


# Chery Cristina

## Influencia del autoestigma por búsqueda de ayuda en la salud mental y significado de vida en estudia

 My Files

 My Files

 Universidad Peruana Union

### Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::29566:475568958

Fecha de entrega

22 jul 2025, 7:02 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

22 jul 2025, 7:09 p.m. GMT-5

Nombre de archivo

Influencia del autoestigma por búsqueda de ayuda en la salud mental y significado de vida en e....docx

Tamaño de archivo

109.8 KB

31 Páginas

7069 Palabras

41.941 Caracteres

# 7% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

## Filtrado desde el informe




- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 8 palabras)

## Exclusiones

- ▶ N.º de coincidencias excluidas

---

## Fuentes principales

- 6%  Fuentes de Internet
- 3%  Publicaciones
- 7%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

---

## Marcas de integridad

### N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

## Fuentes principales

- 6% Fuentes de Internet
- 3% Publicaciones
- 7% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

## Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Trabajos entregados upeu on 2024-11-28	4%
2	Internet repositorioacademico.upc.edu.pe	<1%
3	Internet www.razon.com.mx	<1%
4	Internet www.elsevier.es	<1%
5	Trabajos entregados Universidad de Costa Rica on 2017-08-10	<1%
6	Trabajos entregados Universidad del Desarrollo on 2024-05-02	<1%
7	Internet rio.upo.es	<1%
8	Internet www.ncbi.nlm.nih.gov	<1%
9	Internet www.researchgate.net	<1%

## Influencia del autoestigma por búsqueda de ayuda en la salud mental y significado de vida en estudiantes universitarios de Lima-Este

Influence of self-stigma for seeking help on mental health and meaning of life in university students in Lima-East

Chery Peralta<sup>1</sup>, Maria Ruiz<sup>2</sup> y Celina Ramírez-Vega<sup>3</sup>

*Escuela Profesional de Psicología, Universidad Peruana Unión, Lima, Perú*

### Resumen

El estudio tuvo como objetivo evaluar la influencia del autoestigma por búsqueda de ayuda en la salud mental y el significado de vida en estudiantes universitarios de Lima Este. La investigación es de tipo explicativo, con diseño de estrategia asociativa, se utilizó el modelo de ecuaciones estructurales (SEM). Participaron 720 jóvenes universitarios con edades entre 18 y 27 años. Los resultados evidenciaron un ajuste adecuado a los datos:  $\chi^2(109) = 252.01$ ,  $p < .001$ ;  $\chi^2/gl = 2.31$ , asimismo, los índices de ajuste incremental fueron excelentes (CFI = .97; TLI = .96), al igual que los índices de error absoluto (SRMR = .036; RMSEA = .043; IC 90% [.037, .049]). El modelo reveló que el autoestigma influye de manera significativa y positiva en el malestar psicológico ( $\beta = .47$ ;  $p < .01$ ), y de forma positiva pero débil en el bienestar psicológico ( $\beta = .17$ ;  $p < .01$ ) y en la búsqueda de sentido de vida ( $\beta = .16$ ;  $p < .01$ ). No se encontró influencia significativa en la presencia de sentido ( $\beta = .04$ ;  $p > .05$ ). Estos hallazgos sugieren que el autoestigma puede actuar como un factor de riesgo para la salud mental, pero también como desencadenante de mecanismos de adaptación.

**Palabras clave:** Autoestigma, salud mental, universitarios, significado de vida.

### Abstract

The study aimed to evaluate the influence of self-stigma due to seeking help on mental health and meaning in life in university students from East Lima. The research was explanatory, with an associative strategy design, and the structural equation model (SEM) was used. 720 university students between the ages of 18 and 27 participated. The results showed an adequate fit to the data:  $\chi^2(109) = 252.01$ ,  $p < .001$ ;  $\chi^2/df = 2.31$ . Likewise, the incremental

fit indices were excellent (CFI = .97; TLI = .96), as were the absolute error indices (SRMR = .036; RMSEA = .043; 90% CI [.037, .049]). The model revealed that self-stigma significantly and positively influences psychological distress ( $\beta = .47$ ;  $p < .01$ ), and positively but weakly influences psychological well-being ( $\beta = .17$ ;  $p < .01$ ) and the search for meaning in life ( $\beta = .16$ ;  $p < .01$ ). No significant influence was found on the presence of meaning ( $\beta = .04$ ;  $p > .05$ ). These findings suggest that self-stigma may act as a risk factor for mental health, but also as a trigger for coping mechanisms.

**Keywords:** Self-stigma, mental health, university students, meaning of life.

## Introducción

La salud mental es una condición variable, influenciado por factores biológicos y sociales, que facilita la integración de los impulsos individuales, la creación de relaciones armónicas y la participación en el desarrollo social y físico del entorno (Bertolote, José 2008). No obstante, según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) enfrenta desafíos a nivel global, el cual reportó que más del 60% de los países experimentaron interrupciones en los servicios de salud mental, este impacto afectó especialmente a niños y adolescentes (72%), adultos mayores (70%) y mujeres que necesitaban atención prenatal y postnatal (61%). Sin embargo, en la actualidad, los problemas de salud mental continúan en aumento, afectando a aproximadamente 970 millones de personas en todo el mundo (OMS, 2022).

Diversas investigaciones demostraron que la salud mental en jóvenes universitarios, se vio gravemente afectada durante la pandemia de COVID-19 y han dejado sus estragos hasta la actualidad (Toia et al, 2024; Mac-Ginty et al., 2021; Husky et al., 2020). La vulnerabilidad en este grupo poblacional se alega frecuentemente a la etapa transicional en su vida académica, profesional y personal, lo que genera mayores niveles de estrés, angustia psicológica, síntomas de ansiedad y depresión, y problemas de aprendizaje. (Acharya et al., 2018; Jungmin Lee et al., 2021; Cao et al., 2020; Savitsky et al., 2020; Rogowska, et al., 2020a, b; Kecojevic et al., 2020). Asimismo, una investigación en Latinoamérica y el Caribe, con 8444 personas entre 13 y 29 años, determinó que los participantes experimentaron síntomas de ansiedad (27%), depresión (15%), anhedonia (46%), y apatía (36%) en su vida cotidiana como consecuencia de la pandemia COVID-19 (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2021).

En el Perú, la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar, demostró, que en los últimos 12 meses, el 32.3 % de jóvenes entre 15 y 29 años percibieron algún problema de salud mental,

siendo las mujeres las que experimentan mayores índices (30.2 %), en comparación con los varones (22.9 %) (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], 2022). Además, algunos problemas de salud mental en la juventud, se han relacionado positivamente con el bajo rendimiento académico, tendencias suicidas, sintomatología depresiva elevada y consumo de sustancias psicoactivas (Tejada et al., 2023; Guillén, 2024).

