

ISSN: EN TRÁMITE

AÑO. 1 NÚM. 1 JULIO 2025

Synergia

Revista Multidisciplinaria



UNIVERSIDAD DE
GUADALAJARA
Red Universitaria e Institución Benemérita de Jalisco

CUSUR
Comunidad abierta

Synergia
REVISTA MULTIDISCIPLINARIA



DHEI
Maestría y Doctorado en Desarrollo
Humano, Educación e Interculturalidad

Synergia

Revista Multidisciplinaria

Directora de la Revista

Dra. Nancy Rubi Estrada Ledesma

Editores Adjuntos

Dr. Marco Antonio Santana Campas

Lic. Iván Rogelio Hernández Quintero

Maquetación

Lic. Heidi Aixa Santana Santana

Consejo Editorial

Dra. Nancy Pamela Castro Zazueta

Dra. Laura Elena de Luna Velasco

Dr. Oscar Gómez González

Mtro. Eduardo Rodolfo Ochoa Chávez

Comité Científico Nacional

Dra. Yolanda Viridiana Chávez Flores

Dra. Karla Patricia Valdés García

Dr. Morelos Torres Aguilar

Dr. Jesús Humberto Márquez Palacios

Dr. Rubén Muñoz Martínez

Dra. Laura Nadhielii Alfaro Beracoechea

Mtra. Claudia María Ramos Santana

Mtra. Laura Rocío Juárez García

Mtro. Juan Alfonso Cruz Vázquez

Corrección y Estilo

Mtra. María del Carmen Oliveros Sánchez

Mtro. José de Jesús Vargas Quezada

Lic. Marlene Caballero González

Lic. Marcela del Carmen Ávila Álvarez

Comité Científico Internacional

Dra. Jenny Zarela Quezada Zevallos

Dra. Claudia María Caballero Reyes

Dra. Cristina Fuentes Mejía

Dra. Elcy Yaned Astudillo Muñoz

Dra. Paula Belén Mastandrea

Dra. Irene Vicente Echevarría

Dr. Paulo César González Sepúlveda

Dr. Arcadio de Jesús Cardona Isaza

Dr. Lucas Guimarães Bloc

Mtro. Carlos Erasmo Sanhueza Sanzana

Lic. José Luis Martínez Torres

Directorio Institucional, Centro Universitario del Sur, Universidad de Guadalajara

Dr. Dante Jaime Haro Reyes. Rector del Centro Universitario del Sur

Dr. José de Jesús Chávez Cervantes. Secretario Académico

Mtra. Mariana Elizabeth Domínguez Cobián. Secretaria Administrativa

Dr. Enrique Arámbula Maravilla. Coordinador de Investigación y Posgrado

Dr. José Alejandro Juárez González. Director de la División de Ciencias Sociales y Humanidades.

Dra. Evangelina Elizabeth Lozano Montes de Oca. Jefa del Departamento de Ciencias Sociales

Mtro. Alfredo Tomás Ortega Ojeda. Jefe del Departamento de Artes y Humanidades.

Dr. Marco Antonio Santana Campas. Coordinador de la Maestría y el Doctorado en Desarrollo Humano, Educación e Interculturalidad

Synergia

Revista Multidisciplinaria

Editorial

Historia	3
Presentación del Número	6
Agradecimientos	9

Artículos Científicos

Revisión de las propiedades psicométricas de la escala de asertividad en una muestra de adultos mexicanos <i>Marco Antonio Santana-Campas, Ari Ortega Aguilar y Sikandar Ortega Aguilar</i>	11
--	----

Libertad alimentaria y bienestar: Deconstruyendo el estigma del peso con HAES® y alimentación intuitiva <i>Laura Jacquelyn Del Toro Vargas y Marco Antonio Santana-Campas</i>	32
--	----

Propiedades psicométricas del Cuestionario de Satisfacción laboral S20/23 en una muestra de trabajadores mexicanos <i>Nancy Pamela Castro-Zazueta y Oscar Gómez-González</i>	58
---	----

<i>Propiedades psicométricas del Cuestionario de Satisfacción laboral S20/23 en una muestra de trabajadores mexicanos</i> <i>Nancy Pamela Castro-Zazueta y Oscar Gómez-González</i>	77
--	----

Ensayos Académicos

Espacio agrario y contexto judicial. Una reflexión posreforma <i>Pedro Figueroa González</i>	94
---	----

La Comunicación en las Empresas: Una mirada desde la Interculturalidad <i>Marlene Caballero González, José Guadalupe Salazar Estrada y Laura Elena de Luna Velasco</i>	104
---	-----

Antecedentes

Nancy Rubi Estrada Ledesma, Marco Antonio Santana-Campas, Iván Rogelio Hernández-Quintero

Nos complace realizar la presentación de la fundación de la revista *Synergia*. Revista Multidisciplinaria, así como la publicación del primer número de la misma, constituyen un acontecimiento académico que señala la consolidación de un proyecto editorial orientado a la producción y circulación del conocimiento científico en el ámbito del desarrollo humano, la educación y la interculturalidad.

Consideramos que este acto no sólo significa abrir un nuevo espacio para la difusión académica sino la concreción de una visión institucional que apuesta por la investigación transdisciplinaria, el diálogo internacional y el establecimiento de comunidades científicas comprometidas en su labor de transformación social, que orientan sus esfuerzos académicos a la consolidación de respuestas articuladas capaces de dar respuesta a la complejidad que plantea el contexto social que habitamos en la actualidad. La fundación de la revista forma parte de un proceso histórico mayor vinculado a la creación de programas de posgrado, redes académicas y plataformas de colaboración que busca brindar respuesta a los dilemas contemporáneos desde una visión ética, humanista y científica.

Los programas de posgrado (Maestría y Doctorado) en Desarrollo Humano, Educación e Interculturalidad constituyen el antecedente académico esencial que sirve de base a la Red Internacional de Investigación Transdisciplinaria en Desarrollo Humano, Educación e Interculturalidad (RIITDHEI) y, en consecuencia, la creación de la revista *Synergia*. Ambos programas fueron creados oficialmente el 15 de diciembre de 2022 para ofertarse en el Centro Universitario del Sur de la Universidad de Guadalajara como parte de

una estrategia institucional que busca reforzar la investigación, la formación avanzada y la vinculación social desde la perspectiva transdisciplinaria.

La creación de estos posgrados tuvo su legitimación en la necesidad de crear espacios formativos que pudiesen aunarse al desarrollo humano, la educación y la interculturalidad como ejes analíticos y prácticos para dar cuenta de problemáticas complejas vinculadas a la salud mental, la justicia social, la diversidad cultural y la transformación educativa. Las primeras generaciones del programa de posgrado dieron inicio en agosto de 2023, marcando con ello el inicio de una comunidad académica orientada a la producción de conocimiento con impacto social y científico.

Una vez que se fueron estructurando estos programas se dio paso a la necesidad de crear estructuras complementarias que presentaran la investigación, la cooperación internacional y la transferencia de conocimiento. En este marco y con el impulso del Dr. Marco Antonio Santana Campas, se crea la Red Internacional de Investigación Transdisciplinaria en Desarrollo Humano, Educación e Interculturalidad, misma que fue creada en el marco del I Congreso Internacional en Desarrollo Humano, Educación e Interculturalidad en septiembre 2024, esta red es definida como una plataforma de colaboración académica entre los investigadores, los estudiantes y las instituciones interesadas en diseñar proyectos conjuntos y en compartir saberes a partir de perspectivas que sean integradoras. La red potencia el alcance formador de las formaciones de posgrado y contribuye a la edificación de agendas de investigación que superan la divisibilidad disciplinar, reforzando, así la dimensión internacional del programa académico.

En el marco de esta evolución institucional, en el 2025 surge la revista *Synergia* como el soporte editorial encargado de rescatar, validar e impulsar la producción científica de los posgrados y la red internacional sin limitarse a este ámbito. En efecto ya nace en la propuesta del Dr. Marco Antonio Santana Campas junto con el actual equipo editorial, con la idea de constituir un espacio arbitrado para la publicación científica abierta al resto de los investigadores de México y del mundo.

Tal propósito responde a la convicción de que, para desarrollar el desarrollo humano, la educación y la interculturalidad, se requieren los propios canales de difusión científica que

garanticen el rigor metodológico y el acceso a la comunicación científica, el fomento del diálogo y el enlace transdisciplinar.

Así, el nombre *Synergia* representa el esfuerzo de construcciones colectivas orientadas en un mismo sentido para construir el conocimiento en un mismo sentido. La propuesta fue avalada institucionalmente por el entonces rector del Centro Universitario del Sur, el Dr. José Guadalupe Salazar Estrada (2022 – abril de 2025), y el Dr. José de Jesús Chávez, y es impulsada también por el actual rector, el Dr. Dante Jaime Haro Reyes, lo cual ha permitido mantener su continuidad y proyección estratégica.

La revista se afianza como un espacio académico abierto que publica artículos originales, revisiones teóricas, ensayos, estudios de caso, entrevistas académicas y reseñas críticas, al mismo tiempo que promueve la formación investigativa de los estudiantes de posgrado y su integración en la conversación científica internacional.

La secuencia que se da, la creación de los posgrados en diciembre de 2022, la apertura de las generaciones en agosto de 2023, la creación de la red internacional en 2024, la creación de *Synergia* en 2025; en definitiva, hace posible una estrategia académica consistente que va orientada a la construcción de un ecosistema de investigación, formación y divulgación científica en torno al desarrollo humano, la educación y la interculturalidad. La publicación del primer volumen de la revista es la manifestación más tangible de este proceso: el instrumento editorial que articula la comunidad académica, el pensamiento crítico y el compromiso social a partir de la producción científica de calidad.

DIRECTORA DE LA REVISTA

Dra. Nancy Rubi Estrada Ledesma

SUBDIRECTORES

Dr. Marco Antonio Santana Campas

Mtro. Iván Rogelio Hernández Quintero

Presentación

Nancy Rubi Estrada Ledesma, Marco Antonio Santana-Campas, Iván Rogelio Hernández-Quintero

Esta revista es un proyecto impulsado por la Maestría y Doctorado en Desarrollo Humano, Educación e Interculturalidad del Centro Universitario del Sur (CUSur), Universidad de Guadalajara y la Red Internacional de Investigación Transdisciplinaria en Desarrollo Humano, Educación e Interculturalidad. Nace con el propósito de consolidarse como un espacio de reflexión crítica y diálogo interdisciplinario, donde investigadores, docentes, profesionales y la sociedad en general puedan compartir contribuciones inéditas que aviven el debate teórico y práctico en estos campos. En sus páginas convergen miradas diversas sobre los desafíos del desarrollo humano y la construcción de sociedades más inclusivas.

Su objetivo es difundir investigaciones rigurosas que aporten perspectivas innovadoras al desarrollo humano, la educación y la interculturalidad, sin adscribirse a una corriente teórica específica, pero priorizando la relevancia, originalidad y calidad metodológica. En este primer número presentamos seis trabajos que ejemplifican dicho compromiso, abordando temáticas clave desde metodologías cualitativas, cuantitativas y ensayos.

El primer trabajo, un artículo original titulado “Revisión de las propiedades psicométricas de la escala de asertividad en una muestra de adultos mexicanos”, contribuye al campo de la evaluación psicológica al validar un instrumento de medición de la asertividad adaptado a la población mexicana. Mediante un riguroso análisis cuantitativo, el estudio no solo confirma la validez transcultural del constructo, sino que identifica limitaciones específicas en sus subdimensiones. Si bien demuestra que la escala posee una confiabilidad

global aceptable ($\alpha = .818$), sus hallazgos invitan a refinamientos metodológicos para optimizar su aplicabilidad en contextos clínicos y de investigación.

El segundo trabajo, un artículo titulado “Libertad alimentaria y bienestar: Deconstruyendo el estigma del peso con HAES® y Alimentación Intuitiva”, cuestiona los paradigmas dominantes en salud y nutrición al explorar alternativas al enfoque tradicional de control de peso. Destaca la importancia del bienestar integral por encima de la estética corporal mediante un estudio fenomenológico basado en entrevistas a profundidad, que revela procesos subjetivos de desaprendizaje de la cultura dietética. Los hallazgos clave muestran que la transición hacia una alimentación intuitiva es no lineal y requiere reconstruir la confianza corporal, lo que sugiere la necesidad de intervenciones en salud con enfoque antidiscriminatorio.

El tercer trabajo es una revisión bibliográfica titulada “Factores de riesgo sobre el suicidio en adolescentes”, que sintetiza evidencia científica reciente para abordar este complejo problema de salud pública. Identifica patrones críticos como la mayor vulnerabilidad asociada al género femenino, la presencia de cuadros depresivos y la exposición a entornos sociofamiliares adversos. El autor destaca cómo esta multifactorialidad exige respuestas integrales que combinen intervenciones clínicas interdisciplinarias con políticas públicas basadas en evidencia. Este estudio propone un marco de acción que vincula la prevención con los principios del desarrollo humano, subrayando la necesidad de abordajes que trasciendan perspectivas meramente clínicas para incorporar dimensiones educativas, sociales y culturales en el diseño de estrategias efectivas.

El cuarto trabajo, un ensayo titulado “Espacio agrario y contexto judicial. Una reflexión posreforma”, discute los desafíos históricos de la justicia agraria en los espacios ejidales y comunales de México, afectados por políticas del siglo pasado que, pese a prometer mayor eficiencia en el campo, terminaron debilitando estas formas de tenencia de la tierra. A través de un enfoque crítico, el texto propone replantear el acceso a la justicia para este sector marginado, destacando la necesidad de contar con funcionarios honorables, profesionalmente capacitados y con condiciones laborales adecuadas que garanticen una atención equitativa y eficaz.

El quinto trabajo, el ensayo, “La comunicación de las empresas: Una mirada desde la interculturalidad”, explora los desafíos que enfrentan las empresas al expandirse a nuevos

mercados en un contexto globalizado, donde los conflictos culturales pueden obstaculizar su adaptación y éxito. A partir de un análisis de los efectos de la globalización en la dinámica organizacional, se examina cómo el choque de valores, tradiciones y formas de comunicación afecta la eficiencia empresarial. Como propuesta central, el ensayo destaca la comunicación intercultural, una habilidad que integra aspectos cognitivos, emocionales y sociales, como estrategia clave para que las empresas y sus líderes fomenten entornos inclusivos, eviten tensiones culturales y consoliden su presencia en mercados diversos, garantizando así sus objetivos de crecimiento y prestigio.

Los artículos y ensayos aquí reunidos reflejan la diversidad temática y metodológica que caracteriza a *Synergia*, además de su compromiso con la divulgación científica rigurosa y socialmente relevante. Desde la deconstrucción de estigmas en salud hasta la evaluación de instrumentos psicosociales y la prevención de conductas de riesgo, estos trabajos enriquecen la comprensión del desarrollo humano desde una mirada crítica e integradora. Invitamos a la comunidad académica a seguir contribuyendo con investigaciones que, como estas, desafíen fronteras disciplinarias y promuevan diálogos transformadores.

Revisión de las propiedades psicométricas de la escala de asertividad en una muestra de adultos mexicanos

Review of the psychometric properties of the assertiveness scale in a sample of Mexican adults

Análise das propriedades psicométricas da escala de assertividade em uma amostra de adultos mexicanos

Marco Antonio Santana-Campas¹, Ari Ortega Aguilar², Sikandar Ortega Aguilar³

Recibido: 13 de marzo de 2025.

Aceptado: 18 de abril de 2025.

Para citar este artículo:

Santana-Campas, M. A., Ortega, A. & Ortega, S. (2025). Revisión de las propiedades psicométricas de la escala de asertividad en una muestra de adultos mexicanos. *Synergia. Revista Multidisciplinaria* 1(1). 11-31. <https://doi.org/10.32870/synergia.v1i1.1>

¹ Doctor en Psicología, Centro Universitario del Sur de la Universidad de Guadalajara.

 mascampas@gmail.com  <https://orcid.org/0000-0002-6750-2713>

² Maestro en Psicoterapia Cognitiva. Rector del Centro de Psicoterapia Cognitiva Conductual.

 ariortega@terapia-cognitiva.mx  <https://orcid.org/0009-0006-3611-3332>

³ Maestro en Psicoterapia Cognitiva Conductual. Profesor, investigador y clínico en el Centro de Psicoterapia Cognitiva.  psicsik03@yahoo.com.mx  <https://orcid.org/0009-0008-9337-7005>

 Autor de correspondencia: mascampas@gmail.com

RESUMEN

Introducción: La asertividad se entiende como la capacidad de expresar sentimientos y pensamientos de manera directa y honesta, y su falta se asocia con problemas de salud mental, como ansiedad y depresión. **Objetivo:** Revisar las propiedades psicométricas de la escala de asertividad en una muestra de psicólogos mexicanos. **Método:** Se realizó una investigación cuantitativa, no experimental y transversal con 1,242 participantes, principalmente psicólogos y adultos de población no clínica. Se utilizó una versión adaptada de la Escala de Asertividad de Rathus con 22 reactivos. **Resultados:** La fiabilidad de la escala se evaluó con un Alfa de Cronbach global siendo de .818 y el ω de McDonald de .782 valores considerados aceptables. No obstante, por dimensiones específicas de la escala fueron bajos (eje., Manifestación de Sentimientos = .512, Eficacia = .491, Expresión de Opiniones = .442), lo que indica posibles problemas de consistencia interna en esas subescalas específicas. Se identificaron seis factores principales que explicaron el 46.52% de la varianza total. Estos factores incluyen la capacidad para demostrar disconformidad, manifestación de sentimientos y pensamientos, autoeficacia, interacción social, expresión de opiniones y la habilidad para decir no. La validez de constructo indicó que las medidas de ajuste absoluto y de parsimonia del modelo fueron adecuadas (Chi-cuadrada = .001, RMSEA = .025, CFI = .956, TLI = .948, AIC = 605.769, PRATIO = .861, PNFI = .78). **Discusión:** Los resultados son consistentes con estudios previos realizados en otras poblaciones y contextos culturales. La escala demostró ser válida y fiable, lo que sugiere su utilidad para evaluar la asertividad; sin embargo, requiere revisiones adicionales por dimensiones ya que estas resultan poco confiables.

Palabras clave: *Asertividad, Psicólogo, Psicometría, Población no clínica.*

ABSTRACT

Introduction: Assertiveness is understood as the ability to express feelings and thoughts directly and honestly, and its absence is associated with mental health problems such as anxiety and depression. **Objective:** To review the psychometric properties of the assertiveness scale in a sample of Mexican psychologists. **Method:** A quantitative, non-experimental, cross-sectional study was conducted with 1,242 participants, mainly psychologists and adults from a non-clinical population. An adapted version of the Rathus Assertiveness Scale with 22 items was used. **Results:** The reliability of the scale was assessed with an overall Cronbach's alpha of .818 and McDonald's ω of .782 both considered acceptable. However, the coefficients by specific dimensions were low (e.g., Manifestation of Feelings = .512, Efficacy = .491, Expression of Opinions = .442), indicating possible internal consistency issues in these subscales. Six main factors were identified, explaining 46.52% of

the total variance. These factors include the ability to show disagreement, manifestation of feelings and thoughts, self-efficacy, social interaction, expression of opinions, and the ability to say no. The Construct validity indicated that there were no significant internal consistency problems. Construct validity indicated that the absolute fit and parsimony measures of the model were adequate (Chi-square = .001, RMSEA = .025, CFI = .956, TLI = .948, AIC = 605.769, PRATIO = .861, PNFI = .78). **Discussion:** The results are consistent with previous studies conducted in other populations and cultural contexts. The scale proved to be valid and reliable, suggesting its usefulness for assessing assertiveness; however, additional revisions are required by dimensions, as these show low reliability.

Key Words: *Assertiveness, Psychologist, Psychometrics, Non-clinical population.*

RESUMO

Introdução: A assertividade é entendida como a capacidade de expressar sentimentos e pensamentos de forma direta e honesta, e sua ausência está associada a problemas de saúde mental, como ansiedade e depressão. **Objetivo:** Analisar as propriedades psicométricas da escala de assertividade em uma amostra de psicólogos mexicanos. **Métodos:** Foi realizado um estudo quantitativo, não experimental e transversal com 1.242 participantes, principalmente psicólogos e adultos de uma população não clínica. Foi utilizada uma versão adaptada da Escala de Assertividade de Rathus, com 22 itens. **Resultados:** A confiabilidade da escala foi avaliada com um alfa de Cronbach geral de 0,818 e um ω de McDonald de 0,782, ambos considerados aceitáveis. No entanto, os coeficientes por dimensões específicas foram baixos (por exemplo, Manifestação de Sentimentos = 0,512, Eficácia = 0,491, Expressão de Opiniões = 0,442), indicando possíveis problemas de consistência interna nessas subescalas. Foram identificados seis fatores principais, explicando 46,52% da variância total. Esses fatores incluem a capacidade de demonstrar discordância, manifestação de sentimentos e pensamentos, autoeficácia, interação social, expressão de opiniões e a capacidade de dizer não. A validade de construto indicou que não houve problemas significativos de consistência interna. A validade de construto indicou que as medidas de ajuste absoluto e parcimônia do modelo eram adequadas (Qui-quadrado = 0,001, RMSEA = 0,025, CFI = 0,956, TLI = 0,948, AIC = 605,769, PRATIO = 0,861, PNFI = 0,78). **Discussão:** Os resultados são consistentes com estudos anteriores realizados em outras populações e contextos culturais. A escala revelou-se válida e confiável, sugerindo sua utilidade para avaliar a assertividade; no entanto, são necessárias revisões adicionais em cada dimensão, uma vez que estas apresentam baixa confiabilidade.

Palavras-chave: *Assertividade, Psicólogo, Psicometria, População não clínica.*

INTRODUCCIÓN

Gaeta y Galvanovskis (2009) realizaron un análisis teórico-empírico sobre el constructo de la asertividad y encontraron que puede ser entendido como un aprendizaje y como una forma de adaptación al medio ambiente. El comportamiento asertivo implica expresar lo que se cree, se siente y desea de forma directa y honesta. Además, esto implica un proceso de aceptación y valoración personal que favorece el desarrollo de habilidades para expresar los pensamientos, sentimientos y percepciones. Lo anterior repercute en la resolución de problemas, la satisfacción de necesidades y la habilidad para resistir la presión grupal o individual, así como el liderazgo, la dirección y la influencia sobre los demás.

Por otro lado, se ha identificado que la asertividad se asocia con problemas de salud mental en diferentes poblaciones y contextos. Las personas con baja asertividad pueden tener dificultades para expresar sus opiniones, sentimientos, creencias y necesidades sin experimentar ansiedad ni vulnerar los derechos de los demás (Speed et al., 2018). Asimismo, la falta de asertividad puede tener efectos negativos en la salud mental, incluyendo un aumento de la ansiedad personal y una disminución de la motivación para tener éxito, e incluso dificultades en las relaciones sexuales no asertivas, las cuales pueden tornarse violentas (Sheinov, 2019; Радмила, et al., 2018).

En estudiantes universitarios, el comportamiento no asertivo puede conducir a dificultades en la socialización, como incapacidad para superar problemas, descuido de los derechos personales y mala toma de decisiones. La baja asertividad se asocia con rasgos depresivos y de personalidad en los estudiantes, destacando la importancia de desarrollar habilidades asertivas durante la formación universitaria. Por tanto, se enfatiza la necesidad de implementar programas de capacitación en asertividad para proteger la salud mental de los jóvenes durante sus estudios (Gil-Llario et al., 2021).

Se ha reportado que la asertividad puede incrementarse mediante entrenamientos grupales. En este sentido, Bulantika y Sari (2019) encontraron un aumento significativo de la asertividad y una disminución de la ansiedad y el estrés después de una intervención grupal en estudiantes universitarios. Asimismo, García-Grau, et al., (2019) llevaron a cabo un programa de entrenamiento en asertividad para estudiantes de psicología. De manera similar, Machicado (2022) realizó un programa de intervención y entrenamiento en asertividad con

enfoque cognitivo-conductual y reportó un incremento en nuevas habilidades y estrategias asertivas, además de una disminución del estrés.

En estudios diferenciados por tipo de profesión, se ha identificado que la idoneidad de la atención asertiva depende de la capacidad de toma de decisiones y del nivel de la amenaza o daño potencial (Liégeois, 2023). Por ejemplo, en un estudio en Bielorrusia se encontró que el 60% de los profesores presenta baja asertividad, el 25% muestra conductas pasivas y el 15% conductas agresivas; además, los hombres resultaron ser más asertivos que las mujeres (Sheinov, 2019).

Por otra parte, en enfermeras de servicios psiquiátricos, ante la falta de asertividad se implementó un programa de capacitación, encontraron una diferencia significativa en las habilidades de asertividad y en la autoestima antes y después de la intervención. Asimismo, se encontró una correlación positiva entre las habilidades de asertividad, los puntajes de autoestima, la edad y los años de experiencia (Abed et al., 2015). Resultados similares se encontraron en odontólogos, destacándose la importancia de la asertividad para el éxito profesional y el apoyo entre colegas (Bedi, et al., 2022).

Cómo se ha señalado, la falta de asertividad impacta en diferentes aspectos, como problemas de salud mental, desempeño profesional y éxito académico; además, se ha demostrado que los programas de intervención en asertividad son eficaces. Por consiguiente, resulta relevante contar con instrumentos que posean adecuadas propiedades psicométricas y que estén adaptados a diferentes contextos, poblaciones y grupos de edad.

En este sentido, las escalas más utilizadas son el Autoinforme de Conducta Asertiva ADCA1 creado por García y Magaz (2003), el Inventario de Asertividad de Gambrill y Richey (1975) la Escala de Asertividad de Rathus. Para identificar las versiones más utilizadas de la asertividad, se realizó una búsqueda manual utilizando el operador booleano de comillas. Se identificó que la primera ha sido utilizada 58 veces en los últimos cinco años y la segunda 166 veces. Por tanto, la más utilizada es la Escala de Asertividad de Rathus, debido a sus adecuadas propiedades psicométricas, como se presenta en la Tabla 1, donde se presentan los estudios relacionados con las propiedades psicométricas de dicha escala.

