UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Psicología

Influencia de la soledad y la depresión en el bienestar subjetivo en jóvenes de Lima, Perú

Trabajo de Investigación para obtener el Grado Académico de Maestro(a) en Psicología Clínica y de la Salud

Autor:

Juanita Maricielo Carbajal Cerrinos
Lucia Stefany Velasquez Cervantes

Asesor:

Mg. Aaron Italo Travezaño Cabrera

Lima, septiembre de 2026

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Yo Aaron Italo Travezaño Cabrera, docente de la Unidad de Posgrado de Psicología, Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **"INFLUENCIA DE LA SOLEDAD Y LA DEPRESIÓN EN EL BIENESTAR SUBJETIVO EN JÓVENES DE LIMA, PERÚ"** de los autores Juanita Maricielo Carbajal Cerrinos y Lucia Stefany Velasquez Cervantes tiene un índice de similitud de 14 % verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 30 días del mes de septiembre del año 2026



Mg. Aaron Italo Travezaño Cabrera

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

En Lima, Ñaña, Villa Unión, a 29 días día(s) del mes de septiembre del año 2026 siendo las 12:00 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Lima, bajo la dirección del (de la) presidente(a): Dr. Arnulfo Chico Robles, el (la) secretario(a): Mg. Gissel Arteta Sandoval y los demás miembros: Mg. Sara Esther Richard Pérez, Mg. Esther Edelmira Méndez Zavaleta y el (la) asesor(a) Mg. Aaron Italo Travesaño Cabrera con el propósito de administrar el acto académico de sustentación del trabajo de investigación titulado: "Influencia de la soledad y la depresión en el bienestar subjetivo en jóvenes de Lima, Perú" del (de la)/(los)(las) candidato(a)/s a) Lucia Stefany Velasquez Cervantes b) Juanita Maricielo Carbajal Cerrinos c) conducente a la obtención del Grado Académico de Maestro(a) en: Psicología Clínica y de la Salud

(Denominación del Grado Académico)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(a)/s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por al (a la) / a (los) (las) candidato(a)/s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Candidato/a (a): Lucia Stefany Velasquez Cervantes

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	19	A	Excelente	Excelencia

Candidato/a (b): Juanita Maricielo Carbajal Cerrinos

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	19	A	Excelente	Excelencia

Candidato/a (c):

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

(*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)/s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.



Presidente/a

Mg. Gissel Arteta Sandoval
Secretaria

Asesor/a

Miembro

Miembro

Candidato/a (a)

Candidato/a (b)

Candidato/a (c)

ÍNDICE

Introducción 8
Material y métodos 10
Diseño y contexto 10
Participantes 10
Instrumentos 11
La Escala Breve de Miedo a la Soledad (BSFL) 11
El Cuestionario de Salud del Paciente-9 (PHQ-9) 11
La Escala de Bienestar Subjetivo (SWB) 11
Procedimientos 12
Análisis estadístico 12
Aspectos éticos 12
Resultados 13
Discusión 14
Limitaciones 16
Conclusiones y Recomendaciones 17
Referencias 18

Influencia de la soledad y la depresión en el bienestar subjetivo en jóvenes de Lima, Perú.

Influence of loneliness and depression on subjective well-being in young adults in Lima, Peru.

Autores

Juanita Maricielo Carbajal Cerrinos[1], Lucia Stefany Velasquez Cervantes[1]

Filiación

[1] Universidad Peruana Unión, Unidad de Posgrado de Psicología, Lima, Perú

ORCID

Juanita Maricielo Carbajal Cerrinos : https://orcid.org/0009-0000-2880-2572
Lucia Stefany Velasquez Cervantes : https://orcid.org/0009-0000-7503-7981

Email

juanita25138@gmail.com
shaddy.velasquez@gmail.com

Correspondencia

Juanita Maricielo Carbajal Cerrinos
Universidad Peruana Unión, Escuela Profesional de Psicología, Lima, Perú
Email: juanita25138@gmail.com
Phone: +51 964145352
Address: Camino Real 160 Santa Anita, Lima, Perú

Resumen

INTRODUCCIÓN: La depresión y la soledad constituyen problemas críticos de salud pública con una alta prevalencia en adultos jóvenes y mujeres, vinculándose estrechamente con el deterioro del bienestar subjetivo y un incremento en el riesgo de ideación suicida.

OBJETIVO: Determinar la influencia de la soledad y la depresión en el bienestar subjetivo en jóvenes de Lima, Perú.

MATERIAL Y MÉTODOS: La investigación adoptó un diseño cuantitativo, empírico y transversal de alcance predictivo sustentado en el modelamiento estructural (SEM). El levantamiento de la información se efectuó mediante plataformas digitales en la capital peruana, contando con la participación de 417 adultos jóvenes de 18 a 35 años (predominio femenino del 56.1% y estado civil soltero en el 75.5%), reclutados a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se utilizaron escalas validadas: Escala Breve de Miedo a la Soledad (BSFL), Cuestionario de Salud del Paciente-9 (PHQ-9) para depresión y la Escala de Bienestar Subjetivo (SWB).

RESULTADOS: La evaluación de la bondad de ajuste del modelo estructural arrojó parámetros robustos y satisfactorios (CFI = .98; TLI = .97; SRMR = .06), a pesar de que el valor del RMSEA (.10, IC 90% [.09, .10]) se ubicó en el umbral marginal. En el plano de las trayectorias estructurales, la soledad se consolidó como la principal variable predictora del bienestar subjetivo exhibiendo una incidencia inversa sustancial ($\beta = -.56$; $p < .001$), en contraste con el aporte de la depresión, el cual no alcanzó significancia estadística dentro del modelo ($\beta = -.05$; $p = 0.259$).

CONCLUSIONES: Se concluye que el sentimiento de soledad constituye la variable determinante con mayor repercusión desfavorable en la percepción de bienestar de los participantes. Por ende, resulta fundamental consolidar las estructuras de soporte social e incentivar dinámicas de integración grupal para promover una salud afectiva óptima a lo largo de la adultez temprana.

Palabras clave: Soledad, depresión, bienestar subjetivo, jóvenes, predictivo.