A pesar de ello, un gran número de personas que requieren asistencia profesional, aún no son atendidas. Según el Ministerio de Salud, el 20% de la población peruana requiere atención en salud mental, lo que equivale aproximadamente a más de seis millones de personas. Sin embargo, de enero a septiembre del 2023, sólo 1 333 930 casos por problemas psicosociales y trastornos de salud mental fueron atendidos en los establecimientos a nivel nacional (Ministerio de Salud [MINSA], 2023; Torres-Rodas et al., 2021). Asimismo, el 73% de las personas que padecen de algún trastorno mental ha sentido la necesidad de pedir ayuda, no obstante, solo el 33% accedió a algún tipo de atención (UNICEF, 2021). Por lo tanto, se estima que sólo una mínima parte de las personas afectadas, están recibiendo atención de salud mental eficiente, accesible y de calidad (Naciones Unidas [NU], 2022).

Se considera que la asistencia limitada a los sistemas de salud mental, son ocasionados generalmente por diversas creencias negativas interiorizadas o prejuicios sociales sobre la salud mental, definido como el autoestigma por búsqueda de ayuda (Corrigan y Watson, 2002). En este sentido, los trastornos mentales son más recurrentes en jóvenes universitarios que perciben esta limitación estigmatizada al buscar asistencia profesional (Auerbach et al., 2016;). Como consecuencia del estigma, se evita o posterga la búsqueda de ayuda, lo que ocasiona efectos adversos en el pronóstico de los trastornos de salud mental (Gulliver et al., 2010; Madeiros et al., 2016 y Larrahondo et al., 2021). En tal contexto, algunos estudios han reportado que el

autoestigma por búsqueda de ayuda se relaciona positivamente con variables que afectan a la salud mental, tales como: estrés, depresión (Lokhee & Hogg, 2021) ansiedad (Cheng et al., 2015), falta de voluntad para buscar a un profesional (Latalova et al., 2014) y vergüenza (Wallin et al., 2018). Además, numerosas investigaciones evidencian que los varones presentan menores indicadores de búsqueda de ayuda en comparación con las mujeres (Eisenberg et al., 2012; Ramos-Lira, 2014 y Toribio et al., 2022).

Pese a la alarmante situación de salud mental en el Perú, donde la cobertura de atención a los trastornos es insuficiente, este problema se ve exacerbado por el autoestigma que enfrentan las personas al buscar ayuda profesional. No obstante, a pesar de la problemática existente, se ha identificado un factor protector crucial que puede contribuir significativamente a la mejora de la salud mental, especialmente en los estudiantes universitarios, esta variable es identificada como el significado de vida (Travezaño et al., 2022). Este concepto se refiere al sentido que las personas otorgan a su existencia a través de la búsqueda de sus sueños y su capacidad para alcanzar la felicidad (King et al., 2016). Varios estudios demuestran que el sentido de la vida es fundamental, ya que reduce la tendencia a sentirse fácilmente ansioso, malhumorado y alterado (Garrison y Lee, 2017). También se relaciona como un factor reductor de indicadores de depresión (Maryan y Mahmoud, 2014), ansiedad y estrés postraumático (Li, et al, 2019). En cuanto a la población universitaria, estudios demuestran que favorece al rendimiento académico, ya que este ayuda a que experimenten menos desmotivación (Bailey y Phillips, 2015). también ayuda a afrontar mejor las situaciones estresantes (Mason, 2017). Otros estudios evidencian que el sentido de vida, está relacionado con la felicidad (Park y Folkman, 1997) la satisfacción con la vida (Temane, et al, 2014) la adaptacion a los estresores (Park, 2017) la tolerancia a la incertidumbre (Garrison y Lee, 2017) y la esperanza (Trzebiński, 2020).

El significado de vida ha demostrado que se relaciona positivamente con diversas variables que favorecen la salud mental, mientras que, las mismas variables se ven afectadas por la presencia del autoestigma por búsqueda de ayuda en las personas. Teniendo en cuenta esta necesidad, la presente investigación determinó evaluar la influencia del autoestigma por búsqueda de ayuda en la salud mental y el significado de vida en estudiantes universitarios de Lima Este.

## Metodología

### 3.1 Diseño

Esta investigación corresponde a un diseño de estrategia asociativa dentro de los estudios explicativos que se denomina diseño de variables latentes que especifica las relaciones de las variables (observables y latentes) mediante un sistema de ecuaciones estructurales de las variables observables basado en sus covarianzas (Ato et al., 2013).

### 3.2 Participantes

La muestra estuvo constituida por 720 estudiantes universitarios seleccionados mediante un muestreo no probabilístico de tipo accidental o consecutivo. Este tipo de muestreo se aplicó debido a la facilidad de acceso a los participantes durante el proceso de recolección de datos. Se incluyeron únicamente aquellos estudiantes que cumplieron con los criterios de inclusión: nacionalidad peruana, edad entre 18 y 27 años y aceptar participar voluntariamente.

1 A continuación, se describen las características sociodemográficas de la muestra de estudio. En la tabla 1, se aprecia que la mayoría de los participantes fueron hombres (60.4%). La edad promedio fue de 21.08 con una D.E. = 2.38, también se distingue que la mayoría (86.4%) se encuentran dentro del rango de edad de 18 a 24 años. El 65.8% estudia en una universidad privada y el 40.1% pertenece a la Facultad de Ciencias Humanas y Educación. Además, el 29.7%

se encuentra en su cuarto año de estudios. Finalmente, solo el 31.8% declaró que si llevó un tratamiento psicológico o psiquiátrico.

**Tabla 1.** *Frecuencia de las variables sociodemográficos*

Datos sociodemográficos	n	%
<b>Sexo</b>		
Mujer	285	39.6%
Hombre	435	60.4%
<b>Edad</b>		
De 18 a 24 años	622	86.4%
De 25 a 64 años	98	13.6%
<b>Tipo universidad</b>		
Pública	246	34.2%
Privada	474	65.8%
<b>Facultad</b>		
Ciencias de la Salud	96	13.3%
Ciencias Empresariales	143	19.9%
Ciencias Humanas y Educación	289	40.1%
Ingeniería y Arquitectura	192	26.7%
<b>Años de estudios</b>		
Primero	63	8.7%
Segundo	175	24.3%
Tercero	101	14.1%
Cuarto	214	29.7%
Quinto	167	23.2%
<b>Tratamiento psicológico o psiquiátrico</b>		
Si	229	31.8%
No	491	68.2%

### 3.3 Instrumento

#### *Mental Health Inventory-5 (R-MHI-5)*

5 Se empleó el Inventario de Salud mental que tiene como objetivo, evaluar la salud mental en adolescentes y adultos. La escala se desarrolló originalmente en Estados Unidos (Berwick et al., 1991), adaptado al español (Rivera-Riquelme et al., 2019) y posteriormente validado en el contexto peruano (Vilca et al., 2021). El instrumento está compuesto por 2 dimensiones; el primero estima la presencia de bienestar psicológico (ítems 2 y 4), mientras que el otro evalúa la ausencia de malestar psicológico a través de ítems inversos (ítems 1, 3 y 5), asimismo ambas dimensiones son sensibles al contexto temporal (durante el mes pasado). Además, está conformado por 5 ítems, con alternativas de respuesta en escala Likert que van desde nunca (0) a siempre (3). Respecto a las propiedades psicométricas, la escala mostró adecuados niveles de consistencia interna para las dimensiones bienestar ( $\omega = 0,75$ ) y malestar psicológico ( $\omega = 0,79$ ). Además, de una correcta validez con base en la estructura interna (CFI = 0,99; TLI = 0,99; RMSEA = 0,071).

#### *Self-Stigma of Seeking Help-3 (SSOSH-3)*

El único instrumento para medir el autoestigma por búsqueda de ayuda, es la escala *Self-Stigma of Seeking Help (SSOSH)*, originalmente creada en los Estados Unidos como una estructura unidimensional con diez ítems (Vogel, et. al, 2006) y posteriormente adaptado y validado al Perú en su versión más breve (Travezaño-Cabrera et al.,2024). La *escala Self-Stigma of Seeking Help- 3 (SSOSH-3)* es de estructura unidimensional con tres ítems (1, 2 y 3) con respuesta tipo Likert que va desde 1 (muy en desacuerdo), 3 (de acuerdo y en desacuerdo por igual) a 5 (muy de acuerdo), además presenta índices de ajuste satisfactorios (CFI=.967;TLI=.963; SRMR=.000; RMSEA=0.092), y valor adecuado en la fiabilidad ( $\alpha = .87$ ).

#### *Meaning of life questionnaire (MLQ)*

El cuestionario de significado de vida fue desarrollado en Estados Unidos (Steger et al., 2006), adaptado por primera vez al español, en Argentina (Góngora y Castro, 2011) y finalmente validado al Perú (Travezaño et al., 2022). El instrumento está compuesto por cinco ítems, con cinco categorías de respuesta tipo Likert que van desde 1 (totalmente en desacuerdo) hasta el 5 (totalmente de acuerdo), asimismo presenta índices adecuado de ajuste (RMSEA = .075; SRMR = .059; CFI = .97; TLI = .96) y un aceptable nivel de consistencia interna ( $\alpha = 0.84$ ).

### 3.4 Procedimiento

El estudio se desarrolló acorde a los valores éticos implicados en la investigación con humanos. En este sentido, se respetó el principio de autonomía por medio del consentimiento informado, previo a la recolección de datos mediante Google Forms, donde se incluyó una dirección de correo electrónico y WhatsApp para contactar con los autores ante cualquier duda o percance. Además, se envió una solicitud al comité de ética de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión, aceptó el estudio y brindó la resolución (2024-CEB-FCS-Upeu-253/2024), con el proyecto titulado “Influencia del autoestigma por búsqueda de ayuda en la salud mental y significado de vida en estudiantes universitarios de Lima-Este, que tiene como finalidad contribuir al conocimiento práctico de la salud mental. Finalmente, la investigación siguió los lineamientos de la Declaración de Helsinki (Asociación Mundial de Medicina, 2015).

### 3.5 Análisis de los datos

En primer lugar, para las variables categóricas se usaron tablas de frecuencias absolutas. Además, para las variables numéricas se utilizó los estadísticos descriptivos como el mínimo, máximo, media y desviación estándar. En segundo lugar, para evaluar la distribución de los datos

se analizaron los coeficientes de asimetría y curtosis, las cuales deben estar dentro del rango  $\pm 1.5$  (Forero et al., 2009). En tercer lugar, para analizar la influencia entre las variables de estudio se realizó mediante el Modelamiento de Ecuaciones Estructurales (SEM, por sus siglas en inglés). Se llevó a cabo utilizando el estimador Máxima Verosimilitud Robusta (MLR, por sus siglas en inglés), apropiada para variables numéricas y que demuestran una robustez considerable frente a desviaciones de normalidad inferencial, permitiendo una mayor precisión en la interpretación de los datos (Muthen & Muthen, 2017). Asimismo, las escalas Likert que tienen cinco o más opciones de respuestas, pueden tratarse como variables continuas (Brown, 2005). Además, para evidenciar un buen ajuste del modelo se analizaron los índices de ajustes que incluyeron la prueba de chi-cuadrado ( $X^2$ ), Comparative Fit Index (CFI), Tucker-Lewis Index (TLI), los cuales deben ser  $\geq .90$  (Schermelleh-Engel et al., 2003; Schreiber et al., 2006). También se usó el Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) y Standardized Root Mean Square Residual (SRMR) que debe ser  $\leq .06$  o  $.08$  evidenciando un ajuste aceptable (Mueller & Hancock, 2008; Schreiber et al., 2006). Los análisis estadísticos se realizaron en el programa R versión 4.1.0. y su interfaz de R-Studio versión 1.3.959 de acceso libre (R Studio Team, 2021). Se utilizó el paquete Lavaan versión 0.6-8 y el paquete SemTools versión 0.5-5.

## Resultados

La tabla 2 presenta los estadísticos descriptivos de las variables de estudio a través del mínimo, máximo, media, la desviación estándar. Además, se aprecia que las puntuaciones de asimetría y curtosis de las variables de estudio se encuentran dentro del rango  $\pm 1.5$  (Forero et al., 2009), indicando que los datos presentan distribución normal.

**Tabla 2.** *Análisis descriptivos y confiabilidad de las variables.*

Variables	Min.	Max.	M	D.E	$g^1$	$g^2$
-----------	------	------	---	-----	-------	-------

Autoestigma		3	15	8.37	3.05	-0.05	-1.00
Salud mental							
Bienestar		0	6	3.34	1.15	0.10	-0.31
psicológico							
Malestar		0	9	3.93	1.80	0.15	-0.47
psicológico							
Significado de vida							
Presencia de		8	28	21.18	4.55	-0.85	0.20
sentido							
Búsqueda de		6	35	25.63	6.15	-0.78	-0.08
sentido							

Nota: M=Media; D.E.=Desviación estándar; g<sup>1</sup>=Asimetría; g<sup>2</sup>=Curtosis

Con el propósito de analizar la influencia entre las variables de estudio se realizó un Modelamiento de Ecuaciones Estructurales (SEM, por sus siglas en inglés). El modelo presentó un ajuste adecuado a los datos, evidenciado por un  $\chi^2(109) = 252.01, p < .001; \chi^2/gl = 2.31$ . Los índices de ajuste incremental fueron excelentes (CFI = .97; TLI = .96), al igual que los índices de error absoluto (SRMR = .036; RMSEA = .043; IC 90% [.037, .049]). Estos resultados indican que el modelo especificado reproduce satisfactoriamente la matriz de covarianzas observada (Tabla 3).

**Tabla 3.** Modelamiento de ecuaciones estructurales entre las variables.

Índice de ajuste	$\chi^2(gl)$	$p$	$\chi^2/gl$	CF	T	SRMR	RMSEA
				I	LI		[IC 90%]
<b>Modelo 1</b>	252.01 (109)	.000	2.31	.97	.9	.036	.043

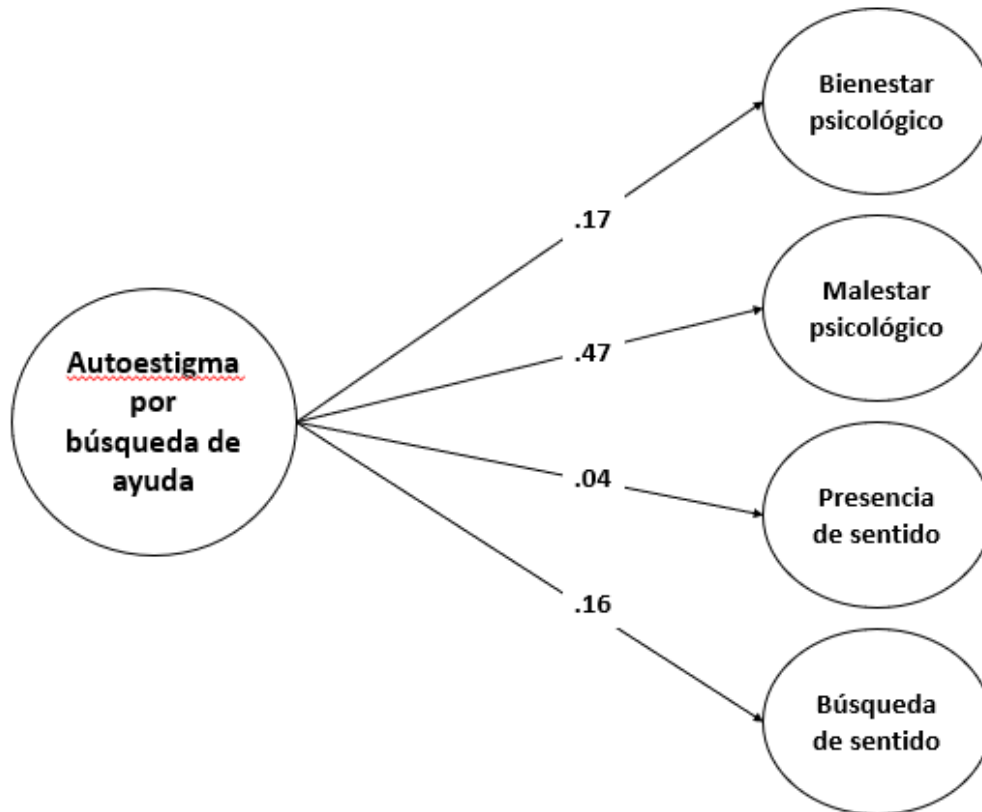
6

[.037; .049]

---

*$\chi^2$ =chi cuadrado; gl=grados de libertad; CFI=Índice de Ajuste Comparativo; TLI= Índice Tucker-Lewis; SRMR=Raíz Residual Estandarizada Cuadrática Media; RMSEA=Error Cuadrático Medio de Aproximación; IC=Intervalos de Confianza.*

En la Figura 1 se visualiza el modelo estructural propuesto, se examinó el efecto del autoestigma por búsqueda de ayuda sobre variables asociadas a la salud mental y el significado de vida. Se evidencia que el autoestigma influye significativa y positivamente el malestar psicológico ( $\beta = .47$ ;  $p < .01$ ), lo que indica que niveles más altos de autoestigma se asocian con una mayor sintomatología negativa, consistente con la hipótesis planteada que destaca el impacto perjudicial del estigma en la salud mental. Asimismo, se observa una influencia positiva débil con el bienestar psicológico ( $\beta = .17$ ;  $p < .01$ ), cuya dirección resulta contraintuitiva, por lo que su interpretación debe realizarse con cautela y considerando posible falta de significancia estadística. En cuanto al significado de vida, el autoestigma mostró una influencia positiva débil con búsqueda de sentido ( $\beta = .16$ ;  $p < .01$ ), podría interpretarse como que el autoestigma lleva a una mayor exploración del significado de la vida. Finalmente, el autoestigma no tiene una influencia significativa sobre la presencia de sentido ( $\beta = .04$ ;  $p > .05$ ).



**Figura 1.** Influencia de la autoestigma por búsqueda de ayuda sobre la salud mental y el significado de vida.

## Discusión

Los resultados obtenidos a través del modelo de ecuaciones estructurales muestran que el autoestigma influye significativa y positivamente el malestar psicológico ( $\beta = .47$ ;  $p < .01$ ), lo que indica que a mayor autoestigma, mayor es el malestar emocional, esto se refuerza la idea de que el autoestigma por búsqueda de ayuda afecta profundamente el bienestar psicológico de una persona. Estos hallazgos apoyan una investigación en la que se evidenciaron que a mayor experimentación de autoestigma, se producirían actitudes más negativas hacia la búsqueda de ayuda en salud mental (Larrahondo et al, 2021). Asimismo, en un estudio realizado en

estudiantes universitarios se encontraron que los niveles altos de autoestigma en salud mental conllevaban a no buscar ayuda aumentando el malestar psicológico (Pederson et al., 2020).

Por otro lado, se evidencia que existe una influencia positiva débil con el bienestar psicológico. Esto sugiere que a mayor autoestigma, ligeramente mayor es el bienestar psicológico. Aunque este hallazgo pueda parecer contraintuitivo, podría indicar que algunos jóvenes desarrollan mecanismos de resiliencia ante el estigma, ya que la resiliencia es un factor protector que ayuda a lidiar con la propia carga emocional, con la dependencia a algún familiar o con las exigencias sociales (Ji et al., 2022; Stringer et al., 2018). Del mismo modo Silván et al, (2020) menciona que la resiliencia puede reducir los efectos negativos que se desencadenan a raíz del autoestigma. Esto podría explicar la influencia positiva del autoestigma con el bienestar psicológico.

En cuanto a la dimensión de presencia de sentido de vida, no se encontró una influencia significativa, estos resultados sugieren que el autoestigma no afecta significativamente en la presencia de sentido de vida en la población joven universitaria, esto se debe a que esta están en una búsqueda continua de equilibrio en su desarrollo personal, profesional e interpersonal, por lo que durante esta etapa, las principales preocupaciones giran en torno al futuro y a la estabilidad en la vida adulta, ya que están en proceso de desarrollo en formar un sentido de propósito en la vida (Hernández et al., 2016). Estos resultados se respaldan en una investigación, en donde se hallaron que los jóvenes experimentaban una menor presencia de sentido de vida en comparación de los adultos y adultos mayores (Avellar De Aquino et al., 2017).

Por último, se encontró que el autoestigma presenta una relación positiva débil con la búsqueda de sentido de vida. Esto sugiere que, a mayor presencia de autoestigma, las personas podrían experimentar una mayor necesidad de encontrar significado en sus vidas como una forma de afrontar su malestar emocional. Esta interpretación coincide con lo reportado por Durango et al. (2023), quienes señalan que el conocimiento y la toma de conciencia sobre el autoestigma pueden incentivar procesos reflexivos que favorecen la búsqueda activa de sentido, siempre en función del contexto individual y los recursos emocionales disponibles. En este sentido, el autoestigma no necesariamente actúa como un factor puramente negativo, sino que, en ciertos casos, puede promover un cambio positivo hacia una mayor comprensión personal. De manera complementaria, Góngora et al. (2011) concluyen que este proceso puede tener efectos beneficiosos en la percepción de sí mismo y en la capacidad de construir un propósito vital, contribuyendo así al fortalecimiento de la salud mental.

## **Limitaciones**

Entre las principales limitaciones de esta investigación se destaca la escasa disponibilidad de estudios previos, tanto a nivel nacional como internacional, que aborden específicamente las variables estudiadas autoestigma por búsqueda de ayuda en salud mental y significado de vida en población universitaria. Esta situación dificultó una comparación exhaustiva de los resultados, dado que se trata de un enfoque novedoso en el contexto local. Por ello, se hace necesario promover futuras investigaciones con un mayor alcance metodológico que profundicen en estas variables y permitan contrastar hallazgos en diversos contextos culturales y educativos.

Asimismo, el estudio utilizó un muestreo no probabilístico de tipo accidental o consecutivo, lo que limita la generalización de los resultados a la totalidad de la población universitaria, dado que los participantes no tuvieron la misma probabilidad de formar parte de la muestra (Hernández & C., 2018). Además, el diseño fue de tipo transversal, lo cual impide establecer relaciones de causalidad entre las variables estudiadas (Ato et al., 2013), restringiendo el análisis únicamente a asociaciones correlacionales.

## Conclusiones

2 Los resultados del modelo estructural permiten concluir que el autoestigma asociado a la búsqueda de ayuda psicológica influye significativamente en la salud mental y el sentido de vida en estudiantes universitarios. Se observó una fuerte relación positiva con el malestar psicológico, respaldando la evidencia previa que vincula el autoestigma con mayores niveles de ansiedad, depresión y sufrimiento emocional (Livingston & Boyd, 2010). Asimismo, se identificaron relaciones positivas pero débiles con el bienestar psicológico y la búsqueda de sentido de vida, lo que sugiere que el autoestigma, aunque generalmente negativo, puede activar procesos reflexivos y de búsqueda personal en ciertos contextos (Corrigan et al., 2016; Kowalski et al., 2018). No se encontró una relación significativa con la presencia de sentido, lo que indica que experimentar estigma no necesariamente se traduce en una construcción estable de propósito vital.

En conjunto, estos hallazgos confirman que el autoestigma tiene un impacto complejo y multidimensional, actuando como un factor de riesgo emocional, pero también como un posible desencadenante de mecanismos de adaptación. Se recomienda que futuras investigaciones profundicen en estas dinámicas considerando factores contextuales, culturales y emocionales que puedan moderar su efecto en la salud mental.

## Referencias

- Acharya, L., Jin, L., & Collins, W. (2018). College life is stressful today—Emerging stressors and depressive symptoms in college students. *Journal of American college health*, 66(7), 655-664. <https://doi.org/10.1080/07448481.2018.1451869>
- Asociación Mundial de Medicina. (2015). Declaración de Helsinki de la Asociación Médica Mundial - Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. <https://bit.ly/3MIYIvV>
- Ato, M., López, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038– 1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Auerbach, R. P., Alonso, J., Axinn, W. G., Cuijpers, P., Ebert, D. D., Green, J. G., ... & Bruffaerts, R. (2016). Mental disorders among college students in the World Health Organization world mental health surveys. *Psychological medicine*, 46(14), 2955-2970. <https://doi.org/10.1017/S0033291716001665>
- Avellar De Aquino, T. A., Gouveia, V. V., Gomes, E. S., & Bandeira Melo de Sá, L. (2017). La percepción de sentido de la vida en el ciclo vida; una perspectiva temporal. *Revista Mapocho*, 35(2), 375–386. <https://doi.org/https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.3728>
- Bailey, T., & Phillips, L. J. (2015). La influencia de la motivación y la adaptación en el bienestar subjetivo, el sentido de la vida y el rendimiento académico de los estudiantes. *Higher Education Research & Development*, 35(2), 201–216. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/07294360.2015.1087474>
- Bertolote, J. M. (2008). POLÍTICAS DE SALUD MENTAL *Raíces del concepto de salud mental*. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC2408392/>
- Berwick, D. M., Murphy, J. M., Goldman, P. A., Ware Jr, J. E., Barsky, A. J., & Weinstein, M. C. (1991). Performance of a five-item mental health screening test. *Medical care*, 169-176. <https://doi.org/10.1097/00005650-199102000-00008>.
- Brown, T. A. (2015). *Confirmatory Factor Analysis for Applied Research* (2nd ed.). Guilford Press.

- Canchari, L. R. E. (2020). Construcción y evidencia psicométrica de la escala de estrés escolar en niños de instituciones educativas de lima sur. *Estrés Laboral Y Motivación Laboral En Docentes De Educación Básica Regular De Bambamarca*, 0–2. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/2276>
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287, 112934. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- Cheng, H. L., Mcdermott, R. C., & Lopez, F. G. (2015). Mental Health, Self-Stigma, and help-seeking intentions among emerging adults: An attachment perspective. *The Counseling Psychologist*, 43(3), 463–487. <https://doi.org/10.1177/0011000014568203>.
- Corrigan, P. W., & Watson, A. C. (2002). Understanding the impact of stigma on people with mental illness. *World psychiatry*, 1(1), 16. PMID: 16946807; PMCID: PMC1489832.
- Corrigan, P. W., Kosyluk, K. A., & Rüsçh, N. (2013). Reducing self-stigma by coming out proud. *American Journal of Public Health*, 103(5), 794–800. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2012.301037>
- Durango, J. S., Echeverri, P. J., Valencia, J. G., Uribe, E., & Cárdenas, L. G. (2023). Self-stigma and help-seeking stigma in students and health professionals: A review of the literatura. *In Revista Medica Clinica Las Condes* (Vol. 34, Issue 6, pp. 400–410). Elsevier Espana S.L.U. <https://doi.org/10.1016/j.rmcl.2023.11.001>
- Eisenberg, D., Downs, M. F., Golberstein, E., & Zivin, K. (2009). Stigma and help seeking for mental health among college students. *Medical care research and review*, 66(5), 522-541. <https://doi.org/10.1177/1077558709335173>
- Eisenberg, D., Speer, N., & Hunt, J. B. (2012). Attitudes and beliefs about treatment among college students with untreated mental health problems. *Psychiatric Services*, 63(7), 711–713. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.201100250>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF]. (2021). The impact of COVID-19 on the mental health of adolescents and youth. Disponible en: <https://www.unicef.org/lac/en/impact-covid-19-mental-health-adolescents-and-youth>
- Forero, C. G., Maydeu-Olivares, A., & Gallardo-Pujol, D. (2009). Factor Analysis with Ordinal Indicators: A Monte Carlo Study Comparing DWLS and ULS Estimation. *Structural*

- Equation Modeling: *A Multidisciplinary Journal*, 16(4), 625–641.  
<https://doi.org/10.1080/10705510903203573>
- Garrison, Y. L., & Lee, K. H. (2017). Emocionalidad y tolerancia a la incertidumbre y su asociación con el sentido de la vida en estudiantes universitarios coreanos. *Personality and Individual Differences*, 112, 26–30.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886917301228?via%3Dihub>
- Gongora, V. C., & Castro Solano, A. (2011). Validación del Cuestionario de Significado de la Vida MLQ en población adulta y adolescente Argentina.  
<https://doi.org/10.30849/rip/ijp.v45i3.169>
- Guillén Jiménez, Á. (2024). Factores de riesgo y variables asociadas a la salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios. <http://hdl.handle.net/10201/139325>
- Gulliver, A., Griffiths, K. M., & Christensen, H. (2010). Perceived barriers and facilitators to mental health help-seeking in young people: a systematic review. *BMC psychiatry*, 10, 1-9. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-10-113>
- Hernández Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>
- Hernández, F., Valdez, J. L., Montes De oca, Y., Torres, M., & López, N. (2016). Sentido de vida en jóvenes. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 19(2).  
<https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=73919>
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación (6ta Ed.). *Mcgraw Hill Education*. Recuperado de: [www.elosopanda.com%7Cjamespoetrodriguez.com](http://www.elosopanda.com%7Cjamespoetrodriguez.com).
- Husky, M. M., Kovess-Masfety, V., & Swendsen, J. D. (2020). Stress and anxiety among university students in France during COVID-19 mandatory confinement. *Comprehensive Psychiatry*, 102, 152191. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152191>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI]. (2022). Resultados de la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES) 2022. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/inei/campa%3%B1as/27650-resultados-de-la-encuesta-demografica-y-de-salud-familiar-endes-2022>

- Ji, B., Jiang, X. y Luo, Y. (2022). Autistic children's age difference in affiliate stigma and resilience of their parents in China: A cross-sectional study. *Archives of Psychiatric Nursing*, 39, 7-12.  
<https://doi.org/10.1016/j.apnu.2022.01.006>
- Keckojevic, A., Basch, C. H., Sullivan, M., & Davi, N. K. (2020). The impact of the COVID-19 epidemic on mental health of undergraduate students in New Jersey, cross-sectional study. *PLoS ONE*, 15(9), e0239696. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239696>
- King, L. A., Heintzelman, S. J., & Ward, S. J. (2016). Beyond the search for meaning: A contemporary science of the experience of meaning in life. *Current Directions in Psychological Science*, 25(4), 211-216. <https://doi.org/10.1177/0963721416656354>
- Kowalski, R. M., et al. (2018). Self-stigma, psychological distress, and meaning in life among college students. *Journal of Counseling Psychology*, 65(2), 145–155.
- Larrahondo, B. F., García, J., Martínez-Villalba, A. M., Zapata, J. P., & Aguirre-Acevedo, D. C. (2021). Validación de la escala de autoestigma por Búsqueda de ayuda (ABA) en una población de estudiantes de medicina de Colombia. *Revista Colombiana De Psiquiatría*, 50(2), 82–91. <https://doi.org/10.1016/J.RCP.2020.01.001>.
- Latalova, K., Kamaradova, D., & Prasko, J. (2014). Perspectives on perceived stigma and self-stigma in adult male patients with depression. *Neuropsychiatric disease and treatment* (Vol. 10, pp. 1399–1405). *Dove Medical Press Ltd*. <https://doi.org/10.2147/NDT.S54081>.
- Lee, Jungmin, Jeong, H. J., & Kim, S. (2021). Stress, anxiety, and depression among undergraduate students during the COVID-19 pandemic and their use of mental health services. *Innovative Higher Education*, 0123456789. <https://doi.org/10.1007/s10755-021-09552-y>
- Li, P., Wong, Y., & Chao, R. (2019). Felicidad y sentido de la vida: Asociaciones únicas, diferenciales e indirectas con la salud mental. *Counselling Psychology Quarterly*, 32(3),396–414. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/09515070.2019.1604493>
- Livingston, J. D., & Boyd, J. E. (2010). Correlates and consequences of internalized stigma for people living with mental illness: A systematic review and meta-analysis. *Social Science & Medicine*, 71(12), 2150–2161. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2010.09.030>

- Lokhee, S., & Hogg, R. C. (2021). Depression, stress and self-stigma towards seeking psychological help in veterinary students. *Australian Veterinary Journal*, 99(7), 309–317. <https://doi.org/10.1111/avj.13070>.
- Mac-Ginty, S., Jiménez, Á., y Martínez, V. (2021). Impacto de la pandemia por COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios en Chile. *Revista Chilena de Psiquiatría y Neurología de la Infancia y de la Adolescencia*, 32(1), 23-37.
- Maryam, M. A., & Mahmoud, M. A. (2014). Una investigación sobre la relación entre la depresión, el sentido de la vida y la esperanza en la edad adulta. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 114, 598–601. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042813053937?via%3Dihub>
- Mason, H. D. (2017). El significado como recurso de afrontamiento: Experiencias de estudiantes de enfermería. *Journal of Psychology in Africa*, 27(1), 74–79. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/14330237.2016.1268294>
- Medeiros, G. C., Senço, S. B., Lafer, B., & Almeida, K. M. (2016). Association between duration of untreated bipolar disorder and clinical outcome: data from a Brazilian sample. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 38, 6-10. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2015-1680>
- Ministerio de Salud [MINSA]. (2023). Día Mundial de la Salud Mental: más de 1 333 000 casos atendidos por trastornos y problemas psicosociales. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/847052-dia-mundial-de-la-salud-mental-mas-de-1-333-000-casos-atendidos-por-trastornos-y-problemas-psicosociales>
- Mueller, R. O., & Hancock, G. R. (2008). Best practices in structural equation modeling. *Best Advances Practices in Quantitative Methods*, 488–508. <https://doi.org/10.4135/9781412995627>
- Muthen, L., & Muthen, B. (2017). MPlus user' guide (8th ed.).
- Naciones Unidas [NU]. (2022). Unos mil millones de personas convivieron con algún problema de salud mental en 2019. <https://news.un.org/es/story/2022/06/1510422>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2021). Salud Mental. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2022). Trastornos mentales. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>

- Organización Panamericana de la Salud [OPS]. (2019). Los problemas de salud mental son la principal causa de discapacidad en el mundo, afirman expertos. Disponible en: [https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=15481:mental-health-problems-are-the-leading-cause-of-disability-worldwide-say-experts-at-paho-directing-council-side-event&Itemid=0&lang=es#gsc.tab=0](https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=15481:mental-health-problems-are-the-leading-cause-of-disability-worldwide-say-experts-at-paho-directing-council-side-event&Itemid=0&lang=es#gsc.tab=0)
- Otzen, Tamara, & Manterola, Carlos. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Papalia D, Feldman R, Martorell G. Desarrollo humano (2012). *Desarrollo Humano* (pp. 367). Recuperado:<https://psicologoseducativosgeneracion20172021.files.wordpress.com/2017/08/papalia-feldman-desarrollo-humano-12a-ed2.pdf>.
- Park, C. L., & Folkman, S. (1997). Significado en el contexto del estrés y afrontamiento. *Review of General Psychology*, 1(2), 115–144. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1037/1089-2680.1.2.115>
- Park, C. L., & Folkman, S. (1997). Significado en el contexto del estrés y afrontamiento. *Review of General Psychology*, 1(2), 115–144. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1037/1089-2680.1.2.115>
- Park, J., & Baumeister, R. F. (2017). Sentido de la vida y adaptación a los estresores cotidianos. *The Journal of Positive Psychology*, 12(4), 333–341. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2016.1209542>
- Pederson, A. B., Burnett-Zeigler, I., Fokuo, J. K., Wisner, K. L., Zumpf, K., & Oshodi, Y. (2020). Mental health stigma among university health care students in nigeria: A cross-sectional observational study. *Pan African Medical Journal*, 37(5), 1–13. <https://doi.org/10.11604/pamj.2020.37.5.24898>
- Ramos-Lira, L. (2014). ¿ Por qué hablar de género y salud mental? *Salud mental*, 37(4), 275-281.
- Raykov, T., & Hancock, G. R. (2005). Examining change in maximal reliability for multiple-component measuring instruments. *British Journal of Mathematical and Statistical Psychology*, 58(1), 65–82. <https://doi.org/10.1348/000711005X38753>
- Rivera-Riquelme, M., Piqueras, J. A., & Cuijpers, P. (2019). The Revised Mental Health Inventory-5 (MHI-5) as an ultra-brief screening measure of bidimensional mental health

- in children and adolescents. *Psychiatry research*, 274, 247-253.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2019.02.045>.
- Rogowska, A. M., Kuśnierz, C., & Bokszezanin, A. (2020a). Examining anxiety, life satisfaction, general health, stress and coping styles during COVID-19 pandemic in Polish sample of university students. *Psychology Research and Behavior Management*, 13, 797–811.  
<https://doi.org/10.2147/prbm.s266511>
- Rogowska, A. M., Pavlova, I., Kuśnierz, C., Ochnik, D., Bodnar, I., & Petrytsa, P. (2020b). Does physical activity matter for the mental health of university students during the COVID-19 pandemic. *Journal of Clinical Medicine*, 9(11), 3494.  
<https://doi.org/10.3390/jcm9113494>
- R-Studio Team. (2021). R Studio: Integrated Development for R. Rstudio Team Inc.
- Savitsky, B., Findling, Y., Ereli, A., & Hendel, T. (2020). Anxiety and coping strategies among nursing students during the COVID-19 pandemic. *Nurse Education in Practice*, 46, 102809. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2020.102809>
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods o Psychological Research Online*, 8(May), 23–74.
- Schreiber, J., Nora, A., Stage, F., Barlow, E., & King, J. (2006). Reporting structural equation modeling and confirmatory factor analysis. A review. *Journal of Educational Research*, 99(6), 323-337.  
<https://doi.org/10.3200/JOER.99.6.323-338>
- Silván, P., Recio, P., Moleró, F. y Nouvilas, E. (2020). Psychological quality of life in people with physical disability: The effect of internalized stigma, collective, action and 39 resilience. *International Journal Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1802.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph17051802>.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of counseling psychology*, 53(1), 80.

- Steger, MF, Oishi, S. y Kashdan, TB (2009). El significado de la vida a lo largo de la vida: Niveles y correlatos del significado de la vida desde la adultez emergente hasta la adultez avanzada. *The Journal of Positive Psychology*, 4 (1), 43–52. <https://doi.org/10.1080/17439760802303127>
- Tejada-Rangel, E., Retamoza, H., Rangel, M. T., & López, M. A. P. (2023). Asociación entre consumo del alcohol y tabaco con la salud mental de estudiantes de enfermería en Sinaloa. *RICS Revista Iberoamericana de las Ciencias de la Salud*, 12(23), 17-45.
- Temane, L., Khumalo, I. P., & Wissing, M. P. (2014). Validación del cuestionario de significado de vida en un contexto sudafricano. *Journal of Psychology in Africa*, 24(1), 51–60. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/14330237.2014.904088>
- Toia, A. ., Alvarez, L., Sanchez, C., Huanqui, G., Zegarra, S., Candia, M., & Ramos-Vargas, L. F. (2024). Salud Mental en estudiantes universitarios en aislamiento social durante la pandemia COVID-19. *Arequipa, Perú. Medicina clínica y social*, 8(1), 11-19. <https://doi.org/10.52379/mcs.v8i1.315>
- Toribio-Caballero, S., Cardenal, V., Ávila, A., & Ovejero, M. (2022). Roles de género y salud mental en las mujeres: su influencia en la demanda de atención psicológica. *Anales de Psicología*, 38(1), 7-16.
- Torres-Rodas, S., Castellanos-Sánchez, S. M. F., Vásquez-Calderón, H. M., & Chang-Pardo, M. S. (2021). Revisión epidemiológica de los trastornos mentales en el Perú. *PSIQUEMAG/ Revista Científica Digital de Psicología*, 11(1), 98–108. <https://doi.org/10.18050/psiquemag.v11i1.2655>
- Travezaño-Cabrera, A., Vilca, L.W., Quiroz-Becerra, J. et al. (2024). Which self-stigma of seeking help (SSOSH) version has adequate psychometric properties? An analysis of the SEM approach and network psychometrics in the Peruvian sample. *Curr Psychol*. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06099->
- Travezaño-Cabrera, A., Vilca, L.W., Quiroz-Becerra, J. et al. (2022). Meaning of life questionnaire (MLQ) in peruvian undergraduate students: study of its psychometric properties from the perspective of classical test theory (CTT). *BMC Psychol* 10, 206 <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00913-6>
- Trzebiński, J., Cabański, M., & Czarnecka, J. Z. (2020). Reacción a la pandemia de COVID-19: La influencia del sentido de la vida, la satisfacción vital y las suposiciones sobre el orden

- mundial y la positividad. *Journal of Loss and Trauma*, 25(6–7), 544–557.  
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/15325024.2020.1765098>
- Vilca, L. W., Chávez, B. V., Fernández, Y. S., & Caycho-Rodríguez, T. (2021). Spanish Version of the Revised Mental Health Inventory-5 (R-MHI-5): New Psychometric Evidence from the Classical Test Theory (CTT) and the Item Response Theory Perspective (IRT). *Trends in Psychology*, 30(1), 111-128. <https://doi.org/10.1007/s43076-021-00107-w>.
- Vogel, D. L., Wade, N. G., & Haake, S. (2006). Measuring the self-stigma associated with seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3), 325–337. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.3.325>
- Vogel, D. L., Wade, N. G., & Haake, S. (2006). Measuring the self-stigma associated with seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3), 325–337. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.3.325>.
- Wallin, E., Maathz, P., Parling, T., & Hursti, T. (2018). Self-stigma and the intention to seek psychological help online compared to face-to-face. *Journal of Clinical Psychology*, 74(7), 1207–1218.  
<https://doi.org/10.1002/jclp.22583>.

### Anexo 1.

## Instrumentos de recolección de datos

### Self-Stigma of Seeking Help (SSOSH-3)

En ocasiones, las personas se enfrentan a problemas para los cuales piensan en buscar ayuda. Esto puede producir reacciones sobre lo que significaría buscar ayuda. Por favor señale el grado con el que cada ítem describe cómo usted podría reaccionar en dicha situación.

Ítem		Fuertemente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de Acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Fuertemente de acuerdo
1	Me sentiría incompetente si fuera a un terapeuta para obtener ayuda psicológica.					
6	Me sentiría inferior al pedir ayuda a un terapeuta.					
8	Si fuera a un terapeuta, me sentiría menos satisfecho conmigo mismo.					

### Cuestionario de Significado en la Vida (MLQ)

Tomate un momento para pensar en aquello que te hace sentir que tu vida y tu existencia es significativa e importante. Responde a las siguientes afirmaciones de forma tan auténtica y exacta como puedas, y también, recuerda que estas preguntas son muy subjetivas y que no hay respuestas correctas o incorrectas. Responde de acuerdo a la siguiente escala:

---

<b>Absolutamente Falso</b>	<b>Mayormente Falso</b>	<b>Algo Falso</b>	<b>Ni o verdadero o ni falso</b>	<b>Algo verdadero</b>	<b>Mayormente verdadero</b>	<b>Absolutamente verdadero</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>

1. \_\_\_\_\_ Sé cuál es el propósito de mi vida.
2. \_\_\_\_\_ Estoy buscando algo que me haga sentir que vivo una vida significativa.
3. \_\_\_\_\_ Siempre estoy buscando encontrar el propósito de mi vida.
4. \_\_\_\_\_ Mi vida tiene un propósito claro.
5. \_\_\_\_\_ Sé muy bien lo que da sentido a mi vida.
6. \_\_\_\_\_ Descubrí el propósito de mi vida, el cual me da plena satisfacción.
7. \_\_\_\_\_ Siempre estoy buscando algo que me haga sentir que mi vida tiene un
8. \_\_\_\_\_ Estoy en la búsqueda de un propósito o misión para mi vida.
9. \_\_\_\_\_ Estoy buscando un significado para mi vida.

### Inventario De Salud Mental R-MHI-5

**Instrucciones:** A continuación, te haremos algunas preguntas sobre cómo te has sentido en el último mes. Procura ser sincero en tus respuestas.

Items	Nunca	A veces	A menudo	Siempre
1. Durante el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido muy nervioso?				
2. Durante el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido tranquilo y en paz?				
3. Durante el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido desanimado o triste?				
4. Durante el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido feliz?				
5. Durante el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido tan triste que nada lograba animarte?				

### Matriz de operalización de variables

Variable	Definición Operacional	Valores
<p>Autoestigma por búsqueda de ayuda: El autoestigma por búsqueda de ayuda se define como la autopercepción que perjudica la autoestima y la autoeficacia al buscar atención de salud mental. Este estigma lleva a no buscar tratamiento o retrasarlo, lo que impacta negativamente en el pronóstico de los TM. (Vogel et al., 2006).</p>	<p>1. Me sentiría incompetente si fuera donde un terapeuta para obtener ayuda psicológica.</p> <p>3. Buscar ayuda psicológica me haría sentir menos inteligente.</p> <p>6. Me sentía interior al pedir ayuda un terapeuta.</p>	<p>1 = Fuertemente en desacuerdo</p> <p>2 = En desacuerdo</p> <p>3 = Ni de acuerdo en desacuerdo</p> <p>4 = De acuerdo</p> <p>5 = Fuertemente de acuerdo</p>

<p>Significado en la Vida:</p> <p>Según Wong y Fry (1998), el significado de la vida es un constructo individual y un sistema cognitivo fundamentado en el marco cultural de cada persona, que influye en sus decisiones, actividades y metas. Este significado se manifiesta como un propósito, un valor personal y un sentido de realización.</p>	<p>Sé cuál es el propósito de mi vida.</p> <p>2. Estoy buscando algo que me haga sentir que vivo una vida significativa.</p> <p>3. Siempre estoy buscando encontrar el propósito de mi vida.</p> <p>4. Mi vida tiene un propósito claro.</p> <p>5. Sé muy bien lo que da sentido a mi vida.</p> <p>6. Descubrí el propósito de mi vida, el cual me da plena satisfacción.</p> <p>7. Siempre estoy buscando algo que me haga sentir que mi vida tiene un propósito.</p> <p>8. Estoy en la búsqueda de un propósito o misión para mi vida.</p> <p>9. Estoy buscando un significado para mi vida.</p>	<p>1 = Absolutamente Falso</p> <p>2 = Mayormente Falso</p> <p>3 = Algo Falso</p> <p>4 = Ni verdadero ni falso</p> <p>5 = Algo verdadero</p> <p>6 = Mayormente verdadero</p> <p>7 = Absolutamente verdadero</p>
<p>Salud Mental</p> <p>La salud mental es una</p>	<p>1. Durante el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido muy nervioso</p> <p>2. Durante el último mes, ¿con qué frecuencia te has</p>	<p>0 = Nunca</p> <p>1 = A veces</p> <p>2 = Varias veces</p>

<p>condición variable, influenciado por factores biológicos y sociales, que facilita la integración de los impulsos individuales, la creación de relaciones armónicas y la participación en el desarrollo social y físico del entorno (Bertolote, 2008).</p>	<p>sentido tranquilo y en paz?</p> <p>3. Durante el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido desanimado o triste?</p> <p>4. Durante el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido feliz?</p> <p>5. Durante el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido tan triste que nada lograba animarte?</p>	<p>3 = Siempre</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------