Tabla 1

Revisiones de las propiedades psicométricas de la Escala de Asertividad de Rathus en Latinoamérica

Autores y País	Muestra	Confiabilidad y validez
León y Vargas (2009)	380 estudiantes universitarios <i>ME</i> edad 20. 32.1% hombres y 69.9% mujeres	Univarianza edad y sexo. Factorial exploratorio y confirmatorio Alfa de Cronbach .84
Pasquali y Velôso (2012)	302 adolescentes y jóvenes <i>ME</i> edad 19.	Alfa de Cronbach .81
Brasil		
León (2014)	615 estudiantes (36.6% hombres y 63.4% mujeres). <i>ME</i> edad 20.8	Factorial exploratorio y confirmatorio. Seis factores (Demostrar disconformidad, manifestación sentimiento y creencias, eficacia, interacción organizaciones, expresión opiniones, decir no) Alfa de Cronbach por dimensiones valores de .57 a .73
Costa Rica		
Richard (2020)	528 estudiantes (48.5% hombres y 51.5% mujeres) <i>ME</i> edad 14.17.	Alfa de Cronbach .79 Factorial exploratorio y confirmatorio. Tres factores (Asertividad emocional, personal y social)
Perú		
Juson, et al. (2023)	211 adolescentes (40.8% hombres y 59.2% mujeres)	Alfa de Cronbach .748
Malasia		
<i>Nota.</i> Elaboración propia.		

Como puede observarse en la Tabla 1, los estudios se han realizado con adolescentes y jóvenes. En relación con la validez, todos los estudios reportan resultados generales entre .7 y .8, los cuales son aceptables, ya que Oviedo y Campo-Arias (2005) consideran que los valores de confiabilidad oscilan entre .75 y .90. De acuerdo con esto, la revisión realizada por León y Vargas (2009) es la que muestra mejores propiedades psicométricas, además de incluir análisis factoriales exploratorios y confirmatorios.

En esta investigación se busca revisar las propiedades psicométricas de la Escala de Asertividad en una muestra de psicólogos mexicanos. En esta población o ~~en~~ contexto mexicano, no se identificaron estudios previos que validen el instrumento. Sin embargo, se encontró que Rivera (2011) realizó un estudio sobre autoeficacia de resistencia, asertividad y consumo de drogas en jóvenes universitarios, aunque no llevó a cabo un proceso de validación; únicamente calculó el Alfa de Cronbach, obteniendo un valor de .70. Asimismo, Carrizales y Fernández (2017) y Berra, et al., (2018) emplearon la Escala de Asertividad de Rathus en sus investigaciones, pero no reportaron un análisis de sus propiedades psicométricas. Por otra parte, Ordaz y Bannett (2019) también utilizaron la misma escala, limitándose al cálculo del Alfa de Cronbach, con un resultado de .83.

Como se puede advertir, en población mexicana la de Escala de Asertividad de Rathus ha sido utilizada, pero no se han realizado estudios orientados a evaluar sus propiedades psicométricas. Además, se describió brevemente la importancia del entrenamiento de la asertividad en el ámbito profesional. En el campo de la psicoterapia, Navarro (2021) encontró la importancia de los estilos de comunicación asertivos en la relación paciente-terapeuta, y en esa misma línea, Sheinov (2018) resalta que la asertividad es un factor relevante en la práctica psicoterapéutica, ya que ayuda a que los pacientes se expresen de manera más libre y segura. Derivado de lo anterior, el objetivo de la presente investigación es revisar las propiedades psicométricas de la escala de asertividad en una muestra de psicólogos mexicanos.

MÉTODO

Tipo de estudio

Se realizó una investigación cuantitativa, no experimental, transversal y de tipo instrumental. Alarcón (1991) menciona que la adaptación o creación de pruebas psicológicas están enmarcadas dentro de los estudios psicométricos; en consecuencia, este trabajo, cuyo propósito es evaluar las propiedades de validez del constructo y confiabilidad, se considera una investigación psicométrica de nivel básico.

Población y muestra

Participaron 1,242 personas, de las cuales el 37% fueron hombres y el 63% mujeres. La media de edad fue de 33.88 años (*DE* 10.51), con un rango mínimo de 18 y máximo 74 años. En cuanto al estado civil, el 32.3% refirieron ser solteras/os, casado/a el 15.3% y en unión libre 5.4%. En cuanto a la ocupación, la muestra se dividió en dos grupos: población general no clínica (55.7%) y psicólogos/as estudiantes de la maestría en psicoterapia cognitivo conductual (44.3). En lo referente a la ubicación geográfica, la mayor parte de los participantes provenía de las regiones Centro-Sur (Ciudad de México, Estado de México y Morelos), Occidente (Colima, Jalisco, Michoacán y Nayarit) y Centro-Norte (Aguascalientes, Guanajuato, Querétaro, San Luis Potosí y Zacatecas).

Instrumentos

Para esta investigación se utilizó un cuestionario sociodemográfico con el propósito de recopilar información sobre sexo, edad, actividad principal, estado civil, nivel de estudios y lugar de residencia. Para evaluar la asertividad se empleó la adaptación de la *Escala de Asertividad de Rathus* realizada por León y Vargas (2009). Esta versión consta de 22 reactivos con cinco opciones de respuestas:

0 = Muy poco característico de mí, extremadamente no descriptivo.

1 = Bastante poco característico de mí, no descriptivo.

2 = Algo no característico de mí, ligeramente no descriptivo.

3 = Algo característico de mí, ligeramente descriptivo.

4 = Bastante característico de mí, bastante descriptivo.

5 = Muy característico de mí, extremadamente descriptivo.

En cuanto a las propiedades psicométricas reportadas por los autores, la escala obtuvo un Alfa de Cronbach total de .84. El índice KMO fue de .86, y los valores MSA oscilaron entre .77 a .92, Kolmogórov-Smirnov (KS), $KS\ z = 1.11$, $p = .16$. Se observaron correlaciones inter-ítems estadísticamente significativas y se identificaron seis factores:

1. Capacidad para demostrar disconformidad (3, 17, 19 y 20).

2. Manifestación conductual de sentimientos (5, 13, 14 y 21).
3. Pensamientos o creencias y cogniciones de autoeficacia (1, 2, 6, 7 y 16).
4. Evitación de situaciones que demandan interacción (8, 9 y 10).
5. Capacidad para externar pensamientos u opiniones ante otros (12, 18 y 22).
6. Dificultad para expresar negación (4, 11 y 15).

Estos factores explican el 54.6% de la varianza.

Estrategia analítica

Se realizaron análisis descriptivos y de dispersión considerando las variantes de sexo, edad y asertividad, además de correlaciones entre los ítems de la escala y las variables sociodemográficas. Para evaluar la fiabilidad y consistencia interna, se calculó el Alpha de Cronbach (valores aceptables mayores a .75).

Asimismo, se consideraron los siguientes índices: raíz cuadrada media de error de aproximación ($RMSEA < .06$), razón de chi-cuadrado sobre los grados de libertad ($CMIN/DF < 3$), índice global de bondad de ajuste ($GFI > .9$), índice de ajuste no normado ($TLI > 0.90$), criterio de Información de Akaike ($AIC =$ valores bajos), Índice de Parsimonia (PRATIO valores cercanos a uno) y Índice de Ajuste Normalizado de Parsimonia (PNF valores cercanos a uno).

Los puntos de corte utilizados se basaron en las propuestas de Schumacker y Lomax (2010); Byrne (2010); Kline (2011); Manzano y Zamora (2009); Oviedo y Campo-Arias (2005). Los análisis estadísticos se realizaron mediante los softwares *IBM Statistical Package for the Social Sciences* versión 24 (SPSS.24, 2016) y *IBM Analysis of Moment Structures AMOS18*.

Procedimiento

El instrumento se alojó en la plataforma de la página web del Centro de Psicoterapia Cognitiva Conductual, la cual cuenta con todas las medidas de seguridad, resguardo y protección de datos. Posteriormente, el *link* de acceso a la batería de instrumentos se

distribuyó por medios digitales, como WhatsApp y la página web del Centro de Psicoterapia Cognitivo Conductual, durante el período de febrero a abril de 2024

Consideraciones éticas

De acuerdo con el Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud, esta investigación se clasifica como **sin riesgo**, puesto que el artículo 17 establece que las investigaciones que no implican intervención ni modificación de variables fisiológicas, psicológicas o sociales, y que únicamente aplican cuestionarios o entrevistas, pertenecen a esta categoría. No obstante, se dio cumplimiento a lo establecido en los artículos 16 y 20 (Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud): en todo momento se respetó la dignidad, los derechos humanos, la protección de datos personales y la autonomía de los participantes incluyendo su derecho a retirarse cuando así lo desearan). Asimismo, se les informó que su participación no tendría beneficios o perjuicios de ningún tipo. Todo lo anterior quedó especificado en el consentimiento informado, en el cual cada participante aceptó libremente su participación.

RESULTADOS

Como se mencionó anteriormente, el objetivo de esta investigación fue el revisar las propiedades psicométricas de la Escala de Asertividad en una muestra de personas adultas mexicanas.

En un primer momento, se evaluó la fiabilidad de la escala mediante el Alfa de Cronbach y ω de McDonald. Los puntajes obtenidos, tanto para el total como para cada una de las seis dimensiones, se presentan en la Tabla 1.

Tabla 1*Fiabilidad general y por dimensiones de la escala de asertividad*

Escala total y Dimensiones	Alfa de Cronbach	ω de McDonald
Escala total	.818	.782
Demostrar Inconformidad	.566	.476
Manifestación de Sentimientos	.512	.478
Eficacia	.491	.440
Interacción con organizaciones	.585	.561
Expresión de opiniones	.442	.400
Decir no	.521	.504

Nota. Elaboración propia.

Posteriormente, se realizó la prueba de la medida *Kaiser-Meyer-Olkin* de adecuación de muestreo (KMO) dando como resultado .891 y una significancia de .001, resultados que nos indican la factibilidad de realizar análisis factoriales. Con ello, se procedió a ejecutar el análisis factorial confirmatorio considerando los seis factores (mencionados en la tabla 1), los cuales explicaron el 46.52% de la variabilidad de la escala de asertividad.

Después de lo anterior, se revisó la validez de constructo mediante el análisis factorial confirmatorio. Tras realizar los ajustes correspondientes al modelo, se encontró que las medidas de ajuste absoluto fueron significativas (Chi-cuadrada = .001 y RMSEA = .025) y las medidas de ajuste incremental fueron adecuadas (CFI = .956, TLI = .948). Asimismo, las medidas de ajuste de la parsimonia del modelo fueron adecuadas (AIC = 605.769, PRATIO 0 .861 y PNFI = .78). El esquema del modelo final se presenta en la siguiente figura.

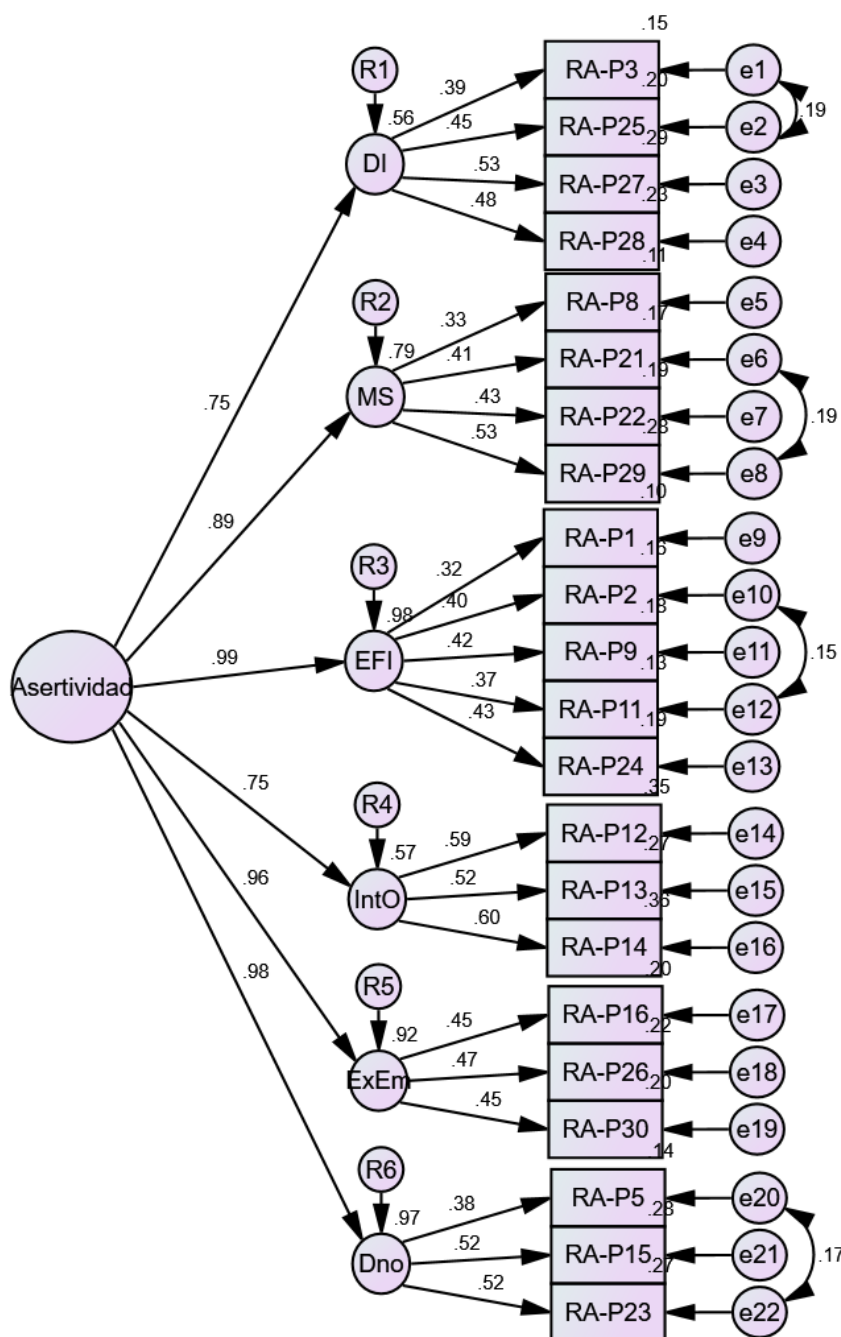


Figura 1
Esquema del modelo

Una vez revisadas las propiedades métricas de la escala de asertividad, se procedió a calcular los percentiles por dimensiones y el puntaje total de la escala para la población general adulta. Los resultados se muestran en la tabla 2.

Tabla 2.
Percentiles para la escala general y por dimensiones

		DI	MS	EFI	IO	EO	DN	Puntaje total de asertividad
N	Válido	1242	1242	1242	1242	1242	1242	1242
	Perdidos	0	0	0	0	0	0	0
Media		8.14	8.69	10.51	6.94	6.45	6.42	47.15
Desviación Estándar		2.14	1.93		1.78	1.65	1.71	
Mínimo		0	0	0	0	0	0	0
Máximo		12	12	15	9	9	9	66
Percentiles	5	5	6	7	4	4	4	35
	10	5	6	8	4	4	4	38
	15	6	7	8	5	5	5	40
	20	6	7	9	5	5	5	41
	25	7	7	9	6	5	5	42
	30	7	8	9	6	6	5	43
	35	7	8	10	6	6	6	44
	40	8	8	10	7	6	6	45
	45	8	8	10	7	6	6	46
	50	8	9	11	7	7	6	47
	55	8	9	11	7	7	7	48
	60	9	9	11	8	7	7	49
	65	9	10	11	8	7	7	50
	70	9	10	12	8	7	7	51
	75	10	10	12	9	8	8	52
	80	10	10	13	9	8	8	54
	85	11	11	13	9	8	8	55
	90	11	11	13	9	9	9	57
	95	12	12	14	9	9	9	60
	100	12	12	15	9	9	9	66

Nota. DI= Demostrar inconformidad, MS = Manifestación de sentimientos, EFI = Eficacia, IO = Interacción con organizaciones, EO = Expresión de opiniones, DN = Decir no. Elaboración propia.

En función de lo anterior, los puntos de corte utilizando los percentiles quedaron de la siguiente manera: bajo (0-25), medio bajo (26-50), medio alto (51-75) y alto (76-100).

DISCUSIÓN

En la presente investigación se revisaron las propiedades psicométricas de la Escala de Asertividad de Rathus en una muestra de adultos mexicanos.

En un primer momento, respecto a la fiabilidad de la Escala de Asertividad de Rathus en esta investigación se evaluó mediante el Alfa de Cronbach, obteniéndose un valor total de .818. Este resultado es consistente con estudios previos que han reportado alfas de Cronbach que varían entre .748 y .84 en diversas poblaciones, como adolescentes y estudiantes universitarios de diferentes países.

Por ejemplo, León y Vargas (2009) reportaron un Alfa de Cronbach de .84 en una muestra de estudiantes universitarios costarricenses, mientras que Pasquali y Velôso (2012) encontraron un valor de .81 en adolescentes brasileños. Estos valores son considerados aceptables según los criterios establecidos por Oviedo y Campo-Arias (2005), quienes sugieren que los valores aceptables de Alfa de Cronbach deben oscilar entre .75 y .90.

La validez de constructo se evaluó mediante un análisis factorial confirmatorio, el cual indicó que las medidas de ajuste absoluto y de parsimonia del modelo fueron adecuadas (Chi-cuadrada = .001, RMSEA = .025, CFI = .956, TLI = .948, AIC = 605.769, PRATIO = .861, PNFI = .78). Estos resultados corroboran la estructura factorial reportada por estudios anteriores, como el realizado por Richard (2020) en Perú, donde se identificaron tres factores principales (asertividad emocional, personal y social).

En cuanto a las dimensiones de la asertividad, la versión adaptada de la Escala de Rathus utilizada en esta investigación identificó seis factores: capacidad para demostrar disconformidad, manifestación conductual de sentimientos, pensamientos o creencias, cogniciones de la autoeficacia, evitación de situaciones que demandan interacción, capacidad para externar pensamientos u opiniones ante otros y dificultad para expresar negación. Estos factores explicaron el 46.524% de la varianza total de la escala, lo cual es coherente con estudios previos que han identificado entre tres y seis factores, dependiendo del contexto y la población estudiada.

Por otra parte, Gaeta y Galvanovskis (2009) señalaron que la asertividad puede entenderse como una forma de adaptación al medio ambiente, que implica la capacidad de expresar pensamientos, sentimientos y deseos de manera directa y honesta. Los resultados obtenidos en esta investigación, al identificar múltiples dimensiones relacionadas con la

expresión de sentimientos y pensamientos, así como la autoeficacia y la interacción social, apoyan esta conceptualización amplia de la asertividad.

Asimismo, Speed et al. (2018) y Sheinov (2019) destacaron la relación entre la baja asertividad y problemas de salud mental, como la ansiedad y la disminución de la motivación. La identificación de factores relacionados con la autoeficacia y la interacción social en esta investigación sugiere que la Escala de Asertividad de Rathus puede ser útil para evaluar y, eventualmente, intervenir en estas áreas problemáticas en la población estudiada.

En cuanto a las implicaciones clínicas, los estudios sobre programas de capacitación en asertividad han demostrado su eficacia al incrementar la asertividad y disminuir el estrés y la ansiedad (Bulantika & Sari, 2019; García-Grau et al., 2019). Los hallazgos de esta investigación, que confirman la fiabilidad y validez de la Escala de Asertividad de Rathus, refuerzan la importancia de disponer de contar con herramientas psicométricas adecuadas para evaluar la efectividad de dichos programas en contextos profesionales y educativos.

Cómo se ha demostrado, esta escala es ampliamente utilizada en diferentes contextos. En este sentido, el análisis de la fiabilidad y validez en realizado en esta muestra se alinea con los resultados obtenidos en estudios internacionales, reafirmando la consistencia de la escala a través de diversas culturas y contextos. Por ejemplo, los estudios de Jusoh et al. (2023) en Malasia y Richard (2020) en Perú también reportaron valores de alfas de Cronbach aceptables, lo que destaca la robustez de la escala en diferentes países.

En el estudio de Jusoh et al. (2023), la validez de la versión malaya de la escala fue confirmada con un alfa de Cronbach de .748. En tanto, Richard (2020) reportó un alfa de .79 en una muestra de estudiantes peruanos. Estos valores, junto con el alfa de .818 encontrado en la muestra mexicana, refuerzan la consistencia interna de la escala en distintas poblaciones, lo que es crucial para su aplicación en contextos multiculturales.

La investigación actual refuerza la relación entre la asertividad y diversos indicadores de salud mental y desempeño profesional, tal como se ha documentado en estudios previos. Sheinov (2019) y Speed et al. (2018) subrayan que la falta de asertividad puede contribuir a problemas de salud mental, como la ansiedad y la depresión. Los resultados de esta investigación, al identificar factores como la autoeficacia y la capacidad para externar pensamientos y opiniones, sugieren que la Escala de Asertividad de Rathus puede ser una

herramienta confiable para identificar y abordar estas áreas problemáticas en psicólogos mexicanos.

Además, la capacidad de los profesionales para demostrar disconformidad y expresar sus sentimientos de manera asertiva es esencial en el ámbito terapéutico, tal como lo señaló Navarro (2021). En este sentido, la validación de la escala, que incluyó una muestra psicólogos mexicanos, apoya su uso en la evaluación y mejora de las habilidades de comunicación dentro de la práctica clínica, lo cual puede beneficiar tanto a los profesionales como a sus pacientes.

Estudios previos han demostrado la importancia de la asertividad en diversas profesiones, como la enseñanza, la enfermería y la odontología. Bedi et al. (2022) y Abed et al., (2015) encontraron que los programas de capacitación en asertividad pueden mejorar significativamente la autoestima y las habilidades asertivas en profesionales de la salud. Los resultados de la presente investigación sugieren que la Escala de Asertividad de Rathus podría desempeñar un papel similar en el ámbito de la psicología en México, proporcionando una herramienta válida y fiable para la evaluación de la asertividad y la implementación de programas de capacitación.

CONCLUSIONES Y PROPUESTAS

Los resultados de esta investigación son consistentes con estudios previos y apoyan la validez y fiabilidad de la Escala de Asertividad de Rathus en una muestra de adultos mexicanos, al menos en la escala global, ya que por dimensiones la confiabilidad resulta cuestionable.

Dado lo anterior, es relevante continuar con la revisión de las propiedades métricas de la escala de asertividad, ya que la identificación de dimensiones, relacionadas con aspectos de salud mental, subrayan la relevancia de esta herramienta de evaluación y su potencial utilidad en programas de intervención.

Los resultados de esta investigación corroboran la fiabilidad y validez de la Escala de Asertividad de Rathus en una muestra de adultos mexicanos, en concordancia con estudios previos realizados en diversas poblaciones y contextos culturales. Futuras investigaciones deberían centrarse en ampliar la muestra y emplear métodos adicionales de validación para fortalecer aún más la aplicabilidad de esta escala en diferentes contextos dentro de México.

Limitantes

La muestra incluyó tanto a psicólogos en ejercicio como a estudiantes de maestría en psicoterapia cognitivo-conductual y población general no clínica, lo que podría introducir variabilidad en los niveles de asertividad y en la experiencia profesional que no fue completamente controlada en el análisis.

La mayor parte de la muestra fue femenina (63%), lo que puede influir en los resultados relacionados con la asertividad y sus dimensiones, considerando que estudios previos han encontrado diferencias de género en niveles de asertividad.

Por otra parte, aunque se utilizó un análisis factorial confirmatorio para validar la estructura de la escala, la variabilidad explicada por los seis factores identificados fue del 46.524%, lo que sugiere que existe una proporción significativa de varianza no explicada que podría estar influenciada por otros factores no considerados en este estudio.

Asimismo, los valores del Alfa de Cronbach para algunas de dimensiones específicas de la escala fueron relativamente bajos (Manifestación de Sentimientos = .512, Eficacia = .491, Expresión de Opiniones = .442), lo que indica que puede haber problemas de consistencia interna en dichas subescalas.

Declaración de conflictos

Los autores declaran no tener conflicto de interés en relación con el contenido ni con el uso de información de presentada en esta investigación.

Financiamiento

Esta investigación fue financiada por el Centro de Psicoterapia Cognitiva Conductual A.C.

REFERENCIAS

- Abed, G. A., El-Amrosy, M. M., Atia., Shebin, E. (2015). The Effect of Assertiveness Training Program on Improving Self-Esteem of Psychiatric Nurses. *Journal of Nursing Science*, 1(1): 1-8.
https://www.researchgate.net/publication/357404128_Atia_The_Effect_of_Assertiveness_Training_Program_on_Improving_Self-Esteem_of_Psychiatric_Nurses
- Alarcón, R. (1991). *Métodos y diseños de investigación del comportamiento*. Fondo editorial Universidad Peruana Cayetano Heredia.
- Bedi, R., Munro, A. & Keane, M. (2022). *Be Assertive. In Leadership Skills for Dental Professionals* (eds R. Bedi, A. Munro and M. Keane). John Wiley & Sons Ltd.
<https://doi.org/10.1002/9781119870128.ch14>
- Berra, E., Castañeda, J., Muñoz, S., Vega, Zaira & Duran, X. (2018). Simulador Virtual para Acoso Escolar en Niños y Adolescentes: Un Estudio Piloto en México. *Hamut'ay*, 5 (1), 7-16. <http://dx.doi.org/10.21503/hamu.v5i1.1517>
- Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión (2014). *Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud*.
https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/regley/Reg_LGS_MIS.pdf
- Carrizales, S. K. & Fernandez, M. E. (2017). Terapia cognitivo conductual y soluciones con sus alternativas para el desarrollo de habilidades sociales en una joven con baja autoestima. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 20, (4), 2017.
<https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/62825>
- Gaeta, L., & Galvanovskis, A. (2009). Asertividad: un análisis teórico-empírico. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 14(2), 403-425.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29211992013>
- García, M. & Magaz, A. (2003). *Autoinforme de conducta asertiva (ADCA-1)*. TEA
- García-Grau, E., Fusté, A., Ruiz, J., Arcos, M., Balaguer, G, Guzmán, D. & Bados, A. (2019). *Entrenamiento en asertividad y habilidades sociales: Barcelona*. Dipòsit Digital Universitat de Barcelona, Col·lecció OMADO, document de treball.

<https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/136063/1/ENTRENAMIENTO%20EN%20ASERTIVIDAD%20Y%20HABILIDADES%20SOCIALES.pdf>

- Gil-Llario, M. D., Fernández-García, O., Gil-Juliá, B., Estruch-García, V., & Ballester-Arnal, R. (2021). Development and Psychometric Properties of an Instrument for the Assessment of Assertiveness in Sexual Relations. *Sexuality Research and Social Policy*, 1-15. <https://doi.org/10.1007/s13178-021-00630-6>
- Jusoh, A. J., Imami, M. K. W., Handrianto, C., Isa, A. N. M., Omar, S. Z., Abdullah, A., & Wahab, S. (2023). Verification of Reliability and Validity of a Malaysian Version of Rathus Assertiveness Schedule as Drug Prevention Scale. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 6(2). <https://doi.org/10.25217/0020236369700>
- Kline, R. B. (2015). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling* (4th ed.). Guilford Press.
- León, M. & Vargas, T. (2009). Validación y estandarización de la Escala de Asertividad de Rathus (R.A.S.) en una muestra de adultos costarricenses. *Revista Costarricense de Psicología*, 28, 41-42, pp. 187-207. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=476748706001>
- León, M. (2014). Revisión de la escala de asertividad de Rathus adaptada por León y Vargas (2009). *Revista Reflexiones*, 93(1), 157-171. http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1659-28592014000100012&lng=en&tlng=es.
- Liégeois, A. (2023). Ethics of assertive care in mental health: A gradual concept. *Frontiers in Psychiatry* 14:1083176. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1083176>
- Machicado, M. A. (2022). *Entrenamiento de asertividad para mejora las respuestas ante situaciones altas de estrés en pacientes de 20 a 30 años del servicio de atención en psicología clínica. Instituto de Investigación, Interacción y Posgrado de la carrera de Psicología*. Universidad Mayor de San Andrés. <http://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/30752>

- Navarro, C. L. (2021). *Influencia de la asertividad en el estilo comunicacional y su importancia en las habilidades sociales dentro del personal de atención de instituciones psiquiátricas*. Repositorio Institucional de la Universidad Politécnica Salesiana. <https://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/20825>
- Ordaz L. K. M., Bennett V. M. (2019). Integración de la terapia cognitivo conductual y terapia centrada en soluciones en un taller para el aumento de la autoestima y asertividad. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala* 22(2), 2000-2029. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2019/epi192q.pdf>
- Oviedo, H. C. & Campo-Arias, A. (2005). Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(4), 572-580. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502005000400009&lng=en&tlng=es.
- Pasquali, L., & Gouveia, V. V. (2012). Escala de assertividade Rathus - Ras: Adaptação brasileira. *Psicologia: Teoria E Pesquisa*, 6(3), 233–249. <https://periodicos.unb.br/index.php/revistapt/article/view/17096>
- Richard, D. W. (2020). *Propiedades psicométricas de las Escalas de Autoestima de Rosenberg y de Asertividad de Rathus en estudiantes del nivel secundario del Colegio Unión de Ñaña, Lima, 2019* (Memoria para el título profesional de Especialidad en Estadística Aplicada para la investigación). <http://hdl.handle.net/20.500.12840/3090>
- Rivera, A. G. (2011). *Autoeficacia de resistencia, asertividad y consumo de drogas en jóvenes universitarios*. Repositorio Institucional de la Universidad Autónoma de Nuevo León. <http://cdigital.dgb.uanl.mx/te/1080211202.PDF>
- Schumacker, R. E., & Lomax, R. G. (2016). *"A Beginner's Guide to Structural Equation Modeling"* (4th ed.). Routledge.
- Sheinov, V. P. (2018). Social interactions of assertive individuals. *Journal of Psychology & Clinical Psychiatry*, 9(6). 686-691. <https://doi.org/10.15406/jpcpy.2018.09.00617>

- Sheinov, V. P. (2019). Assertiveness, Machiavellism, Lack of Protection from Manipulations and Psychological States of Teachers and Students. *Psychol Psychother Research Studys*. 3(1). <https://doi.org/10.31031/pprs.2019.03.000551>
- Speed, B. C., Goldstein, B. L., & Goldfried, M. R. (2018). Assertiveness training: A forgotten evidence-based treatment. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 25(1), Article e12216. <https://doi.org/10.1111/cpsp.12216>
- Радмила, Миловановић., Марковић, Б., Зорица. (2018). Assertiveness and depressive personality of students of pedagogical and medical faculties. *Tm-technisches Messen*, 981-998. <https://doi.org/10.22190/TEME1704981M>

Libertad alimentaria y bienestar: Deconstruyendo el estigma del peso con HAES® y alimentación intuitiva

Food freedom and wellness: Deconstructing weight stigma with HAES® and Intuitive Eating

Liberdade alimentar e bem-estar: Desconstruindo o estigma do peso com o HAES® e a alimentação intuitiva

Laura Jacquelyn Del Toro Vargas¹, Marco Antonio Santana-Campas²

Recibido: 22 de marzo de 2025.

Aceptado: 29 de abril de 2025.

Para citar este artículo:

Del Toro, L. J. & Santana, M. A. (2025). Libertad alimentaria y bienestar: Deconstruyendo el estigma del peso con HAES® y Alimentación Intuitiva. *Synergia. Revista Multidisciplinaria* 1(1). 32-57. <https://doi.org/10.32870/synergia.v1i1.2>

¹ Licenciada en Nutrición, Maestra en Ciencia del Comportamiento con Orientación en Alimentación y Nutrición, doctorante en Desarrollo Humano, Educación e Interculturalidad en el Centro Universitario del Sur de la Universidad de Guadalajara.

 laura.deltoro@hotmail.com  <https://orcid.org/0009-0002-4040-1055>

² Doctor en Psicología con Orientación en Calidad de Vida y Salud, Maestro en Desarrollo Humano y en Psicoterapia Cognitivo Conductual, y Licenciado en Psicología. Miembro del Sistema Nacional de Investigadores, nivel I. Profesor-Investigador de tiempo completo en el Centro Universitario del Sur.

 marco.santana@cusur.udg.mx  <https://orcid.org/0000-0002-6750-2713>

 **Autor de correspondencia:** laura.deltoro@hotmail.com

RESUMEN

Introducción: El estigma de peso y la cultura de la dieta han condicionado la relación de muchas personas con su cuerpo y con la alimentación, promoviendo la restricción y la culpa como estrategias de control, lo que impacta negativamente el bienestar físico y emocional. **Objetivo:** Explorar las experiencias de mujeres que han transitado de una mentalidad basada en el control del peso y la restricción hacia una alimentación más intuitiva y una mayor aceptación corporal. **Método:** Estudio cualitativo con enfoque fenomenológico, basado en entrevistas a profundidad con tres mujeres que han adoptado los enfoques de *Health at Every Size* (HAES®) y Alimentación Intuitiva. **Resultados:** La transición hacia una alimentación intuitiva no es lineal y requiere desaprender normas impuestas, desafiar el miedo al aumento de peso y reconstruir la confianza en las señales corporales, lo que facilita una relación más flexible con la comida. **Conclusión:** La salud debe comprenderse desde una perspectiva integral, priorizando el bienestar y la autonomía sobre la cultura de la dieta, sin reforzar el estigma de peso.

Palabras clave: *Estigma de peso, Alimentación intuitiva, Bienestar psicológico.*

ABSTRACT

Introduction: Weight stigma and diet culture have shaped many people's relationships with their bodies and food, promoting restriction and guilt as control strategies, which negatively affect physical and emotional well-being. **Objective:** To explore the experiences of women who have transitioned from a weight-control mindset and dietary restriction toward intuitive eating and greater body acceptance. **Method:** Qualitative study with a phenomenological approach, based on in-depth interviews with three women who have adopted the Health at Every Size (HAES®) and Intuitive Eating approaches. **Results:** The transition to intuitive eating is not linear and requires unlearning imposed norms, challenging the fear of weight gain, and rebuilding trust in bodily cues, which facilitates a more flexible relationship with food. **Conclusion:** Health should be understood from a holistic perspective that prioritizes autonomy and well being over diet culture, without reinforcing weight stigma.

Key Words: *Weight stigma, Intuitive eating, Psychological well-being.*

RESUMO

Introdução: O estigma em relação ao peso e a cultura da dieta moldaram a relação de muitas pessoas com seus corpos e com a alimentação, promovendo a restrição e a culpa como estratégias de controle, o que afeta negativamente o bem-estar físico e emocional. **Objetivo:** Explorar as experiências de mulheres que passaram de uma mentalidade voltada para o controle de peso e restrição alimentar para a alimentação intuitiva e uma maior aceitação do próprio corpo. **Métodos:** Estudo qualitativo com abordagem fenomenológica, baseado em entrevistas aprofundadas com três mulheres que adotaram as abordagens “Saúde em Todos os Tamanhos” (HAES®) e “Alimentação Intuitiva”. **Resultados:** A transição para a alimentação intuitiva não é linear e requer o desaprendizado de normas impostas, o desafio ao medo do ganho de peso e a reconstrução da confiança nos sinais do corpo, o que facilita uma relação mais flexível com a alimentação. **Conclusão:** A saúde deve ser entendida a partir de uma perspectiva holística que priorize a autonomia e o bem-estar em detrimento da cultura da dieta, sem reforçar o estigma do peso.

Palavras-chave: *Estigma do peso, Alimentação intuitiva, Bem-estar psicológico.*

INTRODUCCIÓN

En las últimas décadas, la sociedad ha perpetuado una estrecha asociación entre la delgadez y la salud, lo que ha llevado a la estigmatización y discriminación de individuos con cuerpos más grandes. Esta discriminación por peso se manifiesta en diversos ámbitos, incluyendo el laboral, educativo y, preocupantemente, en el sector sanitario. Las personas con cuerpos más grandes a menudo enfrentan prejuicios que afectan su bienestar físico y mental, así como su acceso a servicios de salud de calidad (Puhl & Heuer, 2010).

En este sentido, los estudios sobre la relación con la alimentación y la imagen corporal han sido influenciados por normas socioculturales que promueven la delgadez como un ideal de éxito y bienestar (Tylka & Wood-Barcalow, 2015). En este contexto, algunas personas han desarrollado una mentalidad basada en el control coercitivo del peso y la culpa por la alimentación, lo que puede llevar a patrones alimentarios restrictivos y a una percepción negativa del propio cuerpo (Burnette et al., 2020). Esta mentalidad se refuerza mediante discursos médicos, nutricionales y sociales que privilegian el enfoque centrado en el peso como sinónimo de la salud, sin considerar otras dimensiones del bienestar físico y psicológico (Hunger et al., 2020).

Los prejuicios sociales hacia las personas por su peso corporal han sido referidos como estigma o prejuicio de peso, o bien, bajo los términos de: gordofobia y gordoodio. En cualquiera de los casos, la discusión se enfoca en visibilizar el rechazo, la violencia y la discriminación que enfrentan las personas gordas únicamente por su corporalidad (Bülle, 2022; Mancuso et al., 2021; Piñeyro, 2020).

El estigma de peso, o gordofobia, impacta profundamente la salud y el bienestar de las personas, manifestándose en discriminación social, temor anticipado al rechazo e internalización de prejuicios (Levinson et al., 2024). Estas formas de estigma están vinculadas con un mayor riesgo de desarrollar trastornos alimentarios, insatisfacción corporal y problemas de salud mental, como ansiedad y depresión (Bidstrup et al., 2022; Levinson et al., 2024). Además, las personas que enfrentan este estigma experimentan barreras en el acceso a la atención médica y mayor exclusión social, lo que perpetúa desigualdades estructurales (Kamiński et al., 2024).

Salir de este ciclo es difícil, ya que la discriminación internalizada refuerza sentimientos de culpa y auto-desvalorización, dificultando la búsqueda de apoyo (Bidstrup

et al., 2022). Por ello, es fundamental un abordaje integral que no se centre exclusivamente en el peso, sino en el bienestar general, promoviendo la salud sin reforzar estereotipos dañinos (Levinson et al., 2024). La evidencia sugiere que reducir el estigma y fomentar un enfoque inclusivo mejora los resultados en salud y calidad de vida (Kamiński et al., 2024).

Es debido a lo anterior que en los últimos años han surgido enfoques alternativos que promueven una relación más intuitiva, flexible con la alimentación y la imagen corporal. Modelos como la Alimentación Intuitiva y (HAES®) han demostrado beneficios en la mejora del bienestar emocional y la reducción de la insatisfacción corporal, al fomentar una conexión más compasiva y equilibrada con el propio cuerpo (Tribole & Resch, 2020).

A pesar de la evidencia emergente sobre la eficacia de estos enfoques, existe una brecha en la comprensión de las experiencias individuales en este proceso de transición, particularmente en contextos socioculturales donde la delgadez sigue siendo un valor dominante (Linardon et al., 2021).

El enfoque de Salud en Todas las Tallas emerge en Estados Unidos bajo el nombre de Health at Every Size (HAES®), promovido por la Association for Size Diversity and Health (ASDAH). HAES® se basa en principios que buscan desafiar las normas sociales que equiparan la delgadez con la salud y la valía personal. Este enfoque promueve la aceptación de la diversidad corporal, la atención a la salud sin centrarse en el peso y la eliminación de la discriminación por tamaño corporal (ASDAH, 2024).

Según la definición oficial de ASDAH, HAES® es un enfoque de atención médica que reconoce que la salud es un derecho humano para personas de todos los tamaños y que el bienestar es tanto colectivo como personal. Además, considera la salud como una construcción sociopolítica, que refleja los valores de la sociedad y aboga por la provisión de atención médica libre de sesgos contra las personas gordas (ASDAH, 2024).

Uno de los pilares fundamentales de HAES® es visibilizar que la discriminación basada en el peso está profundamente arraigada en la sociedad y tiene consecuencias negativas significativas. Las personas con cuerpos más grandes son menos propensas a ser contratadas, más susceptibles a ser despedidas injustamente y enfrentan obstáculos en su desarrollo profesional, independientemente de su desempeño (ASDAH, 2024).

Además, el estigma del peso contribuye al aislamiento social y al estrés crónico, factores que deterioran la salud general (Puhl & Heuer, 2010). Frente a este panorama,

HAES® representa una alternativa ética e inclusiva que promueve el bienestar sin reforzar prejuicios corporales, y que busca transformar las prácticas de salud desde la equidad y el respeto por la autonomía corporal.

La Alimentación Intuitiva, por su parte, es un enfoque nutricional desarrollado por Evelyn Tribole y Elyse Resch que promueve una relación saludable con la comida, alentando a las personas a reconocer y respetar sus señales internas de hambre y saciedad, en lugar de seguir reglas externas.

Este enfoque, centrado en la autorregulación y la autonomía corporal, se opone a la llamada "mentalidad de dieta", entendida como un sistema de creencias que asocia la restricción calórica y la pérdida de peso con control, moralidad y éxito personal, lo que refuerza la desconfianza hacia el cuerpo y sus necesidades (Tribole & Resch, 2020). En este contexto, "escuchar al cuerpo" implica una disposición activa a reconectar con las sensaciones fisiológicas y a responder a ellas sin juicio, como parte de un proceso de recuperación de lo que las autoras denominan: sabiduría corporal (Tribole & Resch, 2020).

Respecto al término "dieta", el Diccionario de la lengua española dispone de tres definiciones: "régimen que se manda observar en el comer y beber", "conjunto de sustancias que regularmente se ingieren como alimento" y "privación completa de comer" (Real Academia Española [RAE], 2024).

Aunque estrictamente se reconoce que toda persona tiene una dieta —en tanto lo que consume regularmente—, para efectos de este trabajo se utilizará la definición operativa vinculada al enfoque de Alimentación Intuitiva, en la que “dieta” alude a la práctica de restringir voluntariamente la ingesta alimentaria para modificar el cuerpo, muchas veces con base en ideales estéticos o normas sociales sobre la salud (Tribole & Resch, 2020). Esta definición se inserta en lo que Tribole y Resch denominan “cultura de la dieta”, un sistema culturalmente normalizado que fomenta la insatisfacción corporal, la vigilancia alimentaria y la estigmatización del peso, como mecanismos de control y pertenencia social.

La integración de HAES® y la Alimentación Intuitiva, además de cuestionar la cultura de la dieta, ofrece una perspectiva inclusiva que desafía las normas sociales que perpetúan la discriminación por peso. Al centrarse en comportamientos saludables y en la aceptación de la diversidad corporal, estos enfoques promueven el bienestar sin perpetuar el estigma asociado al peso. Estudios han demostrado que adoptar prácticas de Alimentación

Intuitiva y los principios de HAES® puede mejorar la salud metabólica, la imagen corporal y la salud mental, independientemente de los cambios en el peso corporal (Tylka et al., 2014).

Un metaanálisis de 97 estudios encontró que la alimentación intuitiva se asocia de forma inversa inversamente con las conductas alimentarias desordenadas, la alteración de la imagen corporal y la psicopatología general, mientras que tiene una relación positiva con la autoestima, la imagen corporal positiva y el bienestar general (Linardon et al., 2021).

Estos hallazgos respaldan el modelo de aceptación de la Alimentación Intuitiva, que sugiere que factores ambientales positivos pueden fomentar esta práctica a través de una mayor apreciación corporal. De manera complementaria, una revisión sobre intervenciones no peso-centristas concluyó que estrategias basadas en el enfoque de HAES® pueden mejorar la autoestima y la autonomía sin centrarse exclusivamente en la pérdida de peso, aunque no se observaron cambios significativos en parámetros antropométricos o clínicos (López et al., 2023).

Por otro lado, un estudio longitudinal con una muestra de 1,491 participantes, seguidos desde la adolescencia (edad promedio de 14.5 años) hasta la adultez joven (22.2 años), encontró que niveles más altos de Alimentación Intuitiva al inicio del estudio y su incremento a lo largo del tiempo se asociaron con menores síntomas depresivos, insatisfacción corporal y conductas alimentarias desordenadas, como el ayuno o el uso de píldoras para adelgazar (Eisenberg et al., 2020).

De manera específica, un aumento en la Alimentación Intuitiva redujo en un 74% las probabilidades de experimentar atracones durante el seguimiento, lo que refuerza la idea de que promover esta estrategia podría ser clave para la prevención de trastornos alimentarios. Además, se ha señalado que las percepciones de salud varían según el contexto sociocultural, como lo evidenció un estudio sobre mujeres negras en la adultez emergente, donde las construcciones de salud y bienestar se ven influenciadas por factores como la presión social y la representación en los medios (Jones et al., 2022). Estos hallazgos destacan la importancia de adoptar enfoques de salud inclusivos que reconozcan la diversidad corporal y promuevan el bienestar más allá del peso.

Objetivo

Explorar las experiencias relacionadas con el tránsito desde una mentalidad centrada en el control del peso y la culpa hacia una conexión más intuitiva y flexible con su alimentación e imagen corporal.

MÉTODO

Tipo de Estudio

Se realizó un estudio de caso con enfoque cualitativo de corte fenomenológico. De acuerdo con Martínez (2004) y Aguirre y Jaramillo (2012), la investigación cualitativa se caracteriza por su sensibilidad ante la complejidad de las realidades humanas, y busca comprender los significados subjetivos que las personas atribuyen a sus experiencias. Este enfoque es resulta especialmente relevante para explorar fenómeno donde convergen dimensiones emocionales, sociales y simbólicas, ya que permite revelar significados mediante el análisis de las percepciones de los participantes.

Población y Muestra

Se realizaron a cabo entrevistas con tres mujeres que han experimentado un cambio en su relación con la alimentación y la percepción de su cuerpo a partir de los enfoques de HAES® y de la Alimentación Intuitiva. Para preservar su confidencialidad, serán identificadas como Entrevistada 1, Entrevistada 2 y Entrevistada 3.

- **Entrevistada 1:** Chilena, 51 años, cocinera, activista y comunicadora alimentaria.
- **Entrevistada 2:** Mexicana, 43 años, consultora de imagen.
- **Entrevistada 3:** Costarricense, reside en México, 47 años psicoterapeuta.

Instrumentos

Se diseñó una entrevista a profundidad integrada 10 preguntas abiertas, cuyo propósito fue explorar cómo los enfoques promovidos por la cultura de dietas han impactado en la vida de las participantes, permitiéndoles transitar de una mentalidad basada en el control y la culpa hacia una conexión más intuitiva y flexible con su alimentación. Las entrevistas fueron semiestructuradas, lo que permitió mantener un equilibrio entre la estructura y la flexibilidad, para que surgieran nuevos temas durante el diálogo, enriqueciendo así la comprensión del fenómeno (Flick, 2015; Martínez, 2004).

Estrategia Analítica

El análisis cualitativo implica un proceso que requiere de un enfoque sistemático para la organización, interpretación y conceptualización de los datos obtenidos. En este estudio, se empleó la propuesta metodológica de Martínez (2004), estructurada en cuatro fases principales: categorización, estructuración, contrastación y teorización, desde una perspectiva fenomenológica.

Consideraciones Éticas

Para garantizar el cumplimiento de los principios éticos en la investigación, se solicitó a todas las participantes la firma de un consentimiento informado, en el que se explicaron los objetivos del estudio, la confidencialidad del manejo de los datos y su derecho a retirarse en cualquier momento. Asimismo, se mantuvo la privacidad de sus datos personales y se respetó su integridad y sus derechos humanos durante todo el proceso.

Por otra parte, la presente investigación forma parte de un proyecto mayor que cuenta con aval y registro en el Comité de Investigación y en la Junta Académica del Doctorado en Desarrollo Humano, Educación e Interculturalidad, ambos del Centro Universitario del Sur.

RESULTADOS

El análisis de las entrevistas permitió identificar experiencias significativas en el tránsito hacia una relación más intuitiva y flexible con la alimentación y con la imagen corporal. A partir de los relatos de las participantes, se evidencian dinámicas de resistencia, transformación y reapropiación del cuerpo frente a un contexto social que impone normas y expectativas relacionadas con el peso y la salud. Estas vivencias reflejan la complejidad de que implica desafiar los discursos arraigados en la cultura de la dieta y construir nuevas formas de bienestar centradas en la autonomía y la autoconexión.

Para organizar la interpretación de estos hallazgos, se establecieron cuatro categorías de análisis que reflejan las principales dimensiones del fenómeno estudiado:

1. **Relación emocional con la comida:** memoria, vínculo y resistencia, que aborda cómo la alimentación está vinculada con la historia personal y las emociones.

2. **Alimentación intuitiva y conexión corporal:** escuchar al cuerpo en una sociedad de ruido, que explora el proceso de reapropiación del cuerpo y sus señales en un entorno que promueve la desconexión.
3. **Gordofobia y estándares culturales:** el cuerpo como campo de lucha, que analiza las experiencias de discriminación por peso y los discursos sociales sobre el cuerpo y la salud.
4. **Cambio de mentalidad hacia una salud integral,** que muestra los procesos de transformación hacia una perspectiva de bienestar más amplia y autónoma.

La Tabla 1 presenta estas categorías junto con su definición conceptual. En conjunto, los resultados permiten profundizar en la experiencia subjetiva de quienes han transitado este camino, aportando una comprensión detallada de los desafíos, resistencias y logros en el proceso de reconstrucción de su relación con el cuerpo y la alimentación. De esta forma, el análisis responde al objetivo general del estudio: explorar las experiencias asociadas al tránsito de una mentalidad basada en el control y la culpa hacia una conexión más intuitiva y flexible con su alimentación e imagen corporal, dentro de un estudio de caso.

Tabla 1.
Categorías emergentes y definición conceptual.

Categoría de análisis	Definición conceptual
La relación emocional con la comida: memoria, vínculo y resistencia.	La relación emocional con la comida es un proceso dinámico en el cual los significados, experiencias, memorias y emociones asociadas a la alimentación se construyen a lo largo de la vida a partir de factores socioculturales, familiares y personales. Particularmente, las vivencias durante la infancia y los procesos de socialización influyen en la forma en que las personas perciben la comida y su cuerpo. El vínculo con la alimentación no se limita a la satisfacción de necesidades fisiológicas; también se configura por el entorno social y afectivo donde las prácticas alimentarias pueden cargarse de simbolismo, placer o culpa, dependiendo del contexto en el que se desarrollan. En este sentido, la resistencia emerge como una estrategia clave en la transformación hacia una alimentación intuitiva y flexible. Resistir implica cuestionar los mandatos normativos que asocian la delgadez con la salud y el valor personal, favoreciendo una relación más compasiva y autónoma con la comida y el cuerpo (Hunger et al., 2020; Tylka & Wood-Barcalow, 2015; Tribole & Resch, 2020; Burnette et al., 2020).

Tabla 1. *Categorías emergentes y definición conceptual (Continuación).*

Categoría de análisis	Definición conceptual
Alimentación Intuitiva y conexión corporal: escuchar al cuerpo en una sociedad de ruido.	La Alimentación Intuitiva promueve la reconexión con las señales corporales de hambre y saciedad, priorizando el bienestar corporal por encima de las normas externas de restricción alimentaria y control del peso. Este enfoque favorece la capacidad de identificar dichas señales, aunque esta habilidad se ve constantemente desafiada, lo que puede generar una desconexión con las propias necesidades fisiológicas y emocionales (Tribble & Resch, 2020; Tylka et al., 2014). Considerar las sensaciones internas como una guía confiable para la alimentación fomenta la autonomía y la confianza en la propia experiencia sensorial (Linardon et al., 2021).
Gordofobia y estándares culturales: el cuerpo como campo de lucha.	La gordofobia es un aprendizaje psicosocial que categoriza la valía de las personas según su corporalidad, colocando en desventaja a quienes no encajan en los estándares estéticos dominantes. Esta discriminación se legitima a través de discursos provenientes de estructuras familiares, educativas y médicas, afectando tanto la autopercepción como las interacciones sociales de quienes la experimentan. Los estándares culturales refuerzan esta dinámica al establecer normas estéticas rígidas que privilegian la delgadez como símbolo de éxito, salud y belleza, impulsando la mercantilización del cuerpo y relegando las corporalidades no normativas a espacios de exclusión (Quirós, 2021). En este contexto, el cuerpo se convierte en un campo de lucha, un espacio donde convergen múltiples intereses ideológicos y económicos que determinan su valor social. Para las personas gordas, esta lucha implica resistir la negación y el estigma impuesto por la sociedad, así como reivindicar la diversidad corporal como parte de su identidad y de sus derechos humanos. La presión por modificar el cuerpo para ajustarse a los estándares normativos impone barreras físicas y psicológicas, afectando la salud y el bienestar de quienes viven bajo este constante escrutinio. Cuestionar estos estándares y promover una aceptación genuina de la pluralidad corporal es esencial para avanzar hacia una sociedad más equitativa e inclusiva (Quirós, 2021).
El cambio de mentalidad hacia una salud integral.	La promoción de una salud integral requiere un cambio de mentalidad que abarque la aceptación corporal y la adopción de hábitos saludables, más allá de la pérdida de peso. El enfoque HAES® reconoce que la salud es un proceso dinámico influenciado por múltiples factores, priorizando comportamientos saludables en lugar del peso corporal (ASDAH, 2024). Fomentar la aceptación del propio cuerpo y reducir las conductas de dieta restrictiva, a la vez que se incrementa la conciencia y respuesta a las señales corporales internas, ha demostrado mejorar indicadores de riesgo para la salud, el bienestar psicológico y los comportamientos alimentarios saludables (Bacon et al., 2005). Además, alcanzar una salud integral implica el desarrollo equilibrado de los aspectos físicos, mentales, emocionales y espirituales, lo que contribuye a una mejor calidad de vida (Uresti-Marín et al., 2013).

Nota: Elaboración propia

1. La relación emocional con la comida: memoria, vínculo y resistencia

La alimentación está intrínsecamente ligada a la memoria y a los afectos. Los sabores y olores evocan recuerdos, enmarcan celebraciones y refuerzan la identidad familiar. Así lo expresa la Entrevistada 1, quien creció en un entorno donde la comida tenía un papel central en la vida cotidiana: “Todos mis recuerdos anímicos están mezclados con los placeres de la comida; con los sabores, con el olor. (...) En mi familia, nosotros recordamos a nuestros muertos por sus comidas” (Entrevistada 1, 27-10-2024).

Este testimonio evidencia que la alimentación no solo cumple una función biológica, sino que también se configura como un espacio simbólico y afectivo donde convergen memorias y vínculos familiares e incluso ancestrales. La conexión entre experiencias emocionales y la comida permite comprender cómo se construyen significados individuales y colectivos en torno a la alimentación, en los que sabores y olores evocan experiencias pasadas y refuerzan la identidad familiar y cultural (Tylka & Wood-Barcalow, 2015). En este sentido, la comida actúa como un anclaje a la historia personal y social, funcionando como un medio para la evocación y resignificación de vínculos afectivos, incluso en procesos de duelo.

Cómo advertir, el vínculo con la comida trasciende lo meramente nutricional y se convierte en un acto de conexión emocional y comunitaria. En su experiencia, la alimentación también ha sido un espacio de resistencia y justicia social. Así lo expresa la Entrevistada 1:

El tema del comer también me ha llevado a tomar la comida de un punto de justicia social; entonces, cuando ha habido problemas acá en nuestro territorio, el asunto de las ollas comunitarias, de ver cómo las mujeres son las encargadas desde lo íntimo salir, desde lo íntimo hacia lo externo con el tema de la alimentación (Entrevistada 1, 27-10-2024).

A través de estas experiencias, la comida se entiende no solo como un medio de subsistencia, sino como un vehículo de identidad. La Entrevistada 1 reflexiona:

El ir sacando a lo largo de mi vida, todas estas formas de comer extranjeras a mí. ¿Por qué? porque yo hablo también de que hemos sido colonizados, pero también a través del gusto. Ahora, a mí también me encanta el sushi, me encanta la comida tailandesa,

pero, ¿cómo es mi comer de día a día? Es comida chilena. Pero de vez en cuando voy, como sushi y lo disfruto, pero un montón, pero vuelvo a mi comer (Entrevistada 1, 27-10-2024)

En otro contexto, la experiencia de Entrevistada 3 da cuenta que esta transformación no solo involucra la forma en que se percibe la comida, sino también la manera cómo las emociones y los juicios sociales se entrelazan con la alimentación. En su testimonio, resalta la dificultad de desaprender la moralización de los alimentos y de las personas que los consumen, evidenciando cómo estas ideas pueden impactar la manera en que se vive la alimentación y la identidad corporal. Su relato enfatiza el proceso de cuestionamiento y reconstrucción que implica la Alimentación Intuitiva, particularmente en contextos en los que el placer de comer ha sido condicionado por normas externas.

Bueno, la alimentación intuitiva tiene un montón de cosas muy relevantes. Una de ellas que en pandemia también fue un elemento muy importante, es el de tener un permiso incondicional de comer sin juzgar los alimentos, sin ponerles un valor moral como de buenos o malos; pero, sobre todo, que cuesta mucho aprender esto, cuesta muchísimo, sobre todo no darle un valor moral al ser humano que consume tal o cual alimento. O sea, si digamos, si yo le pongo un valor moral a la zanahoria como de “buena” y quien come la zanahoria es “buena”, por supuesto que hay una cadenita ahí de factores que al final nos pueden llevar incluso a hacer cosas como discriminar, tener opciones de dañar a otros. Esto a veces como que no se relacionó, pero yo llegué a entenderlo dichosamente, lo mismo que cuando juzgas como “malo” un alimento que es chatarra, que es basura, es malo. Entonces, por supuesto que quien lo consume por tanto va a tener ese mismo valor moral (Entrevistada 3, 28-10-2024).

Las experiencias compartidas evidencian que la alimentación trasciende su función biológica y se convierte en un reflejo de la historia personal y colectiva. Desde la evocación de recuerdos y vínculos afectivos hasta la resistencia frente a normas impuestas, la manera de relacionarse con la comida está profundamente influenciada por el entorno social y emocional. En este sentido, la Alimentación Intuitiva no solo invita a una conexión más consiente con las señales internas del cuerpo, sino que también abre la posibilidad de

reconstruir la relación con la comida desde un lugar de autonomía, flexibilidad y respeto propio.

2. Alimentación intuitiva y conexión corporal: escuchar al cuerpo en una sociedad de ruido

El enfoque de la Alimentación Intuitiva promueve escuchar al cuerpo y confiar en sus señales para satisfacer necesidades genuinas. Sin embargo, este proceso no es sencillo en un mundo donde los mensajes sobre alimentación están saturados de normas externas (Tribble & Resch, 2020). La Entrevistada 2 destaca cómo la sobreinformación le ha generado confusión y desconexión: “Si uno estuviese más limpio de toda esta sobreinformación... sería más honesto” (Entrevistada 2, 28-10-2024).

Esta desconexión no es casual, sino el resultado de un sistema que prioriza reglas impuestas sobre la sabiduría corporal. La sociedad nos ha enseñado a ignorar el hambre, a demonizar ciertos alimentos y a temer la saciedad. Por ello, reconectar con el cuerpo implica un proceso de desaprendizaje y resistencia (Quirós, 2021).

Para algunas personas, la Alimentación Intuitiva ha significado redescubrir la autenticidad de sus decisiones alimentarias. Así lo expresa la Entrevistada 1, al reconocer que este enfoque le permitió recuperar su relación con la comida sin sentirse atrapada en reglas arbitrarias: “Cuando estoy conectada con mi cuerpo y lo que mi cuerpo necesita y quiere, desde un chocolate hasta una ensalada, es confiar en mi cuerpo” Entrevistada 1, 27-10-2024).

Este testimonio resalta que la verdadera libertad alimentaria no se trata de indulgencia sin límites, sino de reconocer y respetar las necesidades individuales sin culpa ni castigo. La Entrevistada 1 también expresa:

(...) a través de mi vida pasé por diversas formas de alimentación, pero ahora, si miro para atrás, eran todas extranjeras a mí; o sea ser vegana (que con esto por favor, no quiero colocarle juicio de valor a nada, cada uno tiene su propia línea de alimentación) pero yo, personalmente, sentía que todo eso que en algún momento viví lo empecé a sentir impuesto. Entonces mi pregunta es “¿quién soy yo?”, a través del comer, “¿por qué como, como como?”, “¿voy a dejar de lado las raíces más profundas, de la comida por un tema salutista?”, siendo que cuando yo voy al campo al Sur de Chile, y como con mi familia, hay algo que supera todo eso. Entonces, el encontrarme en esta alimentación me hizo completo sentido. Si uno estuviese más limpia de todo lo que

te está llegando, de toda esta información, de esta sobre información que finalmente nadie sabe qué tiene qué comer, cómo tiene que comer, qué hace bien, qué hace mal (Entrevistada 1, 27-10-2024).

Los testimonios siguientes reflejan cómo las creencias arraigadas en torno al peso y la delgadez dificultan la reconstrucción de la relación con la alimentación y el cuerpo. El proceso de cambio no es sencillo, pues implica desaprender normas impuestas y enfrentar la presión social que refuerza estos ideales (Bidstrup et al., 2022). Recuperar la conexión con las señales corporales y permitir el disfrute del movimiento sin asociarlo al control del peso requiere un enfoque que priorice el bienestar y cuestione los estereotipos dañinos, lo cual, según la evidencia puede mejorar la calidad de vida (Levinson et al., 2024; Kamiński et al., 2024). En palabras de la Entrevistada 2:

(...) deshacernos de todas esas creencias no es fácil y, además como alrededor, la gente es como de: “¿qué te pasa?, estás loca, o sea tú ¿cómo puedes hablar de eso si tú has sido delgada toda la vida?”; todo lo que ya sabemos de “no, es que es por tu salud y sí, baja de peso” y tienes que ser la gorda buena, la gorda que todo el tiempo quiere bajar de peso y todo el tiempo está dieta, o sea, no. Sí tenemos que hacer un cambio a nivel mental, intelectual, hasta espiritual bien fuerte y no es fácil (Entrevistada 2, 28-10-2024).

Por su parte, la Entrevistada 3 comenta:

Para los que somos dietantes de toda la vida eso es terrible, porque obviamente cuando dejamos de restringirnos, empezamos a comer mucho de aquello que nos hemos tenido prohibido, tenemos ganancia de peso. Efectivamente, hay que tener una especie de fe en el proceso para no creer que vamos a engordar y engordar y engordar y hasta explotar como globos, como mucha gente suele creer. También hay que tener fe para saber que el cuerpo va a saber indicarme el camino; pero esto conlleva un proceso complicado porque implica conectar con mi cuerpo, conectar con mi hambre, conectar con mi sociedad, conectar con mis necesidades. No era mi costumbre, porque siempre estaba con una lista de alimentos prohibidos, una lista de alimentos legales, por decirlo de una manera estaba siempre condicionada al consumo de

alimentos. Entonces, es un acto de fe el dar la oportunidad a que el cuerpo alcance el peso que tiene que alcanzar, que es el peso que el cuerpo necesita y también es un salto de fe el dar la oportunidad a que el cuerpo me diga: “mira, en este momento necesitas hidratarte, en este momento te vendría bien un caldito, en este momento lo que necesitas son más verduras, más ensaladas o más frutas”. Y como llegar a este punto es complejo y es lo que muchas veces más asusta de entrar en un proceso de alimentación intuitiva, porque efectivamente pareciera como que nunca vas a parar, ni de engordar, ni de comer cosas que te has venido restringiendo (...)

Para mí, la alimentación intuitiva es esto, el poder responder a mis necesidades de hambre y saciedad, lo cual también es algo muy difícil de aprender después de muchos años de condicionamiento; y sobre todo, cuando hemos al menos en mi caso, yo había medicado mucho mi cuerpo para alcanzar esta ansiada delgadez, entonces yo había perdido mucho la conexión con mi señales de hambre y saciedad. Volver a conectar con eso, volver a conectar con el movimiento; fíjese o sea esto es algo que también no se entiende, pero que va conectado con alimentación intuitiva y es poder darte el permiso de disfrutar de tu cuerpo, y hacer movimiento de manera placentera, de manera libre, no obligada, no contando cuántos calorías quemas o cuántos pasos das, o cuánto compensas por un pan que te comiste; sino más bien como de una manera placentera, de una manera por autocuidado” (Entrevistada 3, 28-10-2024).

Reconectar con la alimentación desde la intuición implica un proceso de desaprendizaje en el que se desafían normas impuestas y se recupera la confianza en las señales del cuerpo. Los testimonios muestran que este camino no es fácil, ya que requiere resistir la sobreinformación y las expectativas externas que dictan cómo y qué comer. Sin embargo, al priorizar el bienestar y el autocuidado por encima del control y la restricción, es posible construir una relación más libre y genuina con la comida y con el cuerpo.

3. Gordofobia y estándares culturales: el cuerpo como campo de lucha

El estigma de peso impone la idea de que ciertos cuerpos deben ser modificados para ser aceptados, reforzando la asociación entre delgadez, éxito y salud (Bülle, 2022; Mancuso et al., 2021; Piñeyro, 2020). Más allá de la apariencia, este prejuicio afecta la salud emocional

y física de quienes lo enfrentan (Levinson et al., 2024; Kamiński et al., 2024). Para quienes han crecido en entornos que refuerzan dichos estándares, encontrar una perspectiva que cuestionen la patologización de los cuerpos grandes puede representar un alivio. Así lo expresa la Entrevistada 3:

(...) obviamente para las personas que hemos sido siempre tratadas como gordas y todo lo que esto implica, que es todo el rollo social y cultural, todo lo que significa ser “gorda”. Cuando escuchamos esto (enfoque HAES®) yo creo que a la mayoría nos pasa que se nos vuelve un respiro; como “por fin alguien que me está diciendo que no estoy tan mal o que mi cuerpo no es un defecto, que mi cuerpo no es algo que tengo que modificar radicalmente”, o sea “por fin mi cuerpo podría existir y no tiene porqué ser juzgado, señalado, o no tendría por qué luchar en contra de él (Entrevistada 3, 28-10-2024).

Adicionalmente, el testimonio de la Entrevistada 3 evidencia cómo las normas impuestas sobre el cuerpo no solo generan presión social, sino que pueden convertirse en un mecanismo de control que afecta otras áreas de la vida. La búsqueda incesante de modificar el cuerpo puede estar vinculada a un sentimiento de hipercontrol que impacta la salud mental:

Si te hablara de lo que recuerdo de mi juventud (...) en los que están estos procesos de restricción, de hiperejercitación, subalimentación y todo eso, no, lo pasaba fatal, fatal, fatal. Y claro, todo mi mundo estaba determinado por eso, entonces de entrada lo que te puedo decir es, que esto ya no sea el centro de mi vida ya esto me significa mucho. Y entonces me he dado más permisos con mi cuerpo.

Fíjate que otra cosa que yo no entendía en su momento, y ahora lo entiendo, es que el hipercontrol sobre lo que comía, sobre cómo estaba mi cuerpo, también me llevaba a tener hipercontrol con otras cosas, o sea yo estaba diagnosticada con un trastorno obsesivo-compulsivo, y era tratado completamente aparte porque por un lado, el tema de vivir en una restricción continua es muy bien visto, o sea es como “sí claro, eso es normal”, “eso es lo que tienes que hacer”, como mujer sobre todo, “no importa, eso está chido”, “bien por ti que estás en esta continua restricción”, pero por ejemplo por otro lado tenía otras situaciones de salud mental, que nadie me hacía el *match*, nadie

me decía “oye, tal vez si dejas de controlar tanto esta parte, dejarás de querer controlar otras” y no, era como “te vamos a tratar esto por aparte, tú sigue tu dieta, tú sigue haciendo ejercicio, tú sigue modificando tu cuerpo y por aparte vamos a ver el tema de tus obsesiones, tus compulsiones, tus malas relaciones, tus malos estados de ánimo, tus depresiones, tus ansiedades (Entrevistada 3, 28-10-2024).

Estos ideales corporales responden a estructuras sociales y culturales que perpetúan desigualdades. La exigencia de delgadez y feminidad no es neutral, sino que forma parte de un sistema que impone ciertos cuerpos como normativos y otros como problemáticos. Como señala la Entrevistada 3:

(...) entender los trasfondos ideológicos del porqué nos exigen delgadez, porqué nos exigen blanquitud, porqué nos exigen feminidad, qué implica ideológicamente tener esta imagen de delicada, de vulnerable, de sumisa, de chiquita, o sea todo esto tiene un trasfondo ideológico, racista, capitalista, sexista, machista (Entrevistada 3, 28-10-2024).

La presión por cumplir con estos estándares puede llevar a asumir riesgos extremos para modificar el cuerpo, priorizando la aceptación social sobre el bienestar personal. La Entrevistada 3 lo describe de manera contundente:

Me decía a mí misma cuando yo medicaba, “no me importa si me muero con tal de ser delgada”, entonces no era la salud, era más bien lo que me significaba la delgadez, con qué se me relacionaba socialmente y el trato que yo recibía” (Entrevistada 3, 28-10-2024).

Esta exigencia no se limita a la imagen corporal, sino que forma parte de un modelo que demanda perfección en todos los aspectos de la vida, como reflexiona la Entrevistada 2:

Entonces esto también implica pues obedecer muchos mandatos patriarcales, obedecer a “la mejor versión de ti misma” y “ay, sí, que la autoestima” cuando sabemos que la autoestima es una trampa gigante. O sea, aparte de hacer dieta y de hacer tres horas de ejercicio y de ser una súper mamá, ama de casa y profesional, o sea tienes que ser perfecta en todos los sentidos. Y a parte tienes que comer kale,

tienes que ayunar. Y es demasiado para vivir una vida tranquila y sana, o sea, es que por eso estamos enfermas; en cualquier espectro y en cualquier lado la balanza, por eso estamos enfermas, porque vivimos reforzando y vivimos bombardeadas como mujeres (Entrevistada 2, 28-10-2024).

El estigma de peso no solo limita la autonomía de las personas sobre sus propios cuerpos, sino que refuerza un sistema de control basado en estándares inalcanzables. En este contexto, la alimentación intuitiva se plantea como una herramienta de resistencia, pues desafía la idea de que la salud y el bienestar dependen del tamaño corporal, abriendo paso a una relación más libre y compasiva con el cuerpo.

4. El cambio de mentalidad hacia una salud integral

La promoción de una salud integral requiere un cambio de mentalidad que abarque la aceptación corporal y la adopción de hábitos saludables más allá de la pérdida de peso. Desde este enfoque, la salud no se reduce al peso corporal, sino que se entiende como un proceso dinámico influenciado por múltiples factores, priorizando comportamientos saludables en lugar de la restricción alimentaria (ASDAH, 2024).

Una de las claves de este proceso es abandonar la mentalidad de dieta y adoptar un enfoque más flexible. La Entrevistada 3 destaca cómo este cambio ha impactado su bienestar mental: "He dejado de pensar en calorías, en contar o vigilar lo que como. Esa relajación me ha permitido disfrutar de la mesa sin estrés y liberar espacio mental para otras cosas importantes" (Entrevistada 3, 28-10-2024).

La salud, en este sentido, no se limita a alcanzar un peso ideal ni a mantener una alimentación "perfecta", sino que integra el bienestar emocional, social y físico. Como concluye Entrevistada 1: "Vivir con un permiso incondicional para comer, sin ponerle un valor moral a los alimentos, es liberador" (Entrevistada 1, 27-10-2024).

Más allá del cuerpo, la percepción de salud también está influenciada por normas sociales y estereotipos que condicionan la autoestima y la forma en que cada persona se relaciona con su imagen. La Entrevistada 2 resalta la importancia de redefinir la relación con la imagen personal desde la aceptación y el empoderamiento:

A ver, si tú logras aceptar tu cuerpo, si tú logras pactar con tu corporalidad, logras sentirte bien, logras tener una vida saludable, o sea en cualquier talla, y exploras, pues

sigue el poder de tu imagen, pero sin seguir como todos estos estándares, sino desde lo que tú quieres expresar, desde los mensajes que tú quieres transmitir, de cómo esto sí puede darte una sensación de empoderamiento, o sea, sentirte bonita en tus propios términos (Entrevistada 2, 28-10-2024).

Este enfoque también desafía la idea de que la salud puede medirse únicamente a través del peso. La salud integral implica el desarrollo equilibrado de aspectos físicos, mentales, emocionales y sociales, promoviendo una mejor calidad de vida (Uresti-Marín et al., 2013) Además, la salud no debería definirse exclusivamente por la apariencia externa, sino por una evaluación más amplia de indicadores de bienestar. La Entrevistada 3 cuestiona esta visión reduccionista:

Decimos “bueno, necesitamos que se nos vea la salud por nuestros indicadores, o sea, veme mi biometría hemática, mi perfil hormonal, veme mi perfil tiroideo, no me digas que estoy enferma por el tamaño de mi cuerpo; primero ayúdame a entender qué está pasando por dentro.” (...) Y con mucha alegría te puedo contar que me fue muy muy bien en todos mis niveles; entonces digo yo “y gorda estoy”; entonces, ¿realmente cuál es aquí el rollo? (Entrevistada 3, 28-10-2024).

En este proceso, cuestionar las creencias impuestas sobre la delgadez y la salud permite avanzar hacia una visión más compasiva del cuerpo. Como menciona la Entrevistada 3, esta reflexión también implica exigir un trato digno e igualitario para todas las personas, independientemente de su tamaño corporal:

El cuestionar esto, que deseamos recibir el trato que deseamos recibir... “quiero ser tratada como como disciplinada, como atractiva, como como que soy una buena persona porque como verduras”. O sea, también el cuestionarlo y el entender —no sólo cuestionar sino entender— que ese buen trato lo merecemos todos los seres humanos, no importa nada o sea, los seres humanos merecemos un trato digno (...) Entonces, llegar a eso te da empoderamiento y te pone en una posición también como de “okay, a ver, nos vamos haciendo respetar” (Entrevistada 3, 28-10-2024).

Alejarse de la mentalidad de dieta no solo impacta el presente, sino que transforma la forma en que las personas se perciben a lo largo del tiempo. La Entrevistada 1 reflexiona sobre cómo la insatisfacción con el cuerpo suele repetirse en diferentes etapas de la vida, impidiendo disfrutar el momento presente:

Puedo mirar para atrás y decirle a las jóvenes ahora: “no hagan dieta, tu cuerpo está bien”. Uno siempre mira fotos pasadas y uno mira esa foto, “qué bien estaba, qué feliz me veía” y en esa foto yo sentía que me faltaba tanto. Y eso pasa a los 40, a los 50, a los 60, etc. (Entrevistada 1, 27-10-2024).

Comprender la salud desde una perspectiva integral permite desmitificar la idea de que la alimentación y el peso lo determinan todo. Como explica la Entrevistada 3, reducir la salud únicamente a lo que se come es una falacia promovida por la cultura de dieta:

El comprender que la salud tiene un montón de determinantes. Por alguna razón, en nuestra cultura y en nuestra sociedad, que es una cultura de dieta evidentemente, hemos caído en la falacia de creer que la comida lo es todo para la salud. O sea, la comida lo es todo, el 100% de la salud lo determina la comida, y así vive mucha gente (...). Cuando en alimentación intuitiva empiezas a entender que no, que la comida no lo es todo, que hay muchos factores que determinan la salud, pues empieza a cambiar esta perspectiva también (Entrevistada 3, 28-10-2024).

Finalmente, la salud integral no solo implica cuidar el cuerpo, sino también encontrar placer y bienestar en el proceso. Como menciona la Entrevistada 2, integrar el movimiento y la alimentación de forma flexible y sin restricciones favorece un equilibrio más sostenible:

Creo que eso trae salud en todos los niveles, o sea a nivel de emociones, pues también de físico. La salud física, creo que también el mantener una dieta saludable en la que no quitemos cosas, pero sí agreguemos cosas que sí nos lleven a la salud; mantener el movimiento, cualquiera que este sea, que te haga sentir a gusto, el que te haga sentir feliz. Sí creo que es el mejor enfoque que existe para mantener un equilibrio a todos los niveles en cuanto a salud (Entrevistada 2, 28-10-2024).

En última instancia, priorizar el bienestar sobre la búsqueda obsesiva de “salud perfecta” puede traer mayor satisfacción y disfrute en la vida cotidiana. Como señala la Entrevistada 1, el bienestar emocional puede ser un factor más determinante que cualquier indicador biomédico:

Si vemos los determinantes de salud, yo siento que el comer contento es mucho más beneficioso para mí, para mi hijo, que estarse comiendo un (...) ejemplo, a una lechuga con tomate que no le gusta. (...) Hay un bien superior del ser humano que no es estar saludable, es estar contento (Entrevistada 1, 27-10-2024).

Los testimonios muestran que este enfoque desafía las ideas tradicionales sobre la salud y abre la posibilidad de construir un bienestar que no dependa de la restricción, sino de la conexión con las propias necesidades corporales y del respeto hacia el cuerpo en todas sus formas.

CONCLUSIONES

El presente estudio permitió explorar las experiencias de mujeres que han transitado de una mentalidad basada en el control del peso y la culpa hacia una relación más flexible y compasiva con su alimentación y su cuerpo. A partir de sus testimonios, se evidenció que la alimentación no solo responde a una necesidad biológica, sino que está profundamente entrelazada con la memoria, la identidad y la autonomía. En este proceso, los enfoques de *Salud en Todas las Tallas* (HAES®) y Alimentación Intuitiva han sido herramientas clave en este proceso de transformación.

Uno de los hallazgos más relevantes fue el impacto del estigma de peso en la percepción individual del cuerpo, sino también el bienestar emocional y la salud mental. La gordofobia y los estándares culturales de delgadez generan presiones constantes que pueden derivar en restricción alimentaria, insatisfacción corporal y una autovaloración condicionada al tamaño del cuerpo. Sin embargo, las participantes también mostraron que es posible cuestionar estos mandatos sociales y construir nuevas narrativas en torno a la alimentación y el autocuidado, basadas en la escucha de las señales corporales, el respeto a la diversidad corporal y la resignificación más allá del peso.

El estudio también destacó que la transición hacia una alimentación más intuitiva no es un proceso inmediato ni lineal. Abandonar la mentalidad de dieta requiere desaprender creencias arraigadas y reconstruir la confianza en las señales del cuerpo. La sobreinformación, la presión social y el miedo al aumento de peso emergieron como barreras comunes en este camino lo que refuerza la necesidad de promover espacios de educación y acompañamiento que validen y sostengan estos procesos.

Además, los testimonios evidenciaron que la salud no debe reducirse a una ecuación de peso y alimentación. La salud debe comprenderse como un proceso dinámico influenciado por factores emocionales, sociales y culturales. Promover una salud integral implica reconocer que el bienestar no se alcanza mediante la restricción o el control, sino en la capacidad de habitar tu cuerpo con respeto, escucha y prácticas sostenibles.

En conclusión, este estudio aporta a la reflexión sobre el impacto del estigma de peso y la cultura de dieta en la vida de las personas, al tiempo que visibiliza alternativas que favorecen la autonomía y el bienestar. La adopción de enfoques como HAES® y la Alimentación Intuitiva no solo constituye una forma de resistencia frente los mandatos normativos, sino también una vía para construir una relación más libre y digna con el cuerpo y la alimentación.

REFERENCIAS

- Aguirre, J., & Jaramillo, L. (2012). El método fenomenológico en investigación educativa: una revisión teórica. *Revista de la Facultad de Ciencias de la Educación*, 10(1), 93-109. <https://revistas.uptc.edu.co/index.php/educacion/article/view/1302>
- Association for Size Diversity and Health (ASDAH) (2024). Health at Every Size® (HAES®) Principles. <https://asdah.org/haes/>
- Bacon, L., Stern, J. S., Van Loan, M. D., & Keim, N. L. (2005). Size acceptance and intuitive eating improve health for obese, female chronic dieters. *Journal of the American Dietetic Association*, 105(6), 929-936. <https://doi.org/10.1016/j.jada.2005.03.011>
- Bidstrup, H., Brennan, L., Kaufmann, L., & de la Piedad, X. (2022). Internalized weight stigma as a mediator of the relationship between experienced/perceived weight

- stigma and biopsychosocial outcomes: a systematic review. *International Journal of Obesity*, 46(1), 1-9. <https://doi.org/10.1038/s41366-021-00982-4>
- Bülle, E. (2022). *Activismo Gorde y ¿Gordofobia? O... Hysteria* Revista. <https://hysteria.mx/activismo-gorde-y-gordofobia-o/>
- Burnette, C. B., Kwitowski, M. A., & Mazzeo, S. E. (2020). Integrating eating disorder prevention into obesity prevention efforts. *Current Obesity Reports*, 9(2), 105-113. <https://doi.org/10.1007/s13679-020-00377-5>
- Eisenberg, M. E., Laska, M. N., Loth, K., Neumark-Sztainer, D. (2020). Intuitive eating longitudinally predicts better psychological health and lower use of disordered eating behaviors: findings from EAT 2010–2018. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 25, 1051–1059. <https://doi.org/10.1007/s40519-020-00852-4>
- Flick, U. (2015). *Introducing Research Methodology: A Beginner's Guide to Doing a Research Project*. SAGE Publications.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.^a ed.). McGraw-Hill.
- Hunger, J. M., Smith, J. P., Tomiyama, A. J., & Chou, W. (2020). An evidence-based rationale for adopting weight-inclusive health policy. *Social Issues and Policy Review*, 14(1), 73-107. <https://doi.org/10.1111/sipr.12064>
- Jones, C., Smith, R. & Brown, T. (2022). Perceptions of health among Black women in emerging adulthood. *Journal of Women's Health*, 31(4), 567-576. <https://doi.org/10.1016/j.whi.2022.07.005>
- Kamiński, M., Wieczorek, T., Kręgielska-Narożna, M., & Bogdański, P. (2024). Tweeting about fatphobia and body shaming: A retrospective infodemiology study. *Nutrition*, 125, 112497. <https://doi.org/10.1016/j.nut.2024.112497>
- Levinson, J. A., Kinkel-Ram, S., Myers, B., & Hunger, J. M. (2024). A systematic review of weight stigma and disordered eating cognitions and behaviors. *Body Image*, 48, 101678. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2023.101678>
- Linardon, J., Messer, M., Rodgers, R. F., & Fuller-Tyszkiewicz, M. (2021). *Intuitive eating and its psychological correlates: A meta-analysis*. *International Journal of Eating Disorders*, 54(6), 1073–1098. <https://doi.org/10.1002/eat.23509>

- Linardon, J., Messer, M., Rodgers, R. F., & Fuller-Tyszkiewicz, M. (2021). *Intuitive eating and its psychological correlates: A meta-analysis*. *International Journal of Eating Disorders*, 54(6), 1073–1098. <https://doi.org/10.1002/eat.23509>
- López, A., Pérez, M. & Rodríguez, C. (2023). Intervenciones no pesocentristas y principios de salud en todas las tallas en el abordaje del sobrepeso y la obesidad. Revisión narrativa de la literatura. *Revista de Nutrición Clínica y Metabolismo*, 6(1), 45-60. <https://revistanutricionclinicametabolismo.org/index.php/nutricionclinicametabolismo/article/view/384/602>
- Mancuso, L., Longhi, B., Perez, M., Majul, A., Almeida, E., & Carignani, L. (2021). Diversidad corporal, pesocentrismo y discriminación: la gordofobia como fenómeno discriminatorio. Inclusive. *La revista del INADI*, 4(2), 12-16. https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/2021/12/inclusive_04_2021.pdf
- Martínez, M. (2004). *Ciencia y arte en la metodología cualitativa*. Editorial Trillas.
- Piñeyro, B. M. (2020). *Guía básica sobre gordofobia. Un paso más hacia una vida libre de violencia*. “Jornadas sobre Gordofobia y la Violencia Estética contra las Mujeres 2020”. https://www.gobiernodecanarias.org/igualdad/documentos/publicaciones/gordofobia_guia_26052021.pdf?origen=app
- Puhl, R. M., & Heuer, C. A. (2010). Obesity stigma: Important considerations for public health. *American Journal of Public Health*, 100(6), 1019-1028. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2009.159491>
- Quirós, G. (2021). Gordofobia: existencia de un cuerpo negado. Análisis de las implicaciones subjetivas del cuerpo gordo en la sociedad moderna. *Revista Latinoamericana de Derechos Humanos*, 32(1), Universidad Nacional de Costa Rica. <https://doi.org/10.15359/rldh.32-1.7>
- Real Academia Española. (2025). *Dieta*. En *Diccionario de la lengua española* (23.^a ed.). <https://dle.rae.es/dieta>
- Tribole, E., & Resch, E. (2020). *Intuitive Eating: A Revolutionary Anti-Diet Approach* (4.^a ed.). St. Martin's Essentials.

- Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. L. (2015). What is and what is not positive body image? Conceptual foundations and construct definition. *Body Image*, 14, 118-129.
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.04.001>
- Tylka, T. L., Annunziato, R. A., Burgard, D., Danielsdóttir, S., Shuman, E., Davis, C., & Calogero, R. M. (2014). The weight-inclusive versus weight-normative approach to health: Evaluating the evidence for prioritizing well-being over weight loss. *Journal of Obesity*, 2014, 983495. <https://doi.org/10.1155/2014/983495>
- Uresti-Marín, R. M., Caballero-Rico, F., Vázquez-Vázquez, M., & Ramírez, J. A. (2013). La coherencia en el desarrollo humano y la salud integral. *CienciaUAT*, 8(1), 26-32.
<https://www.redalyc.org/pdf/4419/441942930004.pdf>

Propiedades psicométricas del Cuestionario de Satisfacción laboral S20/23 en una muestra de trabajadores mexicanos

Psychometric properties of the Job Satisfaction Questionnaire S20/23 in a sample of Mexican workers

Propriedades psicométricas do Questionário de Satisfação Profissional S20/23 numa amostra de trabalhadores mexicanos

Nancy Pamela Castro-Zazueta¹, Oscar Gómez-González²

Recibido: 01 de marzo de 2025.

Aceptado: 04 de mayo de 2025.

Para citar este artículo:

Castro-Zazueta & Gómez-González. (2025). Propiedades psicométricas del Cuestionario de Satisfacción laboral S20/23 en una muestra de trabajadores mexicanos. *Synergia. Revista Multidisciplinaria* 1(1). 58-76. <https://doi.org/10.32870/synergia.v1i1.35>

¹ Docente investigadora en el Centro Universitario del Sur de la Universidad de Guadalajara. Miembro del Sistema Nacional de Investigadoras e investigadores (SNII) Nivel Candidata. Doctora en Psicología con Orientación en Calidad de Vida. líneas de investigación aspectos psicosociales del desarrollo humano, Bienestar y Calidad de vida en diversos grupos etarios.

 nancy.castro@academicos.udg.mx  <https://orcid.org/0000-0003-3330-3262>

² Docente investigador en el Centro Universitario del Sur de la Universidad de Guadalajara. Miembro del Sistema Nacional de Investigadoras e investigadores (SNII) Nivel 1. Doctor en Psicología con Orientación en Calidad de Vida. líneas de investigación en psicología, bienestar y filosofía.

 oscar.gomez@academicos.udg.mx  <https://orcid.org/0000-0003-0545-5410>

RESUMEN

Introducción: La satisfacción laboral (SL) continúa siendo uno de los fenómenos laborales más estudiados en psicología industrial y de las organizaciones, dada su relevancia para el bienestar y del desempeño de los trabajadores (Judge et al., 2020); así como su contribución predictora de la eficacia y productividad en las organizaciones (Hora et al., 2018). **Objetivo:** Evaluar las propiedades psicométricas del Cuestionario de Satisfacción Laboral S20/23 en 1.271 trabajadores mexicanos. **Método:** Mediante un análisis factorial confirmatorio se corroboró la estructura de cinco factores del instrumento: supervisión, ambiente de trabajo, prestaciones, participación y satisfacción intrínseca, obteniendo índices de ajuste adecuados ($\chi^2/\text{gl} = 2.623$; CFI, TLI y GFI = .99; RMSEA = .036). **Resultados:** Los análisis de invarianza factorial por sexo respaldaron la equivalencia de medición entre hombres y mujeres. Asimismo, los coeficientes de Alfa de Cronbach y Omega de McDonald, tanto de la escala total como de sus factores, fueron superiores a .8, indicando una adecuada consistencia interna. **Discusión:** En conjunto los resultados brindan evidencia sólida respecto a la validez de constructo y confiabilidad del S20/23 para medir la satisfacción laboral.

Palabras clave: *Satisfacción laboral, Trabajadores, Validación de instrumento, Psicometría, México.*

ABSTRACT

Introduction: Job satisfaction (JS) remains one of the most widely studied phenomena in industrial and organisational psychology, given its relevance to employees' well-being and performance (Judge et al., 2020), as well as its role as a predictor of organisational effectiveness and productivity (Hora et al., 2018). **Aim:** To evaluate the psychometric properties of the S20/23 Job Satisfaction Questionnaire amongst 1,271 Mexican workers. **Method:** Confirmatory factor analysis was used to validate the instrument's five-factor structure: supervision, work environment, benefits, participation and intrinsic satisfaction, yielding adequate fit indices ($\chi^2/\text{df} = 2.623$; CFI, TLI and GFI = .99; RMSEA = .036). **Results:** Factor invariance analyses by gender supported measurement equivalence between men and women. Furthermore, Cronbach's alpha and McDonald's omega coefficients, for both the total scale and its factors, were above .8, indicating adequate internal consistency. **Discussion:** Taken together, the results provide solid evidence regarding the construct validity and reliability of the S20/23 in measuring job satisfaction.

Key Words: *Job satisfaction, Workers, Instrument validation, Psychometrics, Mexico.*

RESUMO

Introdução: A satisfação no trabalho (ST) continua a ser um dos fenômenos laborais mais estudados na psicologia industrial e das organizações, dada a sua relevância para o bem-estar e o desempenho dos trabalhadores (Judge et al., 2020), bem como a sua contribuição como fator preditivo da eficácia e da produtividade nas organizações (Hora et al., 2018). **Objetivo:** Avaliar as propriedades psicométricas do Questionário de Satisfação Profissional S20/23 em 1 271 trabalhadores mexicanos. **Método:** Através de uma análise fatorial confirmatória, foi corroborada a estrutura de cinco fatores do instrumento: supervisão, ambiente de trabalho, benefícios, participação e satisfação intrínseca, obtendo-se índices de ajuste adequados ($\chi^2/\text{gl} = 2,623$; CFI, TLI e GFI = 0,99; RMSEA = 0,036). **Resultados:** As análises de invariante fatorial por sexo confirmaram a equivalência de medição entre homens e mulheres. Além disso, os coeficientes alfa de Cronbach e ômega de McDonald, tanto da escala total como dos seus fatores, foram superiores a 0,8, indicando uma consistência interna adequada. **Discussão:** Em conjunto, os resultados fornecem evidências sólidas quanto à validade do construto e à fiabilidade do S20/23 para medir a satisfação no trabalho.

Palavras-chave: *Satisfação profissional, Trabalhadores, Validação de instrumentos, Psicometria, México.*

INTRODUCCIÓN

La satisfacción laboral (SL) continúa siendo una de los fenómenos laborales más estudiados en psicología industrial y de las organizaciones, dada su relevancia para el bienestar y del desempeño de los trabajadores (Judge et al., 2020), así como su contribución como predictor de la eficacia y productividad en las organizaciones (Hora et al., 2018). La SL se define como un estado emocional positivo que resulta del proceso evaluativo que hacen los trabajadores al comparar su situación real de trabajo con las expectativas que se han generado respecto al mismo (Sánchez-Sellero et al. 2018).

Un aspecto fundamental a considerar es que las actitudes relativas al trabajo, como la SL, comprenden un componente afectivo y uno cognitivo (Peiró & Prieto, 1996). El componente afectivo refiere a sentimientos o estados emocionales positivos/negativos que el trabajador experimenta hacia su empleo y diferentes facetas de este. Mientras que el componente cognitivo alude a evaluaciones, creencias y juicios que el individuo elabora sobre su trabajo y las condiciones de trabajo que le rodean (Rodríguez Jarabo, 2016).

Esta dualidad afectivo-cognitiva ha dado lugar a dos enfoques predominantes para conceptualizar y medir la SL (Castel, 2008; Trujillo & Vargas, 2017): 1) la perspectiva global, que concibe la satisfacción como una actitud general, de carácter afectivo o emocional hacia el trabajo y 2) el enfoque multidimensional, que considera la satisfacción como una actitud formada por la valoración cognitiva de diversos aspectos o facetas específicas del entorno laboral, como el salario, las oportunidades de promoción, la supervisión y las condiciones físicas, entre otras.

Si bien, ambas perspectivas aportan información valiosa (Bowling & Zelazny 2022), la evaluación multidimensional permite identificar con mayor precisión las fuentes de satisfacción o insatisfacción laboral, facilitando así el diseño de intervenciones y estrategias organizacionales más focalizadas y efectivas (Carlotto & Câmara 2008).

En cuanto a instrumentos que se encargan de evaluar la SL de manera multidimensional, el Cuestionario de Satisfacción laboral S20/23 (en adelante S20/23) de Meliá y Peiró (1989), ha destacado por ser uno de los más implementados en América Latina (Hora et al., 2018). Este evalúa la SL a través de cinco dimensiones: satisfacción con la supervisión, satisfacción con el ambiente de trabajo, satisfacción con las prestaciones,

satisfacción con la participación y satisfacción intrínseca, que se agrupan en un factor general de SL.

En el contexto mexicano son diversos los estudios que implementan el S20/23 para medir y relacionar la SL con variables organizacionales: burnout, salario, compromiso organizacional, etcetera (Molina-Germán, Pérez-Melo & Lizárraga-Salazar, 2019; Palomar et al. 2022; Treviño-Reyes et al. 2022; Treviño-Reyes & López-Pérez, 2023). Esta tendencia se mantiene en publicaciones recientes: Federico Valle et al. (2024) aplicaron el S20/23 a una muestra de trabajadores del sector salud en Sonora para analizar su relación con el clima organizacional y la felicidad en el trabajo. Sin embargo, ni en estos estudios ni en los más recientes se reporta evidencia sobre la validez o la confiabilidad de las puntuaciones obtenidas a través del instrumento en población mexicana.

Por su parte, en Latinoamérica sólo se han identificado dos que sí examinan las propiedades psicométricas del S20/23, ambos con un cambio en su estructura teórica. En Brasil con la participación de 640 trabajadores de la educación y de la salud, la estructura factorial del S20/23 se ajustó a tres dimensiones: satisfacción intrínseca, satisfacción con las relaciones jerárquicas y satisfacción con el entorno físico de trabajo, con coeficientes de consistencia interna α de .77 a .92 (Carlotto & Câmara, 2008).

En Chile, con la participación de 277 trabajadores chilenos del área médica, el S20/23 se redujo a 21 ítems agrupados en cuatro dimensiones: relación con la supervisión, espacio físico laboral, realización profesional, oportunidad de formación y toma de decisiones, con una consistencia interna general α =.92 y valores α por factor que oscilan entre .73 y .92 (Martínez et al., 2016).

Esta tendencia a modificar la estructura original continúa en publicaciones más recientes: en Perú, Ramírez-Cruz et al. (2024) validaron una versión reducida del instrumento en 325 profesionales de enfermería. Esta versión consta de 18 ítem agrupados en cuatro dimensiones, a partir de la adaptación chilena reportada previamente por Martínez et al. (2016). Hasta donde se ha podido documentar, ningún restudio en la región ha corroborado la estructura original de cinco factores propuesta por Meliá y Peiró (1989).

Esta situación es consistente con un panorama más amplio en la literatura sobre medición de la SL. Revisiones sistemáticas recientes de instrumentos de satisfacción laboral en otras poblaciones reportan que sólo una proporción menor de las escalas

evaluadas cuenta con evidencia adecuada de validez y confiabilidad, lo que subraya la necesidad de que los estudios de validación se realicen con rigor metodológico y se reporten de manera completa (Savla et al., 2025). A partir de la revisión realizada, se ha mostrado que la falta de evidencia empírica sobre las propiedades psicométricas del S20/23 en su estructura original de cinco factores, no es exclusiva del contexto mexicano, sino que es una situación que persiste en Latinoamérica, pues ninguno de los estudios latinoamericanos ha confirmado la estructura original de cinco factores.

Corroborar que un instrumento respete su estructura teórica y presente una adecuada validez de constructo en el contexto que se aplica, es indispensable para garantizar la validez de las inferencias que se deriven de su uso (Gil, et al., 2000); las sucesivas modificaciones a la estructura factorial del S20/23 documentadas hasta ahora impiden acumular evidencia comparable entre estudios y comprometen la posibilidad de establecer normas de interpretación estables para el instrumento en su versión original.

En este sentido, el presente estudio tiene por objetivo evaluar la estructura factorial del S20/23 y su consistencia interna en una muestra de trabajadores mexicanos. Una adecuada comprensión de las propiedades psicométricas de este instrumento, sin modificaciones a su estructura teórica, permitirá su uso confiable en investigaciones y evaluaciones organizacionales, lo que puede contribuir al entendimiento y gestión de la SL en las empresas del contexto mexicano.

MÉTODO

Se llevó a cabo un estudio instrumental con diseño analítico transversal (Hernández y Velasco-Mondragón, 2000).

Participantes

A través de un muestreo no probabilístico accidental (Otzen & Manterola, 2017) participaron 1,271 adultos trabajadores mexicanos ($M = 29.6$ años, $DE = 3.11$): 835 (65.7%) mujeres y 436 (33.7%) varones. Cumpliendo con el criterio de al menos 10 casos por ítem, para confirmar la estructura factorial del instrumento y evaluar su calidad métrica (Piera & Carrasco, 2010).

Instrumento

El S20/23 fue desarrollado por Meliá y Peiró (1989). Consta de 23 ítems redactados en orden directo con siete opciones de respuesta en escala tipo Likert, que van desde “muy insatisfecho” a “muy satisfecho”. Los ítems se agrupan en cinco factores: I) satisfacción con la supervisión (6 ítems); II) satisfacción con el ambiente de trabajo (5 ítems); III) satisfacción con las prestaciones (5 ítems); IV) satisfacción intrínseca (4 ítems) y V) satisfacción con la participación (3 ítems); respectivamente, con índices de fiabilidad α de .89, .81, .76, .80 y .78; el índice por el total del S20/23 fue de .92.

Procedimiento

El instrumento se adaptó para su aplicación en medios electrónicos a través de la plataforma en línea de Google Forms, siguiendo las directrices sobre pruebas basadas en computadora y entregadas por Internet, de la International Test Commission ([ITC], 2005). Por medio de una estrategia de entrevistas cognitivas concurrentes con pensamiento en voz alta (Beatty & Willis 2007; Ericsson & Simon, 1980) realizadas a 15 voluntarios, se confirmó que esta modalidad de aplicación del S20/23 resultó accesible, comprensible y funcional, ya que no expresaron conflictos para acceder al instrumento.

Los participantes declararon comprender las indicaciones e ítems del instrumento, por lo que no se realizó ningún cambio a la redacción original de ítems. Al inicio de cada entrevista se presentó un consentimiento informado con información explícita del objetivo y procedimiento de investigación, el cual incluyó el registro del audio de la entrevista. Cada una duró aproximadamente 30 minutos.

Después, los datos fueron recabados al distribuir el formulario en línea en redes sociales (Facebook y WhatsApp), dirigido a población adulta en México, durante el tercer trimestre del año 2022. Para poder responder el formulario, los participantes debían leer y aceptar el consentimiento informado.

El presente estudio forma parte de un proyecto de investigación mayor que fue aprobado por el Comité de ética en Investigación de los Posgrados en Psicología con Orientación en Calidad de Vida y Salud de la Universidad de Guadalajara, en el Dictamen CE/2022/03. Así mismo se garantizó el cumplimiento de los lineamientos éticos

establecidos en el Código Ético del Psicólogo de la Sociedad Mexicana de Psicología (2002).

Análisis de datos

Se realizaron análisis descriptivos de los ítems (media y desviación estándar), y se incluyó el análisis de asimetría y curtosis para probar la distribución normal de los datos. Se consideró que los datos mostraron una distribución normal si los valores de asimetría fluctúan entre -0.5 y 0.5, mientras que los de curtosis fluctúan entre -1 y 1 puntos (Hair et al., 1999). Además, se realizaron correlaciones entre los ítems.

El modelo teórico se validó por medio de un análisis factorial confirmatorio (AFC). Este AFC se realizó con un modelo congénico con el estimador de Mínimos Cuadrados no Ponderados (ULS), que opera con una matriz de correlaciones policóricas, la cual es recomendada para escalas tipo Likert y no muestra sesgos por tamaño muestral en valores de χ^2 y raíz del error cuadrático medio de aproximación (RMSEA; Morata-Ramirez et al., 2015). Se consideró un ajuste aceptable si se cumplían los valores de χ^2 sobre grados de libertad ($\chi^2/gl \leq 5$) (Hair et al., 1999); $RMSEA \leq .08$ (Browne & Cudeck, 1992); el índice de ajuste comparativo (CFI), el índice de Tucker Lewis (TLI) y la bondad de ajuste (GFI) $\geq .90$ (Hu & Bentler, 1999).

Cabe destacar que el AFC se conduce por la existencia de una estructura teórica previa que, como su nombre lo indica, pretende confirmar si la estructura teórica que emana de los datos recabados coincide con la estructura teórica original y no pretende la búsqueda de patrones de relación entre indicadores para generar estructuras de modelos teóricos que se puedan contrastar empíricamente, como es el caso de la Técnica de Análisis Factorial Exploratorio (Gil, et al., 2000).

Como estimación de la confiabilidad por consistencia interna, se utilizó el coeficiente Omega de Mc'Donald dado que el modelo es congénico (Viladrich et al., 2017). Sin embargo, se agregó el coeficiente Alfa de Cronbach para poder comparar sus valores de consistencia interna con estudios previos. En todos los coeficientes, valores $>.8$ se consideran adecuados (Nunnally, 1975).

Tomando en consideración que la proporción de participantes mujeres casi dobla a la proporción de participantes varones, se calcularon cuatro niveles de invarianza

(configural, métrico, escalar y estricto, cada nivel calculado fue más estricto que el anterior), entre grupos participantes: hombres y mujeres, para confirmar que en los resultados no hubo sesgo de medición. Con el cálculo de niveles de invarianza se estima si hay invarianza en: asociación entre ítems y factores, cargas factoriales, intercepto de las escalas, y los residuos (Chen, 2007).

Los criterios para superar un nivel de invarianza y pasar al siguiente, es que el CFI no disminuya en más de .01 y que el RMSEA no tenga un incremento mayor a .015 con relación al puntaje obtenido en el nivel anterior (Chen, 2007). Por último, para la interpretación de puntajes obtenidos a través del S20/23, se propusieron baremos por rangos de puntajes de la escala general de SL y por cada subescala del instrumento, con base a los percentiles 33 y 66, para determinar los niveles bajo, moderado y alto.

RESULTADOS

En la Tabla 1 se presentan los datos descriptivos de los ítems del S20/23. Los datos tuvieron una distribución no normal, por tanto, se procedió a estimar la matriz de correlaciones policóricas de los ítems del instrumento, encontrando que las correlaciones fluctuaron entre 0.30 y 0.85.

Tabla 1
Análisis descriptivo del S20/23

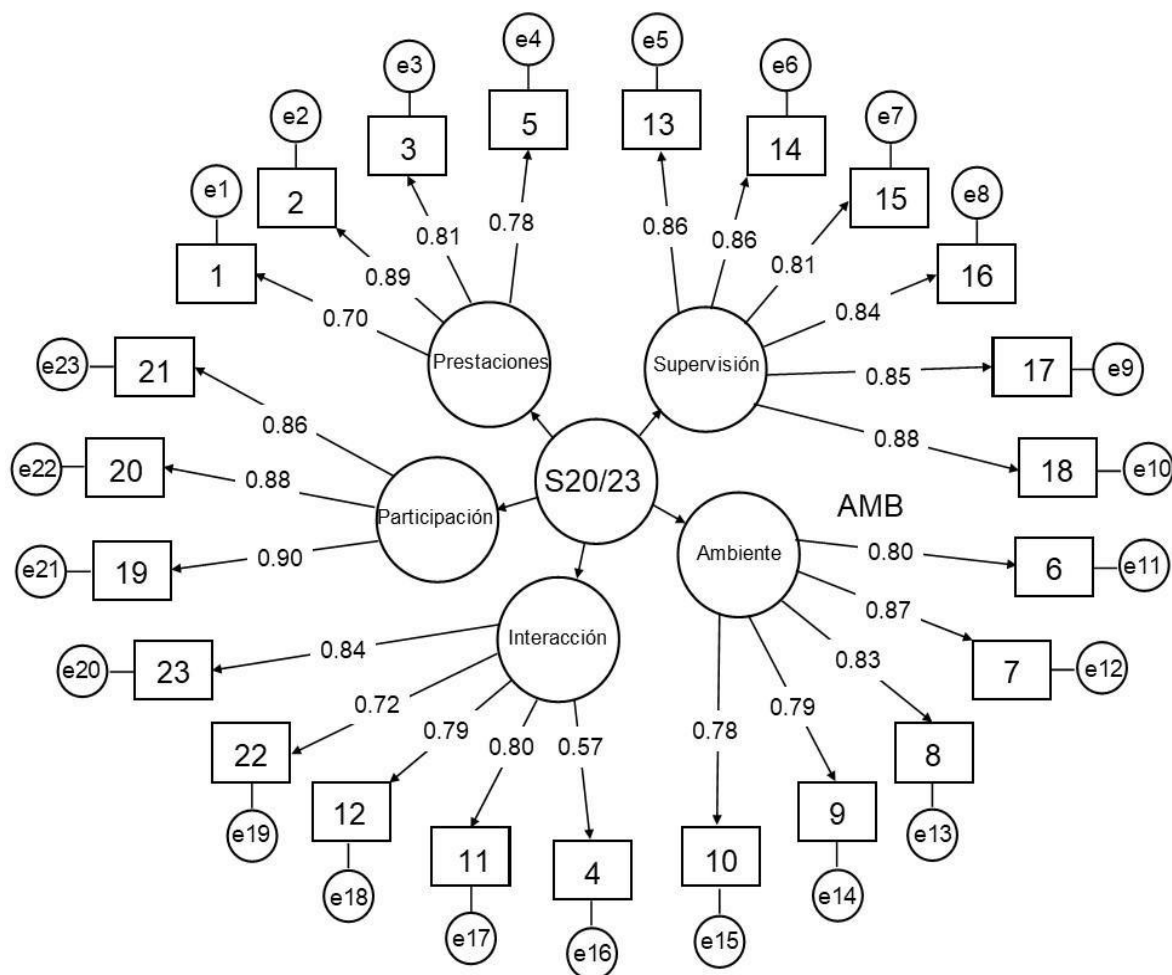
Ítem	Media	Desviación estándar	Asimetría	Curtosis
1	4.98	1.55	-.078	-0.08
2	4.59	1.75	-.057	-0.06
3	4.76	1.72	-.066	-0.46
4	3.59	1.81	.01	-1.28
5	4.41	1.62	-0.51	-0.48
6	5.35	1.58	-0.98	0.22
7	4.98	1.67	-0.66	-0.42
8	5.38	1.57	-0.98	0.26
9	4.89	1.82	-0.60	-0.75
10	4.72	1.81	-0.51	-0.81
11	4.16	1.93	-0.22	-1.13
12	3.54	1.91	0.14	-1.16
13	4.77	1.77	-0.65	-0.50
14	4.60	1.74	-0.52	-0.61
15	4.66	1.64	-0.53	-0.36
16	4.50	1.82	-0.47	-0.78
17	4.48	1.95	-0.43	-1.00
18	4.66	1.91	-0.55	-0.82
19	4.82	1.80	-0.67	-0.54
20	4.61	1.81	-0.50	-0.71
21	4.44	1.73	-0.40	-0.65
22	4.51	1.94	-0.42	-1.02
23	4.19	1.85	-0.20	-0.99

Nota. Elaboración propia.

El análisis factorial confirmatorio mostró un ajuste adecuado de la estructura teórica del S20/23, compuesto por cinco factores de primer orden (los cinco dominios de la SL) y un factor de segundo orden (la SL general). Se obtuvieron $\chi^2/g1 = 2.623$ ($\chi^2 = 590.329$; $g1 = 225$); CFI, TLI y GFI = .99; y un RMSEA = .036 (I.C. 90%; .032, .039). Por lo cual se sugiere que las mediciones representan adecuadamente el constructo teórico subyacente del instrumento (ver Figura 1).

Figura 1

Modelo de medidas del S20/23



En tanto los coeficientes de consistencia interna Omega de Mc'Donald y Alfa de Cronbach, estos fueron adecuados al ser, todos, $>.8$ (ver Tabla 2). Con esto se muestra consistencia y confiabilidad en la medición de los constructos.

Tabla 2
Coeficientes de confiabilidad

Coeficiente	Escala					Satisfacción laboral general
	Supervisión	Ambiente de trabajo	Prestaciones	Intrínseca	Participación	
α Cronbach	.94	.90	.86	.87	.91	.95
ω McDonald	.94	.91	.86	.88	.91	.96

Nota. Elaboración propia.

Los análisis de invarianza mostraron que, al pasar por los cuatro niveles de invarianza (configural, métrico, escalar y estricto), el CFI no disminuyó en más de .01 y que el RMSEA no mostró un incremento mayor a .015 (ver Tabla 3). Por tanto, no se identificaron sesgos en las mediciones por grupo de sexo, es decir, el S20/23 funcionó de igual manera para hombres y mujeres.

Tabla 3
Invarianza entre grupos de sexo

Nivel	χ^2	gl	χ^2/gl	CFI	TLI	RMSEA
Configural	609.072	450	1.353	.99	.99	.024
Métrica	666.227	468	1.423	.99	.99	.026
Escalar	683.382	486	1.406	.99	.99	.025
Estricta	695.087	509	1.365	.99	.99	.024

Nota. χ^2 =Chi cuadrado; gl=Grados de libertad; CFI=Índice de ajuste comparativo; TLI=Índice de Tucker Lewis; RMSEA=raíz del error cuadrático medio de aproximación.
Elaboración propia

En la Tabla 4, se muestran los baremos o niveles por rango de puntajes estimados a partir de los percentiles. Se consideró como: un nivel bajo a puntuaciones menores al percentil 33; un nivel medio a puntuaciones entre el percentil 33 y 66; y un nivel alto a puntajes superiores al percentil 66.

Tabla 4*Niveles propuestos por escala general de SL y subescalas por rango de puntajes*

Nivel	Satisfacción laboral general	Supervisión	Ambiente de trabajo	Prestaciones	Intrínseca	Participación
Bajo	< 94	< 24	< 23	< 16	< 17	< 12
Medio	94 - 120	24 -33	23- 30	16 - 24	17- 22	12 - 17
Alto	> 120	> 33	> 30	> 24	> 22	> 17

Nota. Elaboración propia.

DISCUSIÓN

El objetivo del presente estudio fue evaluar las propiedades psicométricas del Cuestionario de Satisfacción Laboral S20/23 en una muestra de trabajadores mexicanos. Los análisis realizados brindan evidencia sólida respecto a la validez de constructo y confiabilidad de este instrumento.

En cuanto a la validez del constructo, los índices de ajuste obtenidos mediante el análisis factorial confirmatorio fueron adecuados (χ^2/gl , GFI, CFI, TLI y RMSEA), respaldando la estructura factorial hipotetizada del cuestionario. Estos hallazgos son consistentes con la teoría subyacente en la que se fundamenta el S20/23 y con la investigación realizada por Ferreira et al. (2010) en población portuguesa.

Además, el análisis de invarianza por grupo de sexo sugiere que la estructura factorial del S20/23 es equivalente para varones y mujeres. Esto implica que los factores que componen al instrumento (satisfacción con la supervisión, satisfacción con el ambiente de trabajo, satisfacción con las prestaciones, satisfacción con la participación y satisfacción intrínseca) miden el constructo de satisfacción laboral de manera similar en ambos grupos, lo cual refuerza la validez del instrumento y su utilidad para evaluar este constructo independientemente del sexo de los participantes.

Esto apoya a la generación de evidencia sobre la validez de constructo del modelo del instrumento y tiene implicaciones prácticas para su uso en el contexto mexicano, ya que el S20/23 es un instrumento fácil de entender, su aplicación toma alrededor de 10 minutos (Carlotto & Câmara, 2008) y al tener una extensión breve, presenta menor posibilidad de aquiescencia y/o disenso por fatiga (Ferrando & Anguiano-Carrasco, 2012).

En lo que respecta a la confiabilidad, los valores de los coeficientes α y Omega de los factores del instrumento fueron adecuados. Estos resultaron incluso mayores a los reportados en el estudio del instrumento original (Meliá & Peiró, 1989) y ligeramente más bajos que los coeficientes de fiabilidad reportados por Ferreiro et al. (2010) en la adaptación del S20/23 a población portuguesa.

Debido a que los estudios que reportan información sobre la validación y fiabilidad del S20/23 en otros contextos, han realizado modificaciones a la estructura factorial (Carlotto & Câmara 2008; Martínez et al., 2016), no es posible comparar los hallazgos de la presente investigación con otros estudios. Esta limitación se mantiene vigente en la validación más actual del instrumento en la región, realizada en Perú con profesionales de enfermería, que retomó una versión reducida de cuatro dimensiones en lugar de la estructura original de cinco factores (Ramírez-Cruz et al., 2024).

Esto sugiere la pertinencia de que se recabe más evidencia sobre la validez de constructo del instrumento evaluado, lo cual, además garantizar la calidad de la información sobre el constructo evaluado, permitiría mayor solidez a la elaboración de intervenciones sustentadas en la operacionalización de las dimensiones que lo conforman.

Hasta donde se tiene conocimiento, este estudio es el primero en el que se analizó la validez de constructo del S20/23 en el contexto mexicano, tras su aplicación en entornos virtuales con base a los lineamientos establecidos por la ITC (2006), para la realización de pruebas en modalidad abierta por internet. Se consideraron las características de la población objetivo y del instrumento, la pertinencia de su aplicación, que su contenido en formato presencial fuera transferible al formato digital y que se garantizara la privacidad de los participantes y protección de sus datos.

Esta ausencia de evidencia psicométrica del instrumento no ha impedido que se siga utilizando en investigaciones mexicanas. Federico Valle et al. (2024), por ejemplo, aplicaron recientemente el S20/23 a trabajadores del sector salud en Sonora sin reportar evidencia de validez o confiabilidad de las puntuaciones obtenidas, lo que subraya la vigencia del vacío que la presente investigación busca subsanar. Esta necesidad no es exclusiva del S20/23 ni del contexto mexicano.

Revisiones sistemáticas recientes sobre instrumentos de satisfacción laboral en otras poblaciones reportan que solo una proporción menor de las escalas evaluadas cuenta con

evidencia adecuada de validez y confiabilidad, lo que subraya la relevancia de que estudios como el presente se realicen con rigor metodológico y se reporten de manera completa (Salva et al., 2025).

Algunas limitaciones de este estudio son en el tipo de muestreo no probabilístico y el rango de edad de los participantes, de 25 a 35 años, por lo que no es posible generalizar los resultados a la población de trabajadores mexicanos de otros grupos etarios. No obstante, contribuye al campo de estudio de la satisfacción laboral en México por los beneficios que implica la aplicación de instrumentos de evaluación válidos y confiables.

Futuros estudios podrían profundizar en el análisis de otras fuentes de evidencia y validez, así como explorar su aplicabilidad en distintos contextos laborales y culturales. Se recomienda también llevar a cabo un análisis de invarianza factorial del instrumento para garantizar su utilidad considerando características de la muestra que podrían ser de interés para las investigaciones como la edad, sexo y tipo de empleo. Así mismo se recomienda desarrollar investigaciones de tipo longitudinal para evaluar la estabilidad temporal del instrumento.

En conjunto, los resultados del presente estudio brindan respaldo empírico a la validez de constructo y confiabilidad del Cuestionario de Satisfacción Laboral S20/23. Se confirmó la estructura de cinco factores propuesta por los autores del instrumento con índices de ajuste y consistencia interna adecuados, además de invarianza entre varones y mujeres. Se destaca la importancia de evaluar la satisfacción laboral con un instrumento cuyas puntuaciones han mostrado ser de adecuada calidad para evaluar esta variable y permite profundizar en fuentes de satisfacción e insatisfacción laboral.

REFERENCIAS

- Beatty, P. C., & Willis, G. B. (2007). Research synthesis: The practice of cognitive interviewing. *Public Opinion Quarterly*, 71(2), 287–311. <https://doi.org/10.1093/poq/nfm006>
- Bowling, N., & Zelazny, L. (2022). Measuring general job satisfaction: Which is more construct valid—global scales or facet-composite scales? *Journal of Business and Psychology*, 37(1), 91–105. <https://doi.org/10.1007/s10869-021-09739-2>

- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1992). Alternative ways of assessing model fit. *Sociological Methods & Research*, 21(2), 230–258.
<https://doi.org/10.1177/0049124192021002005>
- Carlotto, M. S., & Câmara, S. G. (2008). Propriedades psicométricas do Questionário de Satisfação no Trabalho (S20/23). *Psico-USF*, 13, 203–210.
<https://doi.org/10.1590/S1413-82712008000200007>
- Castel, A. G. (2008). La satisfacción laboral y sus determinantes en las cooperativas. En *Universidad, Sociedad y Mercados Globales* (pp. 563–575).
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2774951>
- Chen, F. F. (2007). Sensitivity of goodness of fit indexes to lack of measurement invariance. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 14(3), 464–504. <https://doi.org/10.1080/10705510701301834>
- Ericsson, K. A., & Simon, E. (1980). Verbal reports as data. *Psychological Review*, 87(3), 215–251. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.87.3.215>
- Federico Valle, O. S., Díaz Pincheira, F. J., & Carrasco Garcés, M. E. (2024). Clima y satisfacción laboral como predictores de la felicidad en el trabajo en una muestra de funcionarios del sector salud mexicano. *Contaduría y Administración*, 69(4).
<https://doi.org/10.22201/fca.24488410e.2024.5138>
- Ferrando, P. J., & Anguiano-Carrasco, C. (2012). Response certainty, conscientiousness, and self-concept clarity as antecedents of acquiescence: A prediction model. *Anuario de Psicología*, 42, 103–112.
<https://www.redalyc.org/pdf/970/97024524007.pdf>
- Ferreira, J. A., Fernandes, R., Ribeiro Santos, E., & Peiró, J. M. (2010). Contributo para o estudo psicométrico da versão portuguesa do Cuestionario de Satisfação Laboral S20/23. *Psychologica*, (52-II), p. 7–34. https://doi.org/10.14195/1647-8606_52-2_1
- Gil, J. A. P., Moscoso, S. C., & Rodríguez, R. M. (2000). Validez de constructo: El uso de análisis factorial exploratorio-confirmatorio para obtener evidencias de validez. *Psicothema*, 12(Supl. 2), 442–446. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72797102.pdf>
- Hair, J. F., Anderson, R. E., Tatham, R. L., & Black, W. C. (1999). *Multivariate data analysis* (5th ed.). Prentice Hall.
- Herzberg, F., Mausner, B., & Snyderman, B. (1959). *Motivation to work*. Wiley.

- Hora, G. P., Ribas, R. J., & Aguiar, M. (2018). State of the art of job satisfaction measures: A systematic review. *Trends in Psychology*, 26(2), 971–986.
<https://doi.org/10.9788/TP2018.2-16Pt>
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1–55.
<https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- International Test Commission. (2006). International guidelines on computer-based and internet-delivered testing. *International Journal of Testing*, 6(2), 143–171.
https://doi.org/10.1207/s15327574ijt0602_4
- Judge, T. A., Zhang, S., & Glerum, D. (2020). Satisfacción laboral. En *Fundamentos de las actitudes laborales y otras construcciones psicológicas en el lugar de trabajo* (p. 35).
- Martínez, C. E., Lara-Jaque, R., & López-Espinoza, M. A. (2016). Análisis de los componentes principales de la escala Satisfacción laboral (S20-23) medida en una muestra del equipo de enfermería de Centros de Atención Primaria de las Provincias de Ñuble y Valparaíso, Chile. *Enfermería Global*, 15(1), 195–207.
<https://doi.org/10.6018/eglobal.15.1.212481>
- Martins, H., & Proença, T. (2012). *Minnesota Satisfaction Questionnaire: Psychometric properties and validation in a population of Portuguese hospital workers* [Working paper]. Universidade do Porto, Faculdade de Economia do Porto.
- Meliá, J. L., & Peiró, J. M. (1989). La medida de la satisfacción laboral en contextos organizacionales: El Cuestionario de Satisfacción S20/23. *Psicologemas*, 5(2), 59–74.
https://www.uv.es/meliajl/Research/Art_Satisf/1989%20S20_23%20Melia%20y%20Peiro%20Red.pdf
- Molina-Germán, J. O., Pérez-Melo, A., & Lizárraga-Salazar, G. (2019). Estudio de cultura organizacional y satisfacción laboral en empresas comerciales. *Ingenio y Conciencia Boletín Científico de la Escuela Superior Ciudad Sahagún*, 6(11), 36–43. <https://doi.org/10.29057/ess.v6i11.3739>
- Morata-Ramírez, M. Á., Holgado Tello, F. P., Barbero-García, M. I., & Mendez, G. (2015). Análisis factorial confirmatorio. Recomendaciones sobre mínimos cuadrados no ponderados en función del error Tipo I de Ji-Cuadrado y RMSEA. *Acción Psicológica*, 12(1), 79–90. <https://doi.org/10.5944/ap.12.1.14362>

- Nunnally, J. C. (1975). Psychometric theory—25 years ago and now. *Educational Researcher*, 4(10), 7–21. <https://doi.org/10.3102/0013189X004010007>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227–232. <https://doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Palomar, D. M., Vazquez-de la Cruz, P. J., Roque-Martínez, K., Aguilar-Ramírez, M. G., Cajero-Dimas, A., Delgado Pardo, J., & Compeán-Padilla, V. (2022). Satisfacción laboral en relación a compromiso organizacional en suplentes de enfermería de un hospital general. *Revista Ene de Enfermería*, 16(2). https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1988-348X2022000200004&script=sci_arttext&tlng=pt
- Peiró, J. M., & Prieto, F. (1996). *Tratado de psicología del trabajo*. Síntesis.
- Piera, P. J., & Carrasco, C. A. (2010). El análisis factorial como técnica de investigación en psicología. *Papeles del Psicólogo*, 31(1), 18–33. <https://www.redalyc.org/pdf/778/77812441003.pdf>
- Ramirez-Cruz, A., Sucapuca, C., Morales-García, M., Álvarez-Manrique, V. D., Sairitupa-Sanchez, L. Z., Flores-Saenz, A. A., & Morales-García, W. C. (2024). Validation of a job satisfaction scale among health workers. *Data and Metadata*, 3, Article 260. <https://doi.org/10.56294/dm2024260>
- Rodríguez Jarabo, B. (2016). Condiciones de trabajo, satisfacción laboral y calidad de vida laboral en Educación y Sanidad [Tesis doctoral]. <http://193.147.134.18/bitstream/11000/3018/1/TD%20Rodr%C3%ADguez%20Jara%20C%20Beatriz.pdf>
- Sánchez-Sellero, M. C., Sánchez-Sellero, P., Cruz-González, M., & Sánchez-Sellero, F. J. (2018). Relación entre sobrecualificación y satisfacción laboral durante la crisis española de 2008. *Contaduría y Administración*, 63(2). <https://doi.org/10.22201/fca.24488410e.2018.1273>
- Savla, F., Miglietta, E., Maiti, T., & Pinto da Costa, M. (2025). Psychometric properties of job satisfaction scales for medical doctors: A systematic review. *Discover Psychology*, 5(1), Article 147. <https://doi.org/10.1007/s44202-025-00455-z>
- Sociedad Mexicana de Psicología. (2002). *Código Ético del Psicólogo*. https://psicologia.iztacala.unam.mx/psi_bioetica_codigoeti.php

- Spector, P. (1997). *Job satisfaction: Application, assessment, causes, and consequences*. SAGE Publications.
- Treviño-Reyes, R., López-Pérez, J. F., & Treviño-Reyes, R. (2022). Factores críticos en la satisfacción laboral, el compromiso organizacional y el agotamiento laboral (burnout) en docentes de México. *Información Tecnológica*, 33(2), 259–268. <https://doi.org/10.4067/S0718-07642022000200259>
- Treviño-Reyes, R., & López-Pérez, J. F. (2023). Job satisfaction, organizational commitment and burnout in teachers in Mexico. *JOTSE*, 13(3), 788–806. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9043149>
- Trujillo, M. G. S., & Vargas, M. de L. E. G. (2017). Satisfacción laboral en los entornos de trabajo. Una exploración cualitativa para su estudio. *Scientia et Technica*, 22(2), 163–169. <https://www.redalyc.org/pdf/849/84953103007.pdf>
- Viladrich, C., Angulo-Brunet, A., & Doval, E. (2017). Un viaje alrededor de alfa y omega para estimar la fiabilidad de consistencia interna. *Anales de Psicología*, 33(3), 755. <https://doi.org/10.6018/analesps.33.3.268401>
- Weiss, D. J., Dawis, R. V., & England, G. W. (1967). Manual for the Minnesota Satisfaction Questionnaire. *Minnesota Studies in Vocational Rehabilitation*, 22, 120.

Factores de riesgo sobre el suicidio en adolescentes: Revisión bibliográfica

Risk factors four suicide in adolescents: A literature review

Fatores de risco para o suicídio em adolescentes: uma revisão da literatura

Gerardo Gutiérrez Díaz¹, Jonathan Josué Vázquez Pérez², Arcadio de Jesús Cardona Isaza³

Recibido: 13 de marzo de 2025.

Aceptado: 20 de abril de 2025.

Para citar este artículo:

Gutiérrez, G., Vázquez, J. J. & Cardona, A. J. (2025). Factores de riesgo sobre el suicidio en adolescentes: Revisión bibliográfica. *Synergia. Revista Multidisciplinaria* 1(1). 77-93.
<https://doi.org/10.32870/synergia.v1i1.3>

¹ Licenciado en Psicología por el Centro Universitario del Sur y estudiante de la Maestría en Desarrollo Humano, Educación e Interculturalidad.  gerardo.gd99@hotmail.com  <https://orcid.org/0009-0005-7204-0532>

² Doctor en Ciencias Médicas por la Universidad de Colima y Maestro en Ciencias en Enfermería por la Universidad de Guanajuato, donde egresó con mención honorífica por trayectoria académica. Licenciado en Enfermería por el Centro Universitario del Sur de la Universidad de Guadalajara. Líneas de investigación e incidencia: Investigación educativa y el procesamiento de análisis estadístico.

 jonathan.vazquez@cusur.udg.mx  <https://orcid.org/0000-0002-5456-9759>

³ Cuenta con un PhD. Licenciado en Psicología de la Universitat de València, Magíster en Psicología por la Universidad de La Sabana y psicólogo. Licenciado en Pedagogía Reeducativa, Filosofía y Teología. Las líneas de investigación que desarrolla se enfocan en los factores de riesgo y protección en la conducta antisocial y las adicciones en adolescentes, así como en el desarrollo de competencias socioemocionales.

 josearcad28@gmail.com  <https://orcid.org/0000-0002-3981-2917>

 **Autor de correspondencia:** gerardo.gd99@hotmail.com

RESUMEN

Introducción: El suicidio se ha convertido en una problemática de salud a nivel mundial y representa una de las principales causas de muerte en los adolescentes. **Objetivo:** Identificar los factores de riesgo sobre el suicidio más comunes en la literatura actual disponible. **Método:** Se realizó una revisión de la bibliografía en la base de datos de la Biblioteca Virtual en Salud (BVS), utilizando el protocolo de búsqueda “suicidio” y “adolescente”. Los criterios empleados fueron la temporalidad, el idioma y la disponibilidad del texto completo para la selección de los documentos a revisar. **Resultados:** Tras la lectura de 17 artículos, se identificó que los factores de riesgo del suicidio más comunes en adolescentes son el sexo femenino, el entorno, sistemas depresivos y el consumo de sustancias nocivas. Asimismo, se encontró información sobre los factores protectores y políticas públicas orientadas a la prevención del suicidio. **Conclusión:** Los factores de riesgo del suicidio son multifactoriales; por lo tanto, es importante diseñar investigaciones interdisciplinarias, longitudinales y mixtas que amplíen la comprensión de esta problemática.

Palabras clave: *Suicidio, Adolescentes, Factores de riesgo.*

ABSTRACT

Introduction: Suicide has become a worldwide health problem, being one of the main causes of death in adolescents. **Objective:** The aim of this study was to identify the most common risk factors for suicide in the current available literature. **Method:** The aim of this study was to identify the most common risk factors for suicide in the current available literature. **Results:** After reading 17 articles, the most common risk factors for suicide in adolescents were identified as being female, the environment, depressive systems and the use of harmful substances; likewise, some information was found on protective factors and public policies for suicide prevention. **Conclusions:** It is noted that the risk factors for suicide are multifactorial, therefore it is important to design interdisciplinary, longitudinal and mixed research to broaden the vision of suicide.

Key Words: *Suicide, Adolescents, Risk factors.*

RESUMO

Introdução: O estigma em relação ao peso e a cultura da dieta moldaram a relação de muitas pessoas com seus corpos e com a alimentação, promovendo a restrição e a culpa como estratégias de controle, o que afeta negativamente o bem-estar físico e emocional. **Objetivo:** Explorar as experiências de

mulheres que passaram de uma mentalidade voltada para o controle de peso e restrição alimentar para a alimentação intuitiva e uma maior aceitação do próprio corpo. **Métodos:** Estudo qualitativo com abordagem fenomenológica, baseado em entrevistas aprofundadas com três mulheres que adotaram as abordagens “Saúde em Todos os Tamanhos” (HAES®) e “Alimentação Intuitiva”. **Resultados:** A transição para a alimentação intuitiva não é linear e requer o desaprendizado de normas impostas, o desafio ao medo do ganho de peso e a reconstrução da confiança nos sinais do corpo, o que facilita uma relação mais flexível com a alimentação. **Conclusão:** A saúde deve ser entendida a partir de uma perspectiva holística que priorize a autonomia e o bem-estar em detrimento da cultura da dieta, sem reforçar o estigma do peso.

Palavras-chave: *Estigma do peso, Alimentação intuitiva, Bem-estar psicológico.*

INTRODUCCIÓN

La ideación suicida es un fenómeno que se ha estudiado ampliamente, aunque presenta cierta confusión a la hora de establecer una definición precisa, ya que puede manifestarse con diferentes niveles de intensidad o ser momentánea, permanente, impulsiva o planeada. Entendiendo esto, la ideación suicida puede definirse como los pensamientos de una persona acerca de poner fin a su propia vida, los cuales pueden derivar de un estado de ánimo deprimido, sentimientos de desesperanza o un vacío existencial (González, 2022).

De acuerdo con lo publicado por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2024), el suicidio fue la causa de muerte más común entre las personas de 15 a 29 años a nivel mundial. Se menciona que las causas del suicidio son múltiples e incluyen factores sociales, culturales, biológicos, psicológicos y ambientales.

Por su parte, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) indica que el promedio de mortalidad por el suicidio aumentó de 8.2 casos por cada 100,000 habitantes en 2014 a 8.9 en el 2019. Además, en el 2023 se registraron 40,850 intentos de suicidio y 3,241 suicidios consumados, lo que representa un aumento del 10% respecto al 2022. Los grupos más afectados fueron los adolescentes y jóvenes, con 23,761 casos de intento de suicidio, equivalentes al 58% del total.

Hernández-Bello, et al. (2020) expone que la prevalencia de ideas e intentos suicidas se establece entre el 9.7% y el 77.2% en los adolescentes. Las mujeres presentan con mayor frecuencia ideas o intentos suicidas; sin embargo, son los hombres quienes más los consuman, caracterizados por una planificación más agresiva, y el uso de métodos más letales. De la misma manera, el factor social desempeña un papel importante, ya que a los hombres se les atribuye cualidades como poder, racionalidad y competencia; quienes no se ajustan a estos estereotipos suelen ser percibidos como vulnerables. En contraste, las mujeres tienden a mostrarse más abiertas y a buscar ayuda en momentos de crisis sin enfrentar el mismo nivel de estigma social.

Casas, et al. (2024) descubrieron que el porcentaje de ideación suicida en adolescentes mexicanos de entre 11 y 19 años equivale al 44.12%. Una posible explicación para este resultado es el periodo de confinamiento preventivo por la pandemia del COVID-19 durante el 2021, que impactó gravemente en la salud mental de todas las personas e interrumpió el

desarrollo de los adolescentes, etapa en la que se espera un alejamiento del núcleo familiar y establezcan una identidad propia.

Cuando se aborda el tema del suicidio y de la ideación suicida, es importante considerar la depresión y la ansiedad, ya que los adolescentes suelen presentar altos niveles de ambas. Aquellos con mayor número de intento de suicidas, también evidencian altos niveles de agresión. En este sentido, la depresión se considera un factor clave en las conductas de riesgo suicida (Aldana et al., 2021).

González (2022) señala que la ideación suicida es un fenómeno relativamente nuevo y las investigaciones se han enfocado en los factores de riesgo que orillan a los adolescentes a desarrollar conductas suicidas. Además, que, algunos adolescentes con determinadas características psicológicas, sociales y biológicas, así como problemáticas sociales, pueden llegar a percibir el suicidio como su única alternativa.

Por estos motivos, el presente trabajo busca reconocer los factores de riesgo, el estado actual y las características de las investigaciones sobre el suicidio en adolescentes, con el propósito de ofrecer elementos que sirvan de base para futuras investigaciones que aporten una nueva visión ante este fenómeno.

Objetivo

Describir la literatura científica mediante una revisión bibliográfica sobre los factores de riesgo del suicidio en adolescentes en el periodo de 2020 a 2025.

MÉTODO

Tipo de Estudio

Se realizó una revisión bibliográfica acerca de los factores de riesgo en los adolescentes respecto al tema del suicidio. La búsqueda se llevó a cabo en la base de datos de la Biblioteca Virtual en Salud (BVS), utilizando los términos estandarizados del directorio DeCS: suicidio y adolescente. Se empleó el operador booleano “AND”, conformando el protocolo de búsqueda: suicidio adolescente.

La búsqueda de los artículos se realizó entre enero y marzo del 2025. Para esta revisión se seleccionaron únicamente textos completos publicados en español e inglés entre enero de 2020 y enero de 2025, con el fin de ofrecer evidencia más actualizada.

En primera instancia, la búsqueda arrojó un total de 157 resultados. Para refinar la selección, se aplicó un filtro que considerara como tema principal la ideación suicida, reduciendo el número a 42 artículos. Posteriormente, tras una revisión detallada, se seleccionaron 17 estudios para el análisis final.

La primera selección se realizó mediante la lectura del título y el resumen, considerando únicamente aquellos estudios cuya población correspondiera a adolescentes de entre 12 y 19 años o, en el caso de ser revisión, que el tema central aportara información ~~con~~ relevante sobre la ideación suicida.

Tabla 1
Artículos utilizados para la revisión

N	Autor	Título	Año/ País	Tipo y diseño	Instrumentos/ Resultados
1	Nino-Ruiz, E., et al.	A Simple Monte Carlo Framework to Assess Suicide Risk in Adolescents: A Study at a High School in Colombia	2020 / Colombia	Cuantitativo Correlacional	-Positive and Negative Suicide Ideation (PANSI) -Family Adaptability, Partnership, Growth, Affection and Resolve (APGAR) - Brief Scale of School Adjustment (BSSA-10) - The Brief Questionnaire of Risk Eating Behaviors (BQREB)
				413 estudiantes de entre 10 y 18 años	-Trastornos del comportamiento -Bullying, abuso sexual -Ansiedad, depresión y alcoholismo
2	Campo-Arias, A., et al.	Asociación entre el consumo de cannabis y el riesgo de suicidio en adolescentes escolarizados de Santa Marta, Colombia	2020 / Colombia	Cuantitativo Transversal Observacional	-APGAR - Well-Being Index (WHO-5) - Escala breve de Davidson para trauma (DTS) - Center for Epidemiologic Studies on Depression (CES-D)
				1462 estudiantes de entre 13 y 17	-El uso de cannabis alguna vez en la vida aumenta el riesgo de suicidio, debido a la presencia de ataques de pánico y síntomas psicóticos.

Tabla 1

Artículos utilizados para la revisión (continuación)

N	Autor	Título	Año/ País	Tipo y diseño	Instrumentos/ Resultados
3	Baldaçara, L., et al.	Brazilian Psychiatric Association guidelines for the management of suicidal behavior. Part 1. Risk factors, protective factors, and assessment	2021 / Brazil	Cualitativo Revisión 79 estudios sobre definición, riesgo y factores de protección	-Definiciones - Factores de riesgo - Factores protectores -Evaluaciones -Plan de protección -Enfermedades psiquiátricas, historial psiquiátrico, historia familiar, situación psicosocial y fortalezas y vulnerabilidades personales.
4	Castro, S., et al.	Factores asociados al riesgo e intentos suicidas en estudiantes de carreras de la salud: estudio transversal	2024 / Chile	Cuantitativo Transversal Análisis bivariables 477 estudiantes	-Cuestionario elaborado por profesores - Escala de Suicidalidad de Okasha - Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) -Orientación sexual no heterosexual -Trayectoria académica irregular - Experiencias recientes de violencia -Mala salud mental -Falta de redes de apoyo
5	Schneider, B., et al	Hopelessness and shame in relation to suicide attempts by Cuban adolescents	2022 / Cuba	Cuantitativa 844 adolescentes de entre 13 y 18 años.	-Beck's Suicide Intent Scale (SIS) - Positive and Negative Suicide Ideation Inventory (PANSI) -Beck Hopelessness Scale - Experiential Shame Scale (ESS) - Children's Depression Inventory (CDI) -Vergüenza asociada a su carácter - Desesperanza
6	Acosta, F.	Intervención educativa para la prevención de la conducta suicida en adolescentes y jóvenes	2020 / Cuba	Cuantitativa Transversal Experimental 32 adolescentes entre 17 y 19. Y 18 jóvenes entre 20 y 26 años.	-Cuestionario elaborado por autor -Factores protectores: Políticas públicas de salud mental, participación comunitaria, médicos de familia, escuelas, funcionalidad familiar, clima escolar positivo.

Tabla 1
Artículos utilizados para la revisión (continuación)

N	Autor	Título	Año/ País	Tipo y diseño	Instrumentos/ Resultados
7	Mendez-Bustos, P. et al.	Longitudinal trajectories of suicidal ideation and attempts in adolescents with psychiatric disorders in Chile: study protocol	2022 / Chile	Cualitativo Revisión Prospectivo	- Instrumentos de medición No mencionado -Factores genéticos, biológicos, psiquiátricos, psicológicos, sociales y culturales.
8	Bustos-Villaruel, A., et al.	Mental Health and Suicidal Behaviour in Chilean Youth during the Covid-19 Pandemic.	2024 / Chile	Cualitativo Correlación	- The self-report scale <i>DetectaWeb-Distress</i> 125 adolescentes de entre 14 y 18 años. -Las mujeres tienen más pensamientos, planeación e intentos de suicidio. -Pertener a la comunidad LGBTQ+ -Sentimientos de depresión, ansiedad y estrés durante la pandemia de Covid-19
9	Cañon, S., et al.	Narrativas de jóvenes con intentos suicidas: una mirada al cuerpo y la micropolítica	2022 / Colombia	Cualitativo Fenomenológico Hermenéutico	-Entrevistas -Dibujos -Fotografías 2 mujeres de 15 y 18 años y 1 hombre de 17 años. -Estereotipos de género - Condiciones sociables desfavorables para los jóvenes por parte del estado -Violencia vinculada con el barrio, familia y/o sexual. -Oposición al capitalismo mediante la autoagresión. Ser dueño de sí mismo.
10	Hall, M., et al.	Positive Relationships with Adults and Resilience to Suicide Attempt among New Mexico Hispanic Adolescents	2021 / USA.	Cualitativo Correlación	-New Mexico Youth Risk and Resiliency (NM-YRRS) -Cuestionario 10, 041 adolescentes entre 13 y 19 años. -Ser cuidado por adultos mayores reduce el riesgo de intentos suicidas.

Tabla 1.

Artículos utilizados para la revisión (continuación)

No.	Autor	Titulo	Año/ País	Tipo y diseño	Instrumentos/ Resultados
11	Boduszek, D., et al	Prevalence and correlates of non-suicidal self-injury, suicidal ideation, and suicide attempt among children and adolescents: Findings from Uganda and Jamaica	2021 / Inglaterra	Cuantitativo Correlacional	-Cuestionarios -Patient-Reported Outcomes Measurement Information System Anxiety Short Form measure (PROMIS) -Patient-Reported Outcomes Measurement Information System (PROMIS) Depression Short Form measure -Sleep Disturbance Short form measure -Multidimensional Scale of Perceived Social Support -Child Victimization Experiences Questionnaire 11, 518 niños y adolescentes de Uganda entre 9 a 17 años y 7, 182 niños y adolescentes de Jamaica entre 9 y 17 años -Problemas de salud mental -Maltrato infantil -Pertener a una región menos desarrollada
12	Rivera, L., et al.	Prevalencia y factores psicológicos asociados con conducta suicida en adolescentes. Ensanut 2018-19	2020 / México	Cualitativo Trasversal	-Cuestionarios 17, 925 adolescentes de entre 10 y 19 años. -Consumir alcohol o fumar aumenta al doble de las posibilidades de presentar ideación o intentos suicidas. -Síntomatología depresiva. -Abuso sexual
13	Dumith, S, C., et al.	Suicidal thought in southern Brazil: Who are the most susceptible?	2020 / Brasil	Cuantitativo Correlación	-Sin acceso 1, 295 individuos de 18 años de edad -Ser mujer aumenta los pensamientos suicidas. -Tener condiciones económicas desfavorables. -Salud empobrecida. -Niveles altos de estrés y consumo de tabaco

Tabla 1.

Artículos utilizados para la revisión (continuación)

No.	Autor	Título	Año/ País	Tipo y diseño	Instrumentos/ Resultados
14	Altavini, et al	Suicide ideation among Brazilian college students: Relationship with academic factors, mental health, and sexual abuse.	2023 / Brasil	Cuantitativo Correlación Transversal	-Sin acceso
				12, 245 individuos	-Estudiantes universitarios son más susceptibles a los factores de riesgo -Bajo rendimiento académico -Decepción por el curso.
15	Gómez, G., et al.	Suicide Risk Factors in High School Students.	2024 / México	Cuantitativo Descriptivo Correlacional	- Inventory of Suicide Orientation-30 (ISO-30) - Family APGAR Index (APGAR) - Children's Depression Inventory (CDI) - KIDSCREEN-52 questionnaire -Questionnaire for the Exploration of Bullying (CEBU) -Plutchik Impulsivity Scale in Spanish -Problem-Oriented Screening Instrument for Teenagers (POSIT) -Ser mujer aumenta el riesgo suicida. -Segregación y exclusión de personas de comunidades originarias. -PudMed/ MEDLINE
				3, 583 adolescentes de entre 14 y 22 años.	
16	Piccin, P., et al.	The research output on child and adolescent suicide in Brazil: A systematic review of the literature	2020 / Brasil	Cualitativo Revisión	
				146 trabajos	-Factores socioeconómicos -Factores culturales -Factores demográficos
17	Rufino, N., et al.	Treatment compliance and risk and protective factors for suicide ideation to completed suicide in adolescents: a systematic review	2021 / USA	Cualitativo Revisión	-PubMed -LILACS -Google scholar
				30 artículos	-Pertenecer a una minoría racial. -Trastornos psicológicos como depresión, ansiedad estrés o TLP
<i>Nota. Elaboración propia</i>					

Tras la búsqueda, selección, lectura completa y evaluación de los textos, se trabajó con un total de 17 artículos. En cuanto a la procedencia de los estudios, se puede apreciar la participación de países europeos y americanos: Colombia con el 17% (n=3), Brasil con el 23% (n=4), Chile con el 17% (n=3), México, Cuba y USA con el 11% (n=2) e Inglaterra con el 5% (n=2).

De la misma manera, el 52% (n=9) de los artículos fueron de modelo cuantitativo, mientras el 47% (n=8) correspondieron a cualitativos. De los 17 artículos revisados, 15 reportaron una serie de factores de riesgo que atribuyen a la ideación suicida. Aunque se algunos mencionan de manera general ciertos elementos que podrían reducirla, solo uno de los estudios abordó explícitamente la importancia de los factores protectores en la prevención del suicidio.

Factores de riesgo

Cuatro de los trabajos señalan que las mujeres son más propensas a presentar ideaciones e intentos suicidas que los hombres, debido a que son quienes, en comparación con ellos, sufren en mayor frecuencia situaciones de violencia física, emocional o sexual, entre otras manifestaciones. Al mismo tiempo, se menciona que los estereotipos de género orillan a los hombres a no poder expresar sus sentimientos sin ser juzgados por los demás (Bustos, 2024; Cañón, 2022; Dumith, 2020; Gómez, 2024).

El entorno en el que se desarrolla una persona afecta de manera directa en la ideación suicida. Diversos estudios destacan que el ambiente familiar es uno de los más importantes, ya que crecer en un contexto familiar disfuncional aumenta los índices de ideación, planeación e intento suicida. Asimismo, vivir en condiciones de pobreza, pertenecer a comunidades indígenas o residir en países con poco desarrollado puede afectar negativamente el bienestar emocional de los adolescentes, quienes reportan inconformidad e inseguridad respecto a su entorno (Piccin, 2020).

Seis de los trabajos analizados resaltan la importancia de las sintomatologías depresivas, como la ansiedad y el estrés como factores que aumentan la exposición de los adolescentes al riesgo suicida. Entre los más frecuentes se mencionan la mala salud mental, los trastornos mentales y la presencia persistente de pensamientos y emociones negativas, etc. (Baldaçara, 2021; Bustos, 2024; Boduszke, 2021; Mendez, 2022; Rivera, 2020; Rufino,

2021). De la misma manera, tres artículos identifican que el consumo de tabaco, alcohol, cannabis y otras sustancias nocivas para la salud aumentan la probabilidad de presentar ideación e intentos de suicidio (Campo-Arias, 2020; Dumith 2020; Rivera 2020).

Factores de protección

Uno de los estudios señala que los adolescentes que cuentan con el acompañamiento constante de un adulto presentan menores índices de ideación suicida, ya que dicho vínculo proporciona un ambiente seguro que favorece un mejor desarrollo personal (Hall, 2021). Otro trabajo destaca la importancia de tener políticas de salud públicas orientadas al bienestar mental de los adolescentes, pues estas les hace sentirse más respaldados por su entorno. De la misma manera, un ambiente familiar y escolar positivo funge como un factor de protección ante el riesgo suicida (Acosta, 2020).

Tabla 2.

Factores de riesgo y de protección para el riesgo suicida

Factores de riesgo	Factores de protección
- Ser mujer y pertenecer a la comunidad LGTBQ+	- Ser cuidado por adultos mayores responsables
- Padecer de alguna enfermedad mental y sintomatologías depresivas	- Contar con políticas públicas enfocadas en la salud mental
- Consumir sustancias nocivas para la salud (alcohol, cannabis, tabaco, etc.)	- Tener redes de apoyo
- Pertenecer a una minoría social y/o vivir en condiciones de pobreza.	

Nota: Elaboración propia

DISCUSIÓN

Con base en los resultados obtenidos sobre los factores de riesgo asociados al suicidio en la población adolescente, resaltan la importancia de analizar las problemáticas encontradas y la necesidad de tener información actualizada que permita estudiar, comprender y atender estas situaciones de una manera efectiva.

Los hallazgos de esta revisión evidencian que uno de los factores asociados a la ideación suicida tiene que ver con el sexo, particularmente con el hecho de ser mujer. Diversos estudios señalan que las mujeres presentan con mayor frecuencia ideaciones suicidas e intentos de suicidio en comparación con los hombres. Ramírez, et al. (2022)

refuerzan este hallazgo al indicar que las adolescentes tienden a mostrar niveles más bajos de autoestima y, en consecuencia, un mayor riesgo suicida. En este sentido, se resalta la relevancia de implementar programas de prevención del suicidio y fortalecer la autoestima de los y las adolescentes de nivel secundaria.

Dentro de los factores sociales, diversos estudios señalan que la situación familiar ejerce una influencia significativa en la formación de creencias sobre el suicidio y en la probabilidad de presentar ideación suicida. Amaya, et al. (2023) destacan que existen diferencias notables en la ideación suicida entre los adolescentes que crecen en hogares funcionales, caracterizados por la cohesión y la adaptabilidad, y aquellos que se desarrollan en entornos familiares con lazos afectivos débiles, estructuras rígidas, violentas, escasa comunicación y falta de liderazgo.

En cuanto a los factores relacionados con la salud mental, la sintomatología depresiva continúa siendo uno de los principales elementos asociados al riesgo suicida en la adolescencia. En esta revisión, diversos artículos coincidieron en señalar la relevancia de estos factores. Cuadra et al. (2021) confirman una asociación clara, moderada y positiva entre la presencia de ideación suicida, la desregulación emocional, la ansiedad, el estrés, la depresión y el género en adolescentes. Los autores sugieren que esta relación puede explicarse por los cambios propios de la transición de la pubertad a la adolescencia y por las diferencias en los recursos personales para afrontar los problemas de la vida diaria cotidianos.

Por otra parte, el uso de sustancias nocivas para la salud durante la adolescencia siendo un tema de interés debido a las múltiples problemáticas que puede ocasionar en esta etapa del desarrollo. Castro et al. (2023) señalan que los adolescentes consumidores de drogas presentan con mayor frecuencia consecuencias psicológicas como depresión, trastornos del sueño, hiperactividad y la ansiedad. Asimismo, el consumo de estas sustancias puede derivar en dificultades emocionales, tales como conductas agresivas, psicosis y esquizofrenia.

CONCLUSIONES

A partir de las publicaciones revisadas en los últimos años, tanto en países americanos como en Europa, se observa que las investigaciones sobre el suicidio en adolescentes han sido enfocadas en los factores de riesgo y en las afectaciones derivadas de estos. Entre los factores

más comunes destacan el sexo, el consumo de sustancias ilícitas y/o drogas, el entorno social y familiar en el que se desarrollan, así como la presencia de sintomatología depresiva.

De igual manera, se propone que las futuras investigaciones que aborden esta problemática se realicen desde un enfoque interdisciplinario, considerando que el suicidio es un fenómeno multifactorial que requiere ser comprendido desde distintas disciplinas, las cuales pudieran aportar información nueva. Asimismo, resulta pertinente incorporar perspectivas de género, así como diseños longitudinales y mixtos que permitan dar seguimiento a los factores de riesgo y a la percepción que los adolescentes tienen sobre ellos.

Por último, se subraya la necesidad de hacer una revaloración crítica de las políticas públicas, con el propósito de fortalecer a los factores protectores de los y las adolescentes. Se recomienda impulsar futuras líneas de investigación orientadas a la implementación de programas, cursos, talleres que contribuyan a la creación de entornos más saludables para las futuras generaciones.

REFERENCIAS

- Aldana, A., Peña, A. A. R., & Sánchez, S. M. (2021). Indicadores psicosociales de riesgo de conducta suicida en población adolescente. *Revista 16 de abril*, 60(279), Article 279. https://rev16deabril.sld.cu/index.php/16_04/article/view/1067
- Altavini, C., Asciutti, A., Santana, G., Solis, A., Andrade, L., Oliveira, L., Andrade, A., Gorenstein, C., & Wang, Y. (2023). Suicide ideation among Brazilian college students: Relationship with academic factors, mental health, and sexual abuse. *Journal of Affective Disorders* 324–334. <https://dx.doi.org/10.1016/j.jad.2023.02.112>
- Amaya Silva, J. E., & Zeta Jimenez, G. A. (2023). *Funcionalidad familiar e ideación suicida en adolescentes de una institución educativa de Tacala, Piura 2023* <https://hdl.handle.net/20.500.12692/127124>
- Baldaçara, L., Rocha, G., da S. Leite, V., Porto, D., Grudtner, R., Diaz, A., Meleiro, A., Correa, H., Tung, T., Quevedo, J., & da Silva, A. (2020). Brazilian Psychiatric Association guidelines for the management of suicidal behavior. Part 1. Risk

- factors, protective factors, and assessment. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 43(5), 525–537. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0994>
- Boduszek, D., Debowska, A., Ochen, E., Fray, C., Nanfuka, E., Powell, K., Turyomurugyendo, F., Nelson, K., Harvey, R., Willmott, D., & Mason, S. (2021). Prevalence and correlates of non-suicidal self-injury, suicidal ideation, and suicide attempt among children and adolescents: Findings from Uganda and Jamaica. *Journal of Affective Disorders*, 283, 172–178. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.01.063>
- Bustos, A., Pereda, N., & Suárez, E. (2024). Mental Health and Suicidal Behaviour in Chilean Youth during the Covid-19 Pandemic. *Actas Esp Psiquiatr*, 453–463. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC11319746>
- Campo-Arias, A., Suárez-Colorado, Y. P., & Caballero-Domínguez, C. C. (2020). Asociación entre el consumo de Cannabis y el riesgo de suicidio en adolescentes escolarizados de Santa Marta, Colombia. *Biomédica*, 40(3), 569–577. <https://doi.org/10.7705/biomedica.4988>
- Cañón, S., Parra, J. A., & Ortega, A. (2022). Narrativas de jóvenes con intentos suicidas: Una mirada al cuerpo y la micropolítica. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 13(1), Article 1. <https://doi.org/10.21501/22161201.3640>
- Casas Muñoz, A., Velasco Rojano, Ángel E., Rodríguez Caballero, A., Prado Solé, E., & Alvarez, M. (2024). Conducta suicida en adolescentes mexicanos: análisis comparativo entre regiones geográficas del país. *Acta Pediátrica De México*, 45(1S), S47-S53. <https://doi.org/10.18233/apm.v45i1S.2849>
- Castro, A., Jaya, D., & Párraga, A. (2023). Consecuencias Físicas y Psicológicas por Consumo de Drogas en Adolescentes. *MQRInvestigar*, 7(4), Article 4. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.7.4.2023.388-418>
- Castro, S., Pastene, C., Vásquez, N., Galleguillos, P., Salas, M., & Alvarado, R. (2024). Factors associated with suicide risk and attempts in healthcare students: A cross-sectional study. *Medwave*, <https://dx.doi.org/10.5867/medwave.2024.05.2756>

- Cuadra, A., Veloso, C., Vega, G., & Zepeda, A. (2021). Ideación suicida y relación con la salud mental en adolescentes escolarizados no consultantes. *Interciencia*, 46(5), 217-223. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33967916006>
- Día Mundial de la Prevención del Suicidio 2024: cambiando la narrativa. (2024, 10 septiembre). OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud. <https://www.paho.org/es/noticias/10-9-2024-dia-mundial-prevencion-suicidio-2024-cambiando-narrativa>
- Dumith, S., Demenech, L., Carpena, M., Nomiyama, S., Neiva, L., & Loret de Mola, C. (2020). Suicidal thought in southern Brazil: Who are the most susceptible? *Journal of Affective Disorders*, 260, 610–616. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.09.046>
- González González, L. (2022). La Ideación suicida en adolescentes. Estado de la cuestión. *Revista Construyendo Paz Latinoamericana*, 8(17), 114 - 129. <https://doi.org/10.35600/25008870.2023.17.0270>
- Gómez, G., Ponce, A., Ramírez, J., Carmona, F. de J., Flores, C., & Hernández, A. (2024). Suicide Risk Factors in High School Students. *Int J Environ Res Public Health*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC11354979>
- Hall, M., Fullerton, L., Green, D., & FitzGerald, C. (2021). Positive Relationships with Adults and Resilience to Suicide Attempt among New Mexico Hispanic Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(19), 10430. <https://doi.org/10.3390/ijerph181910430>
- Hernández-Bello, L., Hueso-Montoro, C., Gómez-Urquiza, J.-L., & Cogollo-Milanés, Z. (2020). Prevalencia y factores asociados a la ideación e intento de suicidio en adolescentes: Revisión sistemática. *Revista Española de Salud Pública*, 94. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC11583067/>
- Méndez, P., Fuster, J., Lopez, J., Jiménez, O., Olivari, C., & Baca, E. (2022). Longitudinal trajectories of suicidal ideation and attempts in adolescents with psychiatric disorders in Chile: Study protocol. *BMJ Open*, 12(2). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-051749>

- Nino, E., Trejos, A., Exposito, M., Rodriguez, M., Consuegra, R., & Guevara, C. (2020). A Simple Monte Carlo Framework to Assess Suicide Risk in Adolescents: A Study at a High School in Colombia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10), 3674. <https://doi.org/10.3390/ijerph171036746>
- Piccin, J., Manfro, P., Caldieraro, M., & Kieling, C. (2019). The research output on child and adolescent suicide in Brazil: A systematic review of the literature. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 42(2), 209–213. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2019-0497>
- Schneider, B., Sanz, Y., Koller, S., D’Onofrio, P., A. Puricelli, D., Lalota, G., & Lu, R. (2022). Hopelessness and shame in relation to suicide attempts by Cuban adolescents. *Transcultural Psychiatry*, 59(1), 28–36. <https://doi.org/10.1177/1363461520963924>
- Ramírez, L. C., Hernández, H. khiabet A., Santiago, R. B. M., & Rodríguez, Z. Y. M. (2022). Autoestima e ideación suicida en adolescentes estudiantes de secundaria. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 3(2), Article 2. <https://doi.org/10.56712/latam.v3i2.82>
- Rivera, L., Fonseca, E., Séris, M., Vázquez, A., & Reynales, L. M. (2020). Prevalencia y factores psicológicos asociados con conducta suicida en adolescentes. Ensanut 2018-19. *Salud Pública de México*, 62(6, Nov-Dic), Article 6, Nov-Dic. <https://doi.org/10.21149/11555>
- Rufino, N., Fidalgo, T., dos Santos, J., Tardelli, V., Lima, M., Frick, L., Mirkovic, B., da Silveira, D., & Cohen, D. (2021). Treatment compliance and risk and protective factors for suicide ideation to completed suicide in adolescents: A systematic review. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 43(5), 550–558. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-1026>

<https://doi.org/10.32870/synergia.v1i1>

Espacio agrario y contexto judicial. Una reflexión posreforma

Agrarian space and judicial context. A post-reform reflection

Espaço agrário e contexto jurídico. Uma reflexão pós-reforma

Pedro Figueroa González¹

Recibido: 13 de marzo de 2025.

Aceptado: 28 de abril de 2025.

Para citar este artículo:

Figueroa, P. (2025). Espacio agrario y contexto judicial. Una reflexión posreforma.

Synergia. Revista Multidisciplinaria 1(1). 94-103.

<https://doi.org/10.32870/synergia.v1i1.4>

¹ Geógrafo. Profesor de Asignatura “B” en la Preparatoria Regional de El Grullo Módulo El Limón. Estudiante del Doctorado en Desarrollo Humano, Educación e Interculturalidad del Centro Universitario del Sur. Grado, docente y doctorante en la Universidad de Guadalajara.

 pedro.figueroa@academicos.udg.mx  <https://orcid.org/0009-0004-9954-0900>

RESUMEN

Introducción: La justicia en los espacios ejidales y comunales ha sido históricamente excluida debido a una serie de conflictos que se han intensificado en los últimos años. Esto se debe a las políticas implementadas durante el siglo pasado, las cuales prometían mayores rendimientos y procesos más eficientes en el agro mexicano pero que terminaron por dismantlar los espacios ejidales y comunales como consecuencia de dichas acciones. **Objetivo.** En este contexto, el presente ensayo tiene como objetivo replantear la manera de acercar la justicia agraria a este sector de la población mediante la designación de personas honorables en los cargos de impartición de esa justicia, que cuenten con la capacidad profesional y condiciones dignas de trabajo para atender a un sector de la población que se ha mantenido al margen.

Palabras clave: *Ejido, Reforma judicial, Justicia.*

ABSTRACT

Introduction: Justice in ejido and communal lands has historically been sidelined due to a series of conflicts that have intensified in recent years. This is attributable to policies implemented during the last century, which promised higher yields and more efficient processes in Mexican agriculture but ultimately led to the dismantling of ejido and communal lands as a result of those actions. **Objective.** In this context, the objective of this essay is to rethink how to bring agrarian justice to this sector of the population by appointing honorable individuals to positions responsible for administering that justice—individuals who possess the professional capacity and decent working conditions necessary to serve a sector of the population that has been marginalized.

Keywords: *Ejido, Judicial reform, Justice.*

RESUMO

Introdução: A justiça nos espaços ejidais e comunais tem sido historicamente excluída devido a uma série de conflitos que se intensificaram nos últimos anos. Isso se deve às políticas implementadas durante o século passado, que prometiam maiores rendimentos e processos mais eficientes na agricultura mexicana, mas que acabaram por dismantlar os espaços ejidais e comunais como consequência dessas ações. **Objetivo.** Nesse contexto, o presente ensaio tem como objetivo repensar a forma de aproximar a justiça agrária a esse setor da população por meio da

nomeação de pessoas íntegras para os cargos de aplicação dessa justiça, que possuam capacidade profissional e condições dignas de trabalho para atender a um setor da população que tem permanecido à margem.

Palavras-chave: *Ejido, Reforma judicial, Justiça.*

INTRODUCCIÓN

El México del siglo XXI ha estado inmerso entre la encrucijada de seguir el modelo de continuación de desarrollo neoliberal, en el que tanto se ha hecho énfasis, o entrar en la llamada *Cuarta Transformación*, que propone un giro radical en la manera de hacer política y sobre cómo ejercerla. Ante esta perspectiva, Castles y Delgado (2007) comentan que la globalización ha dejado mucho que desear en los últimos años, ya que ha generado más consecuencias negativas que beneficios para el modelo de desarrollo implementado durante esos últimos años en el país. En la actualidad, los niveles de desigualdad social están en niveles críticos (Organización de la Naciones Unidas, 2020).

La apertura a nuevos planes macroeconómicos de desarrollo resultó en una movilización masiva de personas en busca de mejores condiciones de vida y trabajo. Dicho fenómeno fue consecuencia de esa política de corte neoliberal, que incentivó una migración masiva de personas hacia los Estados Unidos, principalmente desde territorios rurales (Quesnel & Del Rey, 2005).

La mayoría de las personas expulsadas provenían del occidente mexicano, de estados como Michoacán, Guanajuato, Zacatecas y Jalisco (Martínez, 2014). En este contexto, los ejidos fueron de los sectores más golpeados por esas políticas desarrollistas de apertura al libre mercado, dejando a expensas de este a campesinos y comunidades originarias que migraron con creencia de que podrían convertirse en nuevos empresarios del campo mexicano y competir con los nuevos precios y marcas que imperaban en aquella época (Bartra, 2016).

Sin embargo, los ejidos tienen personalidad jurídica y patrimonio propio, lo que sugiere que pueden manejarse de manera autónoma internamente. Una de las creaciones de las reformas de los años noventa fue el nacimiento de las instituciones encargadas de la regulación del ejido, tales como los Tribunales Agrarios, la Procuraduría Agraria y el Registro Agrario Nacional (Ley Agraria, 2024).

Estas instituciones que se crearon con el objetivo de realizar un mejor seguimiento y gestión a los asuntos relacionados con la propiedad agraria, dado que las reformas tuvieron como finalidad principal legitimar y desincorporar el régimen social para su posible transferencia a un régimen de dominio pleno, mediante la organización y ratificación de la

tenencia de la tierra, además de promover un reconocimiento jurídico más amplio de los ejidos, conforme a las necesidades de la población (Morret-Sánchez & Cosío-Ruiz, 2017).

Cabe destacar un momento importante en la historia de los ejidos: durante el siglo pasado, el Estado otorgaba la titularidad de la propiedad agraria mediante certificados agrarios firmados desde la Presidencia de la República. En estos documentos, el titular del Poder Ejecutivo Federal concedía cierta posesión a las personas beneficiarias, constituyendo así la propiedad ejidal (Jiménez, 2016).

Con las reformas al artículo 27 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, los Tribunales Agrarios, la Procuraduría Agraria y el Registro Agrario Nacional fueron habilitados para donar tierras y emitir certificados, además de resolver todo conflicto relacionado con la tenencia agraria. En este proceso, la Procuraduría Agraria debía intervenir en la conciliación de los conflictos, con el fin de que los Tribunales Agrarios emitieran la resolución correspondiente.

Algunos ejidos se vieron beneficiados por este tipo de respuestas en la resolución de conflictos relacionados con límites, y posibles herencias o posesiones de las tierras. Sin embargo, debido a la inexperiencia e inmadurez institucional, en sus primeros años de funcionamiento, los resultados no fueron del todo positivos. Algunos ejidatarios quedaron relegados por la falta de atención profesional y por el manejo ineficiente de la información sobre sus parcelas. La Procuraduría Agraria (2020) reconoce que persisten situaciones en las que el desempeño profesional evidencia anomalías dentro de las instancias encargadas de los recursos agrarios, lo cual entorpece los procesos legales de los usuarios.

Desarrollo

Para el año 2022 en México, de acuerdo con datos del Registro Agrario Nacional (2023), existían 29,813 ejidos y 2,416 comunidades registradas ante esta instancia, con una superficie registrada —entre comunal y ejidal— de 99.7 millones de hectáreas, lo que representa la mitad de la superficie total del país. La desinformación y la vulnerabilidad educativa de bastantes personas que residen en estos espacios agrarios se han visto influenciadas por el desconocimiento acerca del funcionamiento de las instituciones encargadas de impartir justicia.

Aunado a esto, la Procuraduría Agraria (2020) comenta que la conflictividad persistente en sus territorios, derivadas de disputas históricas, ha agravado los problemas de acceso a la información agraria. Sumado a esto, el escaso apoyo institucional y la falta de atención a la propiedad social de este país, hizo que muchas personas se desvincularan de sus espacios que históricamente se les habían otorgado para que pudieran salir adelante con su familia mediante el usufructuando del pequeño pedazo de patria que se les había otorgado, (Bartra, 2019; Torres-Mazuera, 2008). Estos autores se refieren a los ejidos como un proceso posrevolucionario que trajo dignidad e identidad a los campesinos.

Asimismo, las asambleas ejidales se llenaron de personas que comenzaron a controlar mediante amenazas sobre las personas más desprotegidas por parte del Estado, cooptando procedimientos legales y debilitando la función de las instituciones encargadas de regular la actividad ejidal y comunal (Procuraduría Agraria, 2020).

Estos preceptos pudieran parecer superados; sin embargo, hoy en día al visitar y conocer una comunidad agraria o comunal es posible cerciorarse que los problemas señalados se siguen presentando, pero con circunstancias diversas y muy específicas. En esencia persisten las mismas prácticas poco éticas que se desarrollan tanto en los núcleos ejidales como en las instituciones encargadas de su regulación.

Conocer el actuar de las instituciones agrarias frente a los poderes legalmente constituidos es importante, pues permite comprender el desempeño de los organismos encargados de resolver los conflictos que enfrentan las personas más vulnerables: las comunidades agrarias y ejidales, especialmente aquellas más apartadas del acceso a la justicia.

Estas reflexiones adquieren relevancia en el contexto actual y jurídico, puesto que el Poder Judicial de la Federación está experimentando cambios trascendentes en su estructura y en los nuevos paradigmas que orientan su propia jurisdicción. Es necesario subrayar que el modelo mexicano ha mostrado históricamente carencias en materia de transparencia y acceso a la justicia. Por ello, la modernización del sistema judicial mexicano tenía que prevalecer una reconfiguración del sistema actual.

Fue así como en el mundo agrario estas instancias pertenecientes al Poder Judicial enfrentan una serie de conflictos y de una carga laboral que puede llegar a entorpecer los procedimientos legales. La mayoría de las personas que acuden a estas instancias son adultos

mayores que desconocen de los procesos, lo cual se agrava por la injerencia de factores externos que influyen en el desarrollo de los casos.

De acuerdo con el Registro Agrario Nacional, en México existen alrededor de 500 conflictos agrarios en todo el país, sobre todo en las zonas rurales e indígenas (Procuraduría Agraria, 2020). Esta situación se explica porque la justicia agraria que ejercen ciertos juzgadores y profesionales del Derecho se desenvuelven en un sistema permeado por conflictos de interés vinculados a grandes poderíos creados y sostenidos mediante las solapas y los vacíos legales que dejaron las reformas de finales del siglo pasado, en consecuencia, la impartición de justicia agraria ha sido limitada. Así, cuando se les pregunta a las personas que sufrieron algún caso de injusticia relacionada con sus parcelas o terrenos ejidales, muchas expresan sentirse en una encrucijada: incapaces de defender procesos que no les beneficiaron, ~~ya~~ debido a que el poderío fáctico resultó ganador (Desarrollo Territorial, 2024).

CONCLUSIONES

Las políticas implementadas desde finales del siglo pasado en el mundo rural y agrario resultaron en una controversia mayor. Las instituciones creadas con el objetivo de atender las problemáticas agrarias eran ineficientes y prueba de ello es que, aún en la actualidad, el modelo anterior sigue vigente, con sus errores y limitantes, ya que pretender que una sola instancia, como lo es el Registro Agrario Nacional, de solución a las problemáticas que aquejan a la mitad del territorio nacional suena hasta imposible e impensable.

Estas reformas demandaron más acciones en favor del mundo agrario, ya que las personas necesitaban de certeza jurídica sobre ~~en~~ sus tierras y sobre todo de trámites más ágiles y confiables. Si bien las instituciones encargadas de impartir justicia en el medio rural se localizan puntos estratégicos como capitales, sin embargo, aún no han llegado a los rincones más apartados, esto se debe, en gran medida a procedimientos demasiados burocráticos que las personas aún no logran comprender del todo, ya que las instancias se rebasaron en marcos y modelos de poca resolución de conflictos.

Es lógico que las instancias estén rebasadas por la cantidad de superficie que deben de atender; si la mitad del territorio que conforma México está en manos de una sola

institución, esta debe contar con el personal suficiente para dar pronta respuesta a estas solicitudes.

Por lo tanto, promover una reforma al Poder Judicial resulta viable, ya que el sistema ejidal se está quedando obsoleto ante los avances modernos; sin embargo, el cómo se llevó a cabo es el cuestionamiento, así como su funcionamiento, es otra incertidumbre sin resolver. Además, ya no es posible revisarla, porque ya está plasmada en la Constitución.

Lo importante en este panfleto, a modo de ensayo, es reflexionar sobre la intervención en el proceso de selección y en la honorabilidad de las próximas personas que serán las encargadas de ejercer el Poder Judicial, en este caso en materia agraria. Se mantiene la esperanza de que serán personas comprometidas en cambiar las cosas, ya que las nuevas generaciones de profesionistas promuevan la narrativa de mejorar los sistemas judiciales y erradicar las malas prácticas que durante años aquejaron a dicha institución.

Serán personas jóvenes, capaces de entender la compleja realidad del mundo agrario, campesino e indígena, y cuyo perfil sea acorde con los retos del siglo XXI y con lo que este país necesita. Retos que, a finales del siglo pasado, tomaron rumbo debido a las reformas implementadas, las cuales hasta la fecha no han dado los resultados esperados.

Desde el propio Estado se ha venido difundiendo una propaganda oficialista de orientada a cambiar todo el sistema, argumentando que este se encuentra corrompido por las propias reformas aplicadas a finales del siglo pasado. De este modo, el discurso oficialista ganó terreno entre la sociedad, incentivando la idea de una nueva reforma constitucional.

Se necesitan personas jóvenes, con una nueva forma de ejercer el Derecho y que puedan hacerse responsables de mejorar la impartición de justicia agraria. Si bien muchos y muchas jóvenes que recién ingresan al servicio profesional de carrera quizá, en su mayoría, no provengan de lugares donde se presentan estas problemáticas ni estén inmersos en procesos ligados a conflictos por la defensa de la tierra, pero serán ellas y ellos quienes puedan realizar y ejercer su profesión con orgullo y responsabilidad.

Si bien no se puede definir, por inclemencias del autor en estas letras, cómo o quiénes deben tener el control en los aspectos judiciales agrarios, sí se espera que quienes lean este texto generen una conciencia crítica sobre la forma de realizar el ejercicio judicial. Las personas nuevas en el cargo representarán una coyuntura de honor para servir a quienes

desconocen el tema y que, en su mayoría, son personas humildes provenientes de sectores que por décadas han sido marginados y explotados.

Se podría esperar que lleguen las y los mejores perfiles, que cuenten con capacidad de empatía hacia este sector de la población y hacia estos problemas que durante bastantes años no se han podido resolver. Además, que se cuente con instalaciones, infraestructura, capital humano y condiciones dignas para estas nuevas personas que están por llegar, porque si bien las instancias a las que acuden estas personas ejidatarias o comuneras atienden sus demandas, quienes las reciben también son personas, y por ello su dignidad también es válida.

REFERENCIAS

- Bartra, R. (2016). *Se hace terruño al andar. Las luchas en defensa del territorio. Con los pies en la tierra*. UAM Xochimilco/Editorial ITACA
- Bartra, R. (2019). *Los nuevos herederos de Zapata. Un siglo de resistencia 1918-2018*. Fondo de Cultura Económica/INEHRM
- Desarrollo Territorial, Dirección General de Concertación Agraria y Mediación (2024). *Diagnóstico del PpE002. Programa de Atención de Conflictos Agrarios*. Gobierno de México.
https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/936670/DIAGNSTICO_Pp_E002_julio_2024.pdf
- Jiménez, R. (2016). Conflictos agrarios y formación de un poder político agrario en Santiago Tuxtla, Veracruz (1922-1950). *Relaciones. Estudios de historia y sociedad*, 37, 125-167. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-39292016000600125&lng=es&tlng=es.
- Ley Agraria Reformada. Diario Oficial de la Federación 1 de marzo 2024. (México).
- Martínez, I. (2014). La migración en Jalisco. *CEPAD* <https://cepad.org.mx/wp-content/uploads/2020/03/2014-3-La-Migracion-en-Jalisco.pdf>
- Morett-Sánchez, J., & Cosío-Ruiz, C. (2017). Panorama de los ejidos y comunidades agrarias en México. *Agricultura, sociedad y desarrollo*, 14(1), 125-152.
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-54722017000100125&lng=es&tlng=es.

Naciones Unidas (21 de enero 2020). La desigualdad impide el avance social y exacerva las divisiones sociales, pero no es inevitable.

<https://news.un.org/es/story/2020/01/1468241>

Procuraduría Agraria. (2020, octubre). *El Gobierno de México tiene la encomienda de acabar con la corrupción para lograr el bienestar de todos los mexicanos.*

<https://www.gob.mx/pa/articulos/el-gobierno-de-mexico-tiene-la-encomienda-de-acabar-con-la-corrupcion-para-lograr-el-bienestar-de-todos-los-mexicanos>

Quesnel, A., & Del Rey, A. (2005). La construcción de una economía familiar de archipiélago. Movilidad y recomposición de las relaciones intergeneracionales en el medio rural mexicano / The Construction of an Archipelago Family Economy. Mobility and Re-Composition of Intergenerational Rela. *Estudios demograficos y urbanos*, 20(2), 197. <https://doi.org/10.24201/edu.v20i2.1217>

Registro Agrario Nacional (2023, julio). *Indicadores Básico de la Propiedad Social del RAN, fuente fidedigna de consulta nacional.*

<https://www.gob.mx/ran/articulos/indicadores-basicos-de-la-propiedad-social-del-ran-fuente-fidedigna-de-consulta-nacional>

Torres-Mazuera, G. (2008). Transformación identitaria en un ejido rural del centro de México. Reflexiones en torno a los cambios culturales en el nuevo contexto rural. En Appendini, K. y Torres-Mazuera, G. (editoras). *¿Ruralidad sin agricultura?* El Colegio de México.

La Comunicación en las Empresas: Una mirada desde la Interculturalidad

Communication in Companies: An Intercultural Perspective

Comunicação nas Empresas: Uma Perspectiva Intercultural

Marlene Caballero González¹, José Guadalupe Salazar Estrada², Laura Elena de Luna Velasco³

Recibido: 05 de marzo de 2025.

Aceptado: 17 de mayo de 2025.

Para citar este artículo:

Caballero, M., Salazar, J. G., & de Luna, L. E. (2025). La comunicación en las empresas: Una mirada desde la interculturalidad. *Synergia. Revista Multidisciplinaria* 1(1). 104-117.
<https://doi.org/10.32870/synergia.v1i1.5>

¹ Lic. En Psicología por la Universidad de Guadalajara. Estudiante de la Maestría en Desarrollo Humano, Educación e Interculturalidad.

 marcabgon.02@gmail.com  <https://orcid.org/0009-0005-8640-7147>

² ² Licenciado en Psicología por la Universidad de Guadalajara. Maestro en Ciencias de la Salud Pública por la Universidad de Guadalajara. Doctorado en Ciencias de la Salud con Orientación Socio-médica, (Universidad de Guadalajara). Miembro del Sistema Nacional de Investigadores (SNI) nivel II.

 jsalazar@cusur.udg.mx  <https://orcid.org/0000-0002-2199-1275>

³ Licenciatura en Psicología. Universidad de Guadalajara. Centro Universitario de Ciencias de la Salud. Maestría en Metodología de la Enseñanza. Instituto Mexicano de Estudios Pedagógicos. A.C. Dra. en Psicología con Orientación en Calidad de Vida.

 laura.luna@cusur.udg.mx  <https://orcid.org/0000-0002-0034-2903>

 Autor de correspondencia: marcabgon.02@gmail.com

RESUMEN

Introducción: La comunicación intercultural se ha convertido en una herramienta estratégica fundamental para las empresas que operan en contextos multiculturales, especialmente a raíz del fenómeno de la globalización. Este proceso ha propiciado la expansión de organizaciones hacia territorios nacionales e internacionales, lo que ha derivado en la confrontación de diversas culturas organizacionales y sociales. **Desarrollo:** Uno de los principales retos identificados es la aparición de conflictos culturales que surgen del choque entre distintas formas de pensar, valores, costumbres y lenguajes. Estos conflictos pueden afectar negativamente el cumplimiento de objetivos organizacionales, como la satisfacción del cliente y el posicionamiento en el mercado. **Conclusiones:** La comunicación intercultural contribuye a reducir los malentendidos, fomentar el respeto y la empatía, promover la adaptación cultural y establecer relaciones interpersonales saludables dentro de las organizaciones. Esta habilidad implica componentes cognitivos, emocionales y sociales, que incluyen el desarrollo de la inteligencia cultural, la empatía, la comunicación asertiva y la resolución de conflictos.

Palabras clave: *Interculturalidad, Comunicación, Globalización, Empatía.*

ABSTRACT

Introduction: Intercultural communication has become a fundamental strategic tool for companies operating in multicultural contexts, especially as a result of the phenomenon of globalization. This process has led to the expansion of organizations into national and international territories, resulting in the encounter of diverse organizational and social cultures. **Development:** One of the main challenges identified is the emergence of cultural conflicts arising from the clash between different ways of thinking, values, customs and languages. These conflicts can negatively affect the achievement of organizational objectives such as customer satisfaction and market positioning. **Conclusions:** Intercultural communication helps reduce misunderstandings, foster respect and empathy, promote cultural adaptation and establish healthy interpersonal relationships within organizations. This skill involves cognitive, emotional and social components, including the development of cultural intelligence, empathy, assertive communication and conflict resolution.

Keywords: *Interculturality, Communication, Globalization, Empathy*

RESUMO

Introdução: A comunicação intercultural tornou-se uma ferramenta estratégica fundamental para empresas que atuam em contextos multiculturais, especialmente em decorrência do fenômeno da globalização. Esse processo levou à expansão das organizações em territórios nacionais e internacionais, resultando no encontro de diversas culturas organizacionais e sociais.

Desenvolvimento: Um dos principais desafios identificados é o surgimento de conflitos culturais decorrentes do choque entre diferentes formas de pensar, valores, costumes e idiomas. Esses conflitos podem afetar negativamente o alcance de objetivos organizacionais, como a satisfação do cliente e o posicionamento no mercado. **Conclusões:** A comunicação intercultural ajuda a reduzir mal-entendidos, fomentar o respeito e a empatia, promover a adaptação cultural e estabelecer relações interpessoais saudáveis dentro das organizações. Essa habilidade envolve componentes cognitivos, emocionais e sociais, incluindo o desenvolvimento da inteligência cultural, da empatia, da comunicação assertiva e da resolução de conflitos.

Palavras-chave: *Interculturalidade, Comunicação, Globalização, Empatia*

INTRODUCCIÓN

A medida que el mundo continúa interconectándose, los negocios y las organizaciones también toman un rumbo de transformación. Conforme crece la población, surgen nuevas necesidades que los individuos demandan sean atendidas. Por ello, algunas organizaciones tienen la visión de expandirse a otros territorios para ofrecer sus servicios en otros lugares y lograr dos objetivos esenciales: cumplir con la satisfacción de las necesidades de los clientes, y, obtener el reconocimiento en el mercado, lo cual fortalece su imagen de prestigio y calidad en los servicios que ofrecen (Tang et al., 2020).

Sandhu et al. (2024) mencionan que uno de los principales efectos que la globalización detona en el sentido económico es el acceso a los mercados internacionales, lo que permite la diversificación y el crecimiento económico. Además, destacan que el nivel de calidad de vida de igual manera se relaciona con la globalización, gracias al crecimiento económico y al surgimiento de mejores posibilidades de acceder a un empleo.

Cuando una empresa se traslada a otro territorio, ya sea nacional o internacional, implica que las principales fuerzas base de la organización se movilen hacia el nuevo sitio de trabajo con el propósito de dirigir y organizar la forma de operar. En este sentido, emergen algunos fenómenos que constantemente truncan o imposibilitan que la empresa se desarrolle íntegramente (Vieyra, 2023); un ejemplo de ello son los conflictos culturales. