nivel social y personal según lo expresado por Sánchez (2017). Es por esto que se considera pertinente abordar el impacto psicosocial que experimentan las personas que han perdido su empleo.

**Consecuencias psicológicas.** Para Espinoza et al (2016) citado por Aguilar (2021), las consecuencias psicológicas hacen referencia a aquellas conductas desadaptativas que pueden afectar el bienestar de la persona y su interacción con el medio. A continuación, se abordan las principales consecuencias que a nivel psicológico se han relacionado con el desempleo.

**Autoconfianza.** La autoconfianza ha sido estudiada por Albert Bandura y es comprendida como las autoevaluaciones que hacen las personas sobre sí mismas y sobre lo que creen son capaces de hacer, siendo determinada o influenciada por experiencias pasadas. Ahora bien, retomando el tema central del desempleo en esta monografía, distintos estudios han documentado que la persona que ha perdido su empleo experimenta sentimientos de inseguridad, culpa, fracaso e inutilidad que impactan directamente en su autoestima y la percepción que tiene sobre sí mismo (Buendía, 2010).

**Estrés.** Neidhardt et al. (1989) citados por Naranjo (2009) definen el estrés como: “Un elevado nivel crónico de agitación mental y tensión corporal, superior al que la capacidad de la persona puede aguantar y que le produce angustia, enfermedades, o una mayor capacidad para superar esas situaciones” (p.17). Por tanto, el estrés incluye un patrón de reacciones emocionales, cognitivas, fisiológicas y comportamentales a distintas situaciones adversas a las que debe hacer frente el individuo a lo largo de su vida, caracterizadas por altos niveles de excitación y una frecuente respuesta de frustración al no lograr afrontarlas a causa del agotamiento que puede presentar el organismo para generar respuestas adaptativas.

***Suicidio.*** García (2019) expone que el suicidio consiste en provocarse la muerte de forma voluntaria. Distintos estudios realizados por Aparicio et al (2016) han afirmado cierta relación significativa entre el suicidio y el desempleo, manifestando que el desempleo lleva a la persona a un estado de estrés, ansiedad y falta de confianza generado por su inestabilidad laboral y dificultad para satisfacer sus necesidades básicas por falta de dinero que puede terminar muchas veces en el suicidio.

***Consecuencias patológicas.*** Para Rodríguez (2018) citado por Aguilar (2021), estas consecuencias hacen referencia a las enfermedades o trastornos que son causados por algún detonante y que afectan a la persona disminuyendo su calidad de vida.

***Depresión.*** Para la Organización Mundial de la Salud (2019) la depresión es entendida como una situación que causa sentimiento de tristeza y pérdida de interés o placer en actividades que anteriormente se disfrutaban. Ha sido el trastorno que se ha presentado con mayor frecuencia en las personas desempleadas generando disminución de la motivación en la persona e inseguridades con respecto a sus capacidades para encontrar un futuro trabajo, afectando de esta manera su estabilidad emocional (Sánchez, 2017).

***Ansiedad.*** El Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5 (2014) describe a la ansiedad como aquella anticipación que hace la persona con respecto a un daño o desgracia futuros, acompañada de un sentimiento de síntomas somáticos como inquietud y tensión. Si bien, es importante comprender que la ansiedad es desencadenada por situaciones concretas, el estrés generalmente es provocado por cambios en la rutina (Carrillo, 2008).

Después de conocer los conceptos de estrés y ansiedad, se debe tener en cuenta que el desempleo es uno de los factores que desencadena mayor riesgo en cuanto al padecimiento de

estrés y/o ansiedad, debido a la incertidumbre que genera el desconocimiento de lo que ocurrirá en el futuro y de no saber durante cuánto tiempo permanecerán desempleados (Rojo et al, 2014).

***Consecuencias sociales.*** Estas consecuencias afectan directamente el área social de la persona producto de alguna situación o circunstancia que esté experimentando, que para este caso sería el desempleo (Muñoz y Vanegas, 2013).

***Aislamiento social.*** Se define como la ausencia de interacción y contacto con otras personas que perjudica su integridad física y mental (Campo y Martínez, 2015). En este aspecto, se destaca el distanciamiento que puede llegar a tener la persona desempleada de sus redes sociales o de apoyo reduciendo sus interacciones sociales, en muchas ocasiones motivado por sentimientos de vergüenza debido a la carencia de recursos económicos (Kieselbach, 2004).

***Conductas violentas.*** La Organización Mundial de la Salud (2002) define la violencia como el uso intencional de la fuerza física en contra de sí mismo o de otras personas o grupos que tiene como consecuencia posibles daños psicológicos, lesiones físicas, abandono, alteraciones del desarrollo e inclusive la muerte. Por su parte, la violencia intrafamiliar hace referencia a aquellos actos violentos que son generadas por personas del núcleo familiar y dirigidas particularmente a los miembros más vulnerables como lo son los niños, mujeres y adultos mayores.

La violencia ha sido uno de los factores más relevantes que se incluyen en el impacto psicosocial por causa del desempleo, se habla de aumento de violencia delictiva en personas con un nivel bajo de grado socioeconómico y escasas oportunidades laborales (Aparicio et al, 2016). De igual manera, estudios realizados por Barrientos et al (2013) han evidenciado que el desempleo puede llegar a desencadenar episodios de violencia en el hogar debido a la falta de ingresos económicos e incapacidad para solventar los gastos diarios.

*Consecuencias fisiológicas.* Finalizando este apartado del impacto psicosocial del desempleo, se encuentran las consecuencias fisiológicas que afectan en gran medida la parte cognitiva y comportamental de las personas, llegando a producir distintas patologías en caso de que no sean abordadas a tiempo (Ávila, 2014).

*Somatización.* El Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5 (2014) define la somatización como "un patrón crónico de conducta de enfermedad, con un estilo de vida caracterizado por numerosas consultas médicas y dificultades sociales secundarias". Cabe resaltar que estos síntomas corporales no tienen alguna causa orgánica que haya sido documentada y que cuando la situación de desempleo se extiende durante largos períodos de tiempo, se pueden presentar algunos síntomas como cefaleas, pérdida del apetito, mareos, problemas gastrointestinales, entre otros.

*Atención y asistencia médica.* Según estudios realizados por Chávez (2014), el desempleo puede llegar a provocar en la persona la presencia de sintomatología somática haciendo más frecuente su asistencia en servicios médicos debido a que se aumenta la probabilidad de padecer alguna enfermedad gastrointestinal, cardiovascular, diabetes, entre otras por causa del sedentarismo o enfermedades asociadas al estrés.

## **Procedimiento y descripción de las actividades realizadas**

Para la presente monografía se adopta un enfoque cualitativo con diseño bibliográfico de tipo documental y descriptiva (Álvarez et al, 2015; Suárez et al,2016), esta es considerada como la búsqueda sistemática de material acerca de un trabajo o tema determinado (Martín y Lafuente, 2017). Este tipo de investigación busca recolectar, registrar, analizar e interpretar la información obtenida de diversas fuentes con el propósito de ampliar el conocimiento que se tiene con base al

objeto de estudio de forma veraz y objetiva (Corona, 2016; Ortiz, 2015). Con respecto al diseño bibliográfico se busca obtener información histórica y actualizada desde distintas fuentes a través de un proceso sistemático que proporcione una visión general y posibilite la obtención de nuevos conocimientos (Salgado, 2018).

Por su parte, la muestra seleccionada será no probabilística de tipo teórica o conceptual (Hernández et al, 2014), integrada por cincuenta artículos de investigación en idiomas español, rastreados desde el año 2016 hasta la fecha en diferentes fuentes de información científica, que fueron posteriormente sistematizados y analizados teniendo en cuenta su contenido relacionado con el tema de estudio de esta monografía.

Con respecto a los criterios de inclusión que se tuvieron en cuenta para la selección de la información, es que esta fuera reflejada en documentos de investigación como artículos científicos o trabajos de grado entre el período 2016 – 2022, también debían pertenecer a bases de datos reconocidas tanto en el contexto internacional como nacional y que las variables que se abordan en esas investigaciones sean similares a esta investigación. Por otro lado, para los criterios de exclusión, no se tuvieron en cuenta aquellos estudios anteriores al año 2016 ni aquellos que no tuvieran una relación directa con el tema de investigación.

Finalmente, para la búsqueda de la información en la web se examinaron los descriptores de Salud Mental, para palabras clave “Consecuencias” y “Desempleo” y “Salud Mental”. Estos descriptores se conjugaron en ecuaciones de búsqueda con la utilización del operador booleano AND, con su equivalente en español. Para ello, se consultaron diferentes bases de datos disponibles en el sistema de bibliotecas de la Corporación Universitaria Minutos de Dios como, Proquest, Dialnet, Ebscohost, ScienceDirect y Google académico.

## Interpretación de la información

**Tabla 1.**

*Información compilada de base de datos*

<b>Categorías de análisis</b>	<b>Título</b>	<b>Autores</b>	<b>Año</b>	<b>Hallazgos</b>
Salud mental	El impacto de la Gran Recesión en la salud mental en España.	Oliva, J., González, B., Barber, P., Peña, L., Urbanos, R., y Zozaya, N. (2020).	2020	Consideran necesario estudiar cada uno de los aspectos que se involucran en ámbitos económicos y sociales para conocer la afectación que genera en la salud mental de la población.
Salud mental	Los retos actuales de la salud mental desde la Salud Pública y la Administración Sanitaria.	Mar, J., García, M., Cabasésb, J., Puig, V., y Alonso, J. (2020).	2020	Se analizan distintas situaciones que se relacionan con la salud mental y los trastornos mentales, y es justamente el impacto que genera la gran recesión, la desigualdad de género, procesos de socialización y políticas públicas.
Salud mental	Salud mental en Colombia. Un análisis crítico.	Rojas, L., Castaño, G., Restrepo, D. (2018).	2018	Actualmente la normatividad en relación con la salud mental en Colombia, no cumple con los objetivos necesarios que permitan una atención en salud mental integral de forma eficiente.
Salud mental	Efectos de la pandemia por COVID-19	Ruiz, C., Gómez, J. (2021).	2021	Se encuentra que los entornos laborales tienen una alta repercusión en la salud mental de los trabajadores, sobre todos

	en la salud mental de la población trabajadora			aqueellos que se tornan sobre exigentes.
Salud mental	Sintomatología de ansiedad y depresión en población en contextos de pobreza en el sureste mexicano.	Castillo, M., Carrillo, C., Concepción, T., y Barrera, M. (2019)	2019	Se determina que aquellas personas que viven en situación de pobreza, tienen mayor posibilidad de desarrollar síntomas relacionados con la ansiedad y la depresión.
Salud mental	Intervención cognitivo-conductual para disminuir la sintomatología depresiva y aumentar el bienestar psicológico en desempleados.	Alfaro, H. (2019).	2019	Se encuentran resultados positivos en aquellas personas desempleadas que han iniciado un proceso de intervención cognitivo conductual para aumentar su bienestar psicológico.
Salud mental	Bienestar subjetivo, bienestar psicológico y significación vital en personas en situación de desempleo	Martín, V. (2016).	2016	Han encontrado que a pesar de que la condición de desempleo afecta intensamente al individuo, cuando este ya se adapta a ella, tiende a buscar otras formas de generar bienestar psicológico.

Salud mental	Análisis de la relación entre la salud mental y el malestar humano en el trabajo.	Porras, N. (2017).	2017	Sugieren que las personas en condición de pobreza, se encuentran en un escenario donde se les hace incapaz suplir sus necesidades básicas, generando así afectación en su salud mental.
Salud mental	El impacto de la crisis económica en la salud mental de la población.	Moya, J., Catalán, M., Hernández, M., Anguera, M, Fornells, E., y Sató, J. (2016).	2016	Se resalta la importancia de promover grupos de dinamización social en aquellas personas que se han visto afectadas por la crisis económica, buscando la forma de mejorar su condición social y por consiguiente su salud mental.
Salud mental	La Crisis Económica del COVID-19 en el Ecuador: Implicaciones y proyectivas para la salud mental y la seguridad.	Tenorio, M., Veintimilla, D., y, Reyes, M. (2021).	2021	La llegada de la pandemia del COVID-19 trajo consigo afectaciones psicológicas afectando la economía de los hogares y aumentando la tasa de personas desempleadas.
Salud mental	Los problemas en salud mental: Una pandemia anterior al Coronavirus.	Mayorca, P. (2021).	2021	Resaltan que las intervenciones en las que se deben enfocar los gobiernos, son aquellas que se enfoquen en ámbitos comunitarios y sociales, donde se brinde atención al autocuidado, se fortalezcan las habilidades individuales, la inteligencia emocional y estrategias de

				afrentamiento que permitan al individuo estar preparado para afrontar cualquier situación que pueda llegar a afectar su salud mental.
Salud mental	Análisis de las necesidades y uso de servicios de atención en salud mental en Colombia	Zamora, D., Suárez, D., y Bernal, O. (2019).	2019	Encontraron en los resultados de su investigación que, la mayoría de las personas que presentan algún trastorno mental o afectación en su salud mental, no cuentan con los servicios de salud para brindar la atención necesaria.
Salud mental	Desempleo y salud mental en la población de origen hispano en Estados Unidos: un análisis epidemiológico	Caicedo, M., y Gameraen, E. (2016).	2016	Los tiempos de crisis tienden a aumentar la prevalencia de tensión psicológica sobre todos en los desempleados inmigrantes.
Salud mental	Estrategias para disminuir el impacto del desempleo en la salud mental	Rey, L., y Moreno, E. (2017).	2017	Consideran relevante crear alianzas institucionales en las Universidades y las bolsas de empleo para buscar las estrategias necesarias que les permitan disminuir el impacto que genera el desempleo en la salud mental de la población.
Salud mental	Pobreza, desempleo y condiciones	Fernández, R. (2021).	2021	Determinan que las mujeres presentan síntomas ansiosos, depresivos y sentimientos de

	laborales precarias: efectos sobre la salud mental. una visión desde la perspectiva de género.			angustia y frustración frente a una situación de precariedad laboral; por su parte, los hombres presentan síntomas ansiosos y depresivos frente a una situación de desempleo.
Salud mental	Impacto del desempleo en la salud mental en España.	Moreno, G. (2016).	2016	Encontraron una relación significativa entre la situación de desempleo y los trastornos mentales.
Salud mental	Impacto de la crisis económica en la salud mental un análisis entre 2013 y 2019.	Salazar, J., y Jiménez, Y. (2019).	2019	Confirman que las crisis económicas causan efectos negativos sobre la salud mental de las personas, debido a que no pueden lograr satisfacer sus necesidades básicas.
Salud mental	Consecuencias del desempleo en la salud mental de una muestra de jóvenes angoleños.	Tomás, J., Gutiérrez, M., y Fernández, I. (2017).	2017	La resiliencia, el uso de estrategias de afrontamiento positivas y el apoyo social guardan un efecto positivo sobre las posibles consecuencias que se pueden presentar en la salud mental con relación al desempleo.
Salud mental	Salud mental en el trabajo: entre el sufrimiento en el trabajo y la organización saludable	Gómez, M. A. y Calderón, P. (2017).	2017	Colombia cuenta con una legislación que tiene como objetivo la promoción y prevención de la salud y asistencias frente a enfermedades laborales. Sin embargo, considera

				pertinente una mayor sensibilización y capacitación para su cumplimiento.
Salud mental	Pérdida y afrontamiento en Desempleados: adaptación del Inventario Texas revisado de duelo a la situación de pérdida de empleo	Díaz, C., Navarro, A., Climente, J., Ortega, M.; López-López, y Casado, J. (2016).	2016	Se encuentran procesos de duelo más intensos en aquellas personas que han perdido un trabajo en el cual han permanecido durante muchos años, así como en aquellos sobre los que recaen mayores responsabilidades para suplir las necesidades familiares.
Salud mental	Factores de riesgo psicosocial y salud mental del personal de salud en ámbito hospitalario	Tomalá, M. (2021).	2021	Manifiestan que los factores de riesgo psicosociales que incluyen sobrecarga de ritmos laborales, horarios extensos y relaciones conflictivas, juegan un papel importante en la salud mental de los trabajadores.
Salud mental	Pobreza y salud mental en la población adulta de Lima metropolitana: trastornos psiquiátricos y otros problemas de salud mental asociados.	Saavedra, J. (2018).	2018	Las carencias económicas y familiares tienden a limitar la educación y a generar situaciones estresantes entre los miembros de la familia que no permiten un adecuado desenvolvimiento a nivel psicológico, provocando problemas en la salud mental.

Salud mental	Efectos de la crisis económica sobre la salud mental en la Población española.	Marín, A., Gil, L., Román, V. y Farella, L. (2016).	2016	Se encuentra sintomatología depresiva asociada a las crisis económicas. Por tanto, consideran relevante crear programar de prevención que ayuden a mitigar dichos efectos frente a la situación del desempleo.
Salud mental	Situación de salud mental en el área metropolitana del valle de aburra durante el aislamiento preventivo decretado en Colombia por la pandemia del Covid-19: un análisis exploratorio.	Escobar, S. (2020).	2020	Encontraron en las personas en aislamiento, síntomas asociados a la ansiedad, depresión, psicopatía, problemas familiares y asociados al consumo de sustancias psicoactivas.
Salud mental	El impacto de la crisis económica en la salud mental de la población.	Herrero, C. (2017).	2017	Las crisis económicas generan un impacto significativo en la salud mental de la población.
Desempleo	Crisis económica, políticas, desempleo y salud (mental).	Espino, A. (2016)	2016	Se evidencias cuadros de tipo depresivo y ansiedad generalizada en aquellas personas que se encuentran desempleados por un período mayor de seis meses.

Desempleo	Estudios de diario en la investigación sobre emociones, empleo, desempleo y género: estado de la cuestión	Nebot, U., Monteagudo, Y., y Cifre, E. (2017)	2017	Encuentran una relación significativa entre las crisis económicas y los aspectos individuales relacionados con la salud mental.
Desempleo	Efecto del empleo y el desempleo en el estado de ánimo de jóvenes Universitarios recién egresados	Aguado, L. (2020).	2020	En sus resultados encuentran un estado de ánimo positivo en aquellos jóvenes recién egresados que ya cuentan con un empleo que aquellos que no lo tienen. Manifestando que el trabajo les brinda una sensación de bienestar, autonomía, autoestima y estatus social.
Desempleo	Desempleo juvenil en España: situación, consecuencias e impacto sobre la vida laboral de los adultos.	Arrazola, M., Galán, S. y Hevia, J. (2018).	2018	Consideran que cuanto mayor es el tiempo de desempleo de un joven, mayor serán su repercusión en la vida laboral en su edad adulta.
Desempleo	Representaciones sociales de empleo y desempleo de trabajadores de la	Torres, T., Quezada, M., y Herrera, J. (2018).	2018	Se encuentra en los trabajadores de la salud mayor exposición a riesgos psicosociales, así como mayor importancia a la búsqueda de estrategias de afrontamiento

	salud de Bogotá, Colombia y de Morelia, México			frente a una situación de desempleo.
Desempleo	Impacto psicosocial del desempleo en jóvenes de 18 a 28 años.	Aguilar, M., Cauda, J., Mizar, Z., Quiñones, R., y Rivera, M. (2021).	2021	Se observa en los jóvenes una mayor tasa de desempleo debido a la falta de experiencia laboral y en otros casos a falta de influencia social, esto se acompaña de afectaciones psicosociales entre las que se destacan el insomnio y el aislamiento social.
Desempleo	Empleo y desempleo desde la perspectiva del bienestar subjetivo	Ansa, M. (2016).	2016	El contar con un empleo estable, genera en el individuo una satisfacción y bienestar emocional y mental.
Desempleo	Consecuencias del desempleo en el desarrollo humano de las familias del barrio el porvenir del Municipio Manaure Cesar.	Oñate, A. (2017).	2017	El fenómeno social del desempleo trae consigo repercusiones emocionales, físicas, sociales y económicas que afectan la calidad de vida de la población, llegando a generarse exclusión social, comportamientos violentos, inseguridades, conflictos familiares, frustraciones, entre otros.
Desempleo	Desempleo y consecuencias psicológicas en	Pacheco, A., y Sairitupac, J. (2019).	2019	El desempleo genera consecuencias psicológicas en el individuo, evidenciándose la presencia de altos niveles de estrés,

	jóvenes de la ciudad de ICA.			disminución del autoestima y sentimientos de fracaso e inutilidad.
Desempleo	Desempleo y calidad de vida en Pereira, una mirada desde los determinantes sociales de la salud	Bartolo, Y., y Ocampo, D. (2021).	2021	Cuanto menor es la posibilidad de la población para acceder a la educación y a oportunidades laborales, menor será el ingreso económico obtenido y se presentarán más barreras financieras que les impiden mantener un estilo de vida saludable, presentando menor optimismo hacia la vida y pocas estrategias de afrontamiento frente a las dificultades.
Desempleo	Desempleo en tiempos de covid-19: efectos socioeconómicos en el entorno familiar.	Lozano, L., Lozano, S., y Robledo, R. (2020).	2020	La situación de desempleo puede llegar a generar enfermedades mentales asociadas al estrés, la ansiedad y la depresión que repercuten significativamente en el entorno familiar del individuo.
Desempleo	Desempleo y repercusión en la salud mental.	Cerdeña, I. (2016).	2016	Encuentran una relación significativa entre el desempleo y los casos de suicidio.
Desempleo	Tendencias en la investigación psicológica sobre desempleo y salud.	Arévalo, G. (2016).	2016	Consideran el desempleo como un problema de salud pública ya que, afecta a una gran cantidad de personas de un mismo país, generando en ellos problemas para su salud física y/o mental.

Desempleo	Impactos en el mercado de trabajo y los ingresos en América Latina y el Caribe	Organización Internacional del Trabajo (2020).	2020	Se encuentran mayores índices de pobreza y altos niveles de desigualdad en los trabajadores informales que cuentan con menos ingresos.
Desempleo	Panorama Laboral, 2020 América Latina y el Caribe	Organización Internacional del Trabajo (2020).	2020	La situación de pandemia por causa del COVID-19 trajo consigo consecuencias a nivel laboral y por consecuente, en la economía de los distintos países.
Desempleo	Pérdida y afrontamiento en desempleados: adaptación del Inventario Texas revisado de duelo a la situación de pérdida de empleo.	Díaz, C., Navarro, Y., Climent, J., Ortega, E., López, M., y Casado, J. (2016).	2016	En las personas que enfrentan una situación de desempleo, se observa en mayor medida el uso de estrategias de afrontamiento negativas como la negación, auto distracción y desconexión asociadas a la pérdida de esperanza en una búsqueda de empleo.
Desempleo	Conclusiones sobre los efectos psicológicos del desempleo en la juventud	García, Y. (2018).	2018	La pérdida del empleo está asociada a consecuencias psicológicas negativas.
Desempleo	Patrones de respuestas psicológicas en	Torres, M. (2016).	2016	El desempleo afecta de forma negativa, generando mayores niveles de estrés y competitividad entre los individuos.

	Desempleados de la comunidad autónoma de Extremadura.			
Desempleo	Desempleo, juventud y género.	Martí, Y. (2016).	2016	Se encuentran relaciones significativas entre la pérdida del empleo y la salud mental de la población, sobre todo en la juventud se evidencia cierto grado de angustia por la dificultad para obtener su primer empleo.
Desempleo	Depresión en función del desempleo, precariedad y satisfacción laboral en jóvenes.	Sánchez, A. (2016).	2016	Existe relación significativa entre el desempleo y la depresión en población joven.
Desempleo	Trabajo y salud mental de latinoamericanos en Estados Unidos. Más que una paradoja.	Caicedo, M. (2019).	2019	Se evidencia malestar psicológico en la población estudiada, dicho malestar se asocia a factores demográficos, socioeconómicos, condiciones laborales y actitudes relacionadas con la satisfacción hacia el empleo.
Desempleo	Los problemas de pertenencia a la normalidad funcional	Santini, M. (2016).	2016	La reinserción laboral facilita la inclusión y favorece los procesos de integración social.

	(Una mirada a los procesos de inserción social a través del Empleo en el campo de la Salud Mental).		
Desempleo	Desempleo y Bienestar Psicológico en Brasil y España: Un Estudio Comparativo	Estramiana, J., Gondim, S., Luque, A., Luna A., Dessen, M. (2016).	2016 El desempleo se asocia con una disminución en el bienestar psicológico del individuo.
Desempleo	Efectos psicosociales del desempleo.	Aparicio, A., Arreola, A., Cuevas, M., Fernández, S., Hernández, A., & Peschard, J. (2016).	2016 Se considera necesario el diseño de políticas públicas que no tomen solo en cuenta los aspectos económicos sino también aspectos emocionales que se pueden presentar en el individuo frente a este fenómeno social.
Desempleo	Desempleo juvenil: efectos psicosociales y sobre la salud.	Sánchez, J. (2017).	2017 Se encuentran mayores influencias negativas relacionadas con el desempleo en aquellos jóvenes con edades comprendidas entre los 16 y los 30 años.

**Fuente:** Elaboración propia (2022).

## Resultados

**Tabla 2.**

*Categorías de análisis*

<b>Categoría</b>	<b>Concepto</b>	<b>Autores</b>
Salud mental	La salud mental ha sido definida como un estado de óptimo bienestar a nivel psicológico, físico y social donde la persona conoce sus potencialidades y cuenta con la capacidad de afrontar las situaciones de la vida diaria que permitan a la persona desenvolverse positivamente en la comunidad.	(OMS, 2011 citado por Porras, 2017), (Velásquez, 2016), (Ley 1616 del 2013).
Impacto psicosocial del desempleo	La situación de desempleo genera un impacto psicosocial en la persona que lo experimenta, según los distintos autores estos son clasificados en consecuencias psicológicas, patológicas, sociales y fisiológicas. Resaltando entre las consecuencias psicológicas las que generan conductas desadaptativas que provocan malestar en el individuo, entre ellas se encuentran la autoconfianza en la que se experimentan sentimientos de inseguridad que afectan el autoestima, también el estrés acompañado de frustración al que hace frente el individuo frente a la situación de desempleo acompañado de reacciones emocionales, cognitivas, fisiológicas y comportamentales, finalmente el suicidio es otra de las consecuencias psicológicas que se destaca explicando que la situación de desempleo acompañada de estrés, ansiedad, pérdida de	(Sánchez, 2017), (Espinoza et al, 2016 citado por Aguilar, 2021), (Buendía, 2010), (Neidhardt et al, 1989) citados por Naranjo, 2009), (García, 2019), (Aparicio et al, 2016), (Rodríguez, 2018 citado por Aguilar, 2021), (OMS, 2019), (DSM-5, 2014), (Carrillo, 2008), (Rojo et al, 2014), (Muñoz y Vanegas,

---

autoestima e inestabilidad pueden llevar al individuo a tomar la decisión de quitarse la vida.

Por su parte, las consecuencias patológicas son aquellas enfermedades o trastornos causados en este caso por el desempleo y que disminuyen la calidad de vida del individuo, allí se encuentran la depresión y la ansiedad llegando a generar disminución de la motivación e inseguridades y síntomas somáticos que afectan la estabilidad emocional.

También las consecuencias sociales se evidencian ante la vivencia de desempleo, percibiendo conductas violentas, y de aislamiento social ya que, muchas veces la persona desempleada tiende a experimentar sentimientos de vergüenza debido a la carencia de recursos económicos y esto puede desencadenar en aislamiento o respuesta violenta hacia los demás o hacia sí mismo.

Finalmente, entre las consecuencias fisiológicas se destacan la somatización con presencia de síntomas como cefaleas, pérdida de apetito, mareos y problemas gastrointestinales que llevan al individuo a buscar una gran demanda de atención y asistencia médica.

Es importante señalar que, en su mayoría, los estudios e investigaciones realizadas entorno al desempleo, se enfocan en el impacto que dicho fenómeno social causa a nivel social y en la economía de los países, prestando muy poca atención a las repercusiones que puede traer consigo tanto en la salud física como mental de la población.

---

2013), (Campo y Martínez, 2015), (Kieselbach, 2004), (OMS, 2002), (Barrientos et al, 2013), (Chávez, 2014).

---

Comprendiendo que si se comienza a brindar mayor atención a políticas y programas de prevención y promoción de la salud en ambientes laborales y el entrenamiento en estrategias de afrontamiento frente a ese fenómeno social, se podrían evitar muchas de las consecuencias que se describen a nivel psicológico, fisiológico, patológico y social y disminuir así la morbilidad asociada con la situación de desempleo.

---

Desempleo	<p>El desempleo es definido por distintos autores como un fenómeno social en el que la persona se encuentra sin trabajo a pesar de contar con la voluntad para iniciarlo. Destacan un grupo poblacional de riesgo frente al desempleo y son aquellas personas mayores de 45 años, las mujeres con hijos, y los jóvenes sin preparación profesional o con poca experiencia laboral.</p> <p>También, se presentan distintos modelos teóricos que explican la relación existente entre el desempleo y sus efectos negativos, entre los que se encuentran el modelo de privación económica, de control, del estrés, de la implicación del trabajo, del apoyo social y de las funciones latentes.</p> <p>Finalmente, algunos autores manifiestan que la pérdida del empleo generalmente se acompaña de la pérdida del contacto y vínculo afectivo, guardando gran relación con la elaboración que se produce en los procesos de duelo. Entre sus fases se encuentra el escepticismo acompañado de sentimientos de confusión, fracaso e incapacidad de planear a</p>	<p>(Gleiberman, citado por Aguilar, 2021), (OIT, 2014), Social Research de Pugliese 1986 y citado por Lozano et al, 2020), (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos INEC, 2020), (Pacheco y Sairitupac, 2019), (Vigderhous y Fishman, 1978, Janlert y Hammarstrom, 2009 citados por Pacheco y Sairitupac, 2019), (Zijlmans, 2009 citado por Oñate, 2017), (Jahoda, 1982), (Díaz et al, 2015), (Freud, 2015).</p>
-----------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

---

---

futuro, la negación hacia la pérdida, la ansiedad por la falta de dinero para suplir las necesidades básicas y la identidad como desempleado donde el individuo es consciente y acepta la pérdida del empleo, en muchos casos llegándose a evidenciar desmotivación, pérdida de esperanza y cansancio, desencadenando en ocasiones abuso de sustancias psicoactivas, cambios de humor y deterioro en relaciones familiares.

Estas fases de duelo no son reconocidas o evidenciadas en algunos trabajos, sin embargo, los que se enfocan en ellas, mantienen un énfasis en la corriente psicoanalítica para explicar la asociación que tiene el desempleo con el proceso del duelo, ya que el mismo puede ser considerado para el ser humano y su psique, como una pérdida.

---

**Fuente:** Elaboración propia (2022).

A continuación, se presenta el diagrama de Ishikawa en el cual se representa la problemática abordada y las diferentes categorías. Se muestran de forma organizada las consecuencias que genera el desempleo en la salud a nivel fisiológico, psicológico, patológico y social, así como los cuatro modelos explicativos desde los cuales se aborda el fenómeno del desempleo, relacionándolos con las consecuencias que estos reflejan tanto en la salud física como mental del individuo.

**Figura 1.**

*Diagrama de Ishikawa representando la problemática y sus diferentes categorías*



**Fuente:** Elaboración propia (2022).

La tabla de análisis por categorías sobre las cuales se realizó la revisión de los resultados investigativos a partir del año 2015, permitió identificar tres variables fundamentales que se conceptuaron como "Salud mental". "Impacto psicosocial del desempleo" y "desempleo". De ello, se identificaron según los criterios de búsqueda y la clasificación de los mismos, eliminando aquellos documentos que se encontraban duplicados, los que no cumplían con los parámetros de inclusión, quedando seleccionados, finalmente 50 artículos, que constituyeron la unidad muestral.

## Conclusiones

Producto de la información obtenida a través de la organización y sistematización documental, fue posible establecer que, el desempleo trae consigo distintas repercusiones en todas las áreas de la vida del ser humano, si bien es cierto, la mayoría de los estudios encontrados evaluaban el desempleo desde el impacto que genera en las desigualdades, factores sociales, ambientales, económicos y fisiológicos y no prestaban mucha atención al impacto que este fenómeno provoca en la calidad de vida y salud mental de la población.

Por ello, se considera relevante comprender que el desempleo puede considerarse como un problema para el bienestar de la persona ya que afecta una gran cantidad de ámbitos en su vida y que puede llegar a generar problemas de salud, corriendo el riesgo de enfermarse y experimentar síntomas de deterioro tanto en la salud física como mental y conductas desadaptativas que provocan malestar significativo en las áreas en que se desenvuelve el individuo.

Si bien es cierto, el trabajo brinda a la persona la capacidad de estructurar su propio tiempo, mantener relaciones sociales, participar en actividades sociales, realizar actividades regularmente permitiéndole crear un estatus social y una identidad persona. Ahora bien, al perder el empleo, todo esto se ve afectando, observando individuos que comienzan a aislarse socialmente, a presentar conductas violentas acompañadas de la frustración, el estrés y la ansiedad que les genera el no contar con un trabajo estable para poder satisfacer sus necesidades, altos niveles de deudas, deterioro en las relaciones sociales, como disminución de la autoestima y pérdida del estatus social.

También, otros estudios demostraron que aparte de las consecuencias que puede generar el desempleo en la salud mental de las personas, a largo plazo se pueden presentar casos de suicidios, abuso de sustancias psicoactivas, ansiedad, depresión y otros trastornos mentales o patologías

físicas que pueden acarrear problemas mayores en caso de que no se brinde la atención pertinente y adecuada.

Finalmente, se observan muy pocos estudios o programas de intervención que se pueden llevar a cabo para manejar la situación de desempleo, por tanto, se considera importante que los gobiernos y las Empresas puedan comenzar a apostar por políticas y programas de intervención que ayuden a prevenir o manejar los efectos negativos que se presentan luego de la pérdida del empleo, así como la prevención y el manejo de las distintas patologías que se pueden llegar a presentar a nivel psicológico, síntomas físicos y problemas en la salud.

### **Recomendaciones**

Se recomienda dar continuidad a la problemática abordada en esta monografía compilatoria pero esta vez desde un proyecto de investigación mediante el cual se pueda abordar directamente a la población desempleada para estudiar las distintas consecuencias que les genera este fenómeno en su salud mental. Si bien es cierto, se encontraron distintos estudios que abordan el desempleo, pero, muy pocos que se enfocan en las consecuencias a nivel psicológico que este genera tanto a corto, mediano como largo plazo, lo cual es importante abordar desde la psicología de la salud y la psicología clínica

## Referencias Bibliográficas

- Aguado, L. (2020). Efecto del empleo y el desempleo en el estado de ánimo de jóvenes universitarios recién egresados. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 2(1), 38-46.
- Aguilar, M., Cauda, J., Mizar, Z., Quiñones, R., y Rivera, M. (2021). Impacto psicosocial del desempleo en jóvenes de 18 a 28 años. Universidad Autónoma de Bucaramanga. Floridablanca, Colombia.
- Alfaro, H. (2019). Intervención cognitivo-conductual para disminuir la sintomatología depresiva y aumentar el bienestar psicológico en desempleados. Universidad Autónoma del Estado de Morelos, México.
- Álvarez, R., Paredes, L., y Arteaga, J. (2015). Guía metodológica para la elaboración de proyectos de investigación de posgrado. México: Universidad Internacional.
- American Psychiatric Association - APA. (2014). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-5 (5a. Ed.). Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Ansa, M. (2016). Empleo y desempleo desde la perspectiva del bienestar subjetivo. *Lan Harremanak*, 34(49-78). DOI: 10.1387/lan-harremanak.16556
- Aparicio, A., Arreola, A., Cuevas, M., Fernández, S., Hernández, A., y Peschard, J. (2016). Efectos psicosociales del desempleo. *Revista de Investigación Social*, 67-79.  
<http://www.economia.unam.mx/profesores/aaparicio/Efectos.pdf>
- Arévalo, G. (2016). Tendencias en la investigación psicológica sobre desempleo y salud. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología* 5(2), 17-30
- Arrazola, M., Galán, S. y Hevia, J. (2018). Desempleo juvenil en España: situación, consecuencias e impacto sobre la vida laboral de los adultos.

Ávila, J. (2014). El estrés un problema de salud del mundo actual.

[http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2310-02652014000100013](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2310-02652014000100013)

Barrientos, J., Molina, C., & Salinas, D. (2013). Las causas de la violencia intrafamiliar en Medellín. Universidad de Antioquia.

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-42142013000200005](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-42142013000200005)

Bartolo, Y., y Ocampo, D. (2021). Desempleo y calidad de vida en Pereira, una mirada desde los determinantes sociales de la salud. Universidad Católica de Pereira, Colombia.

Buendía, J. (2010). El impacto psicológico del desempleo. Editum (Ediciones Universidad de Murcia).

[https://books.google.co.cr/books?id=2oSnSoXMCewC&pg=PP1&lpg=PP1&focus=view\\_port&hl=es&output=html\\_text](https://books.google.co.cr/books?id=2oSnSoXMCewC&pg=PP1&lpg=PP1&focus=view_port&hl=es&output=html_text)

Caicedo, M. (2019). Trabajo y salud mental de latinoamericanos en Estados Unidos. Más que una paradoja. Universidad Nacional Autónoma de México.

Caicedo, M., y Gameren, E. (2016). Desempleo y salud mental en la población de origen hispano en Estados Unidos: un análisis epidemiológico. Instituto de Investigaciones Sociales, Universidad Nacional Autónoma de México.

Campos, F., y Martínez, A. (2015). Correlación entre Actividades de Interacción Social Registradas con Nuevas Tecnologías y el grado de Aislamiento Social en los Adultos Mayores. Revista Mexicana de Ingeniería Biomédica, 36(3),181-190. Disponible en:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=61941556004>

Carrillo, I. (2008). Ansiedad en estudiantes universitarios. Avances, Cuaderno de trabajo de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez. No. 172.

- Castillo, M., Carrillo, C., Concepción, T., y Barrera, M. (2019). Sintomatología de ansiedad y depresión en población en contextos de pobreza en el sureste mexicano. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology (IJP)*, 53(2), pp. 263-280
- Cerdeña, I. (2016). Desempleo y repercusión en la salud mental. *TOG (A Coruña)*, 12(22).
- Chávez, L. (2014). Relación entre estilos de afrontamiento al estrés y las condiciones de salud de los desempleados en la ciudad de Bogotá.  
[https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/2301/Castellanos\\_%20Luz\\_2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/2301/Castellanos_%20Luz_2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Corona, J. (2016). Apuntes sobre métodos de investigación. *MediSur*, 14(1), 87-88.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1800/180044014017>
- Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE) (2022). Boletín de los principales resultados del mercado laboral.
- Díaz, C., Navarro, A., Climente, J., Ortega, M.; López-López, y Casado, J. (2016). Pérdida y afrontamiento en desempleados: Adaptación del inventario de Texas revisado de duelo a la situación de pérdida de empleo. *Revista Iberoamericana de diagnóstico y evaluación*, 42(2), 111-124.
- Escobar, S. (2020). Situación de salud mental en el área metropolitana del valle de aburra durante el aislamiento preventivo decretado en Colombia por la pandemia del Covid-19: un análisis exploratorio. Universidad EAFIT.
- Espino, A. (2016). Crisis económica, políticas, desempleo y salud (mental). *Rev. Asoc. Esp. Neuropsiq.*, 34(122), 385-404.

- Estramiana, J., Gondim, S., Luque, A., Luna A., Dessen, M. (2016). Desempleo y Bienestar Psicológico en Brasil y España: Un Estudio Comparativo. *Revista Psicología: Organizações e Trabalho*, 12(1), pp. 5-16.
- Fernández, R. (2021). Pobreza, desempleo y condiciones laborales precarias: efectos sobre la salud mental. una visión desde la perspectiva de género. Universidad de Cádiz, España.
- García, J. (2019). La situación del empleo de los jóvenes y una propuesta de políticas públicas para afrontar el desempleo juvenil. <http://www.scielo.org.mx/pdf/rlds/n30/1870-4670-rlds-30-65.pdf>
- García, Y. (2018). Conclusiones sobre los efectos psicológicos del desempleo en la juventud.
- Gómez, M. A. y Calderón, P. (2017). Salud mental en el trabajo: entre el sufrimiento en el trabajo y la organización saludable. *Katharsis*, (23), 189-217. DOI: <http://dx.doi.org/10.25057/25005731.870>
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. Sexta Edición. México: McGraw-Hill.
- Herrero, C. (2017). El impacto de la crisis económica en la salud mental de la población. Universidad de Valladolid, España.
- INEC. (2020). Encuesta Nacional de Empleo, Desempleo y Subempleo - Telefónica. Quito: Instituto Nacional de Estadísticas y Censos - INEC.
- Jahoda, M. (1982). *Employment and unemployment: A social-psychological analysis*. Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Kieselbach, T. (2004). Desempleo juvenil de larga duración y riesgo de exclusión social en Europa: informe cualitativo del proyecto de investigación Yuseder. <http://www.injuve.es/sites/default/files/tema2.pdf>

Ley 1616 de 2013 (21 de enero), por medio de la cual se expide la ley de Salud Mental y se dictan otras disposiciones. Diario Oficial N° 48.680. Bogotá.

Lozano, L., Lozano, S., y Robledo, R. (2020). Desempleo en tiempos de covid-19: efectos socioeconómicos en el entorno familiar.

Mara, J., García, M., Cabasésb, J., Puig, V., y Alonso, J. (2020). Los retos actuales de la salud mental desde la Salud Pública y la Administración Sanitaria. *Gaceta Sanitaria*, 34(S1):1–2. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.09.001>

Marín, A., Gil, L., Román, V. y Farella, L. (2016). Efectos de la crisis económica sobre la salud mental en la Población española. *Revista electrónica de investigación y Docencia Creativa*, Vol. 2.

Martí, Y. (2016). Desempleo, juventud y género.

Martín, S., y Lafuente, V. (2017). Referencias bibliográficas: indicadores para su evaluación en trabajos científicos. *Investigación bibliotecológica*, 31(71), 151-180. <https://dx.doi.org/10.22201/iibi.0187358xp.2017.71.57814>

Mayorca, P. (2021). Los problemas en salud mental: Una pandemia anterior al Coronavirus. *Ojo al Contexto*, 7,(13).

Millon, T., Green, C. y Meagher, R. (1982). *Handbook of Clinical Health Psychology*. New York: Plenum Press

Moreno, G. (2016). *Impacto del desempleo en la salud mental en España*. Universidad Pública de Navarra, España.

Morrison, V., y Bennett, P. (2008). *Psicología de la Salud*. Pearson Educación, S.A., Madrid.

Moya, J., Catalán, M., Hernández, M., Anguera, M, Fornells, E., y Sató, J. (2016). El impacto de la crisis económica en la salud mental de la población. *Revista Enferm Salud Ment.*, 1(5-15).

Muñoz, C., y Vanegas, J. (2013). Enfoque desde la Bioética de la relación Trabajador - Riesgo Laboral: Un tema pendiente por ser abordado. *Trabajo y sociedad*, (20), 349-458.

[http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1514-68712013000100027&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1514-68712013000100027&lng=es&tlng=es).

Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2),171-190. ISSN: 0379-7082.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44012058011>

Nebot, U., Monteagudo, Y., y Cifre, E. (2017). Estudios de diario en la investigación sobre emociones, empleo, desempleo y género: estado de la cuestión. *Àgora de Salut IV*, pp. 257-265. doi: <http://dx.doi.org/10.6035/AgoraSalut.2017.4.27>

Oliva, J., González, B., Barber, P., Peña, L., Urbanos, R., y Zozaya, N. (2020). El impacto de la Gran Recesión en la salud mental en España. *Gaceta Sanitaria*, 34(S1):48–53.

<https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.05.009>

Oñate, A. (2017). Consecuencias del desempleo en el desarrollo humano de las familias del barrio el Porvenir del Municipio Manaure Cesar. Universidad Nacional Abierta Y A Distancia. Valledupar – Colombia.

Organización Mundial de la Salud (2002). Informe mundial sobre la violencia y la salud.

Washington, DC.

[http://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/violence/world\\_report/en/abstract\\_es.pdf](http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/en/abstract_es.pdf)

Organización Internacional del Trabajo. (2014). Hacia el derecho al trabajo: Una guía para la elaboración de programas públicos de empleo innovadores.

[https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_emp/documents/publication/wcms\\_563303.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_emp/documents/publication/wcms_563303.pdf)

Organización Internacional del Trabajo. (2019). Perspectivas sociales y del empleo en el mundo.

[https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/---publ/documents/publication/wcms\\_713013.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/---publ/documents/publication/wcms_713013.pdf)

Organización Mundial de la Salud (2020). Alocución de apertura del director general de la OMS en la rueda de prensa sobre la COVID-19 celebrada el 11 de marzo de 2020.

<https://www.who.int/es/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>

Organización Internacional del Trabajo (2020). Impactos en el mercado de trabajo y los ingresos en América Latina y el Caribe. Panorama Laboral en tiempos de la COVID-19.

Organización Internacional del Trabajo (2020). Panorama Laboral, 2020 América Latina y el Caribe. Primera edición. ISSN: 2305-0276 (versión web pdf).

Ortiz, A. (2015). Enfoques y métodos de investigación en las ciencias sociales y humanas. Bogotá: Ediciones de la U.

Pacheco, A., Sairitupac, J. (2019). Desempleo y Consecuencias Psicológicas en Jóvenes de la Ciudad de Ica. Universidad Autónoma de Ica, Perú.

Porras, N. (2017). Análisis de la relación entre la salud mental y el malestar humano en el trabajo. Equidad & Desarrollo, (29, suplemento), 161-178. doi:

<http://dx.doi.org/10.19052/ed.4173>

- Rey, L., y Moreno, E. (2017). Estrategias para disminuir el impacto del desempleo en la salud mental. Editora técnica y de contenido: ©Moreno Eliana M. Córdoba – España. ISBN: 978-84-697-6874-7
- Rojas, L., Castaño, G., Restrepo, D. (2018). Salud mental en Colombia. Un análisis crítico. Un análisis crítico. *Rev CES Med*, 32(2): 129-140.
- Rojo, L., Arques, S., Plumed, J., Barberá, M., Castelló, J., y Livianos, L. (2014). Prevalencia y comorbilidad del trastorno de ansiedad generalizada en una muestra española de escolares adolescentes. *Revista Ansiedad y Estrés*, 20, N° 2-3, 237-245.
- Ruiz, C., Gómez, J. (2021). Efectos de la pandemia por COVID-19 en la salud mental de la población trabajadora. *Archivo Prevención de Riesgos Laborales*, 24(1):6-11.  
doi:10.12961/aprl.2021.24.01.01
- Saavedra, J. (2018). Pobreza y salud mental en la población adulta de Lima metropolitana: trastornos psiquiátricos y otros problemas de salud mental asociados. *Anales de Salud Mental*, Volumen XXXIV (2).
- Salazar, J., y Jiménez, Y. (2019). Impacto de la crisis económica en la salud mental un análisis entre 2013 y 2019. de Antioquia Institución Universitaria, Medellín – Colombia.
- Salgado, C. (2018). Manual de Investigación: Teoría y práctica para hacer la tesis según la metodología cuantitativa. Lima: Fondo Editorial de la Universidad Marcelino Champagnat.
- Sánchez, A. (2016). Depresión en función del desempleo, precariedad y satisfacción laboral en jóvenes. Universidad Pontificia Icaí Icade Comillas Madrid.
- Sánchez, J. (2017). Desempleo juvenil: efectos psicosociales y sobre la salud. UMA Editorial.  
<https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/16263>

- Santini, M. (2016). Los problemas de pertenencia a la normalidad funcional (Una mirada a los procesos de inserción social a través del Empleo en el campo de la Salud Mental). Universidad de la República, Bogotá – Colombia.
- Suárez, N., Sáenz, J., y Mero, J. (2016). Elementos esenciales del diseño de investigación. *Revista Científica Dominio de las Ciencias*, 2, 72-85.
- Tenorio, M., Veintimilla, D., y Reyes, M. (2021). La Crisis Económica del Covid-19 en el Ecuador: Implicaciones y proyectivas para la salud mental y la seguridad. *Revista Investigación y Desarrollo I+D*, 13(88 – 102), Ambato – Ecuador.
- Tomalá, M. (2021). Factores de riesgo psicosocial y salud mental del personal de salud en ámbito hospitalario. Universidad Estatal del Sur de Manabí, Ecuador.
- Tomás, J. M., Gutiérrez, M., y Fernández, I. (2017). Consecuencias del desempleo en la salud mental de una muestra de jóvenes angoleños. *Escritos de Psicología*, 10, 58-68. DOI: 10.5231/psy.writ.2017.11511
- Torres, M. (2016). Patrones de respuestas psicológicas en Desempleados de la comunidad autónoma de Extremadura. Universidad de Extremadura, España.
- Torres, T., Quezada, M., y Herrera, J. (2018). Representaciones sociales de empleo y desempleo de trabajadores de la salud de Bogotá, Colombia y de Morelia, México. *Rev. Fac. Cienc. Salud UDES*, 5(2): 25-33. <http://dx.doi.org/10.20320/rfcsudes.v5i2.104>
- Zamora, D., Suárez, D., y Bernal, O. (2019). Análisis de las necesidades y uso de servicios de atención en salud mental en Colombia. *Revista de Salud Pública*. 21(2): 175-180. DOI: <https://doi.org/10.15446/rsap.V21n2.71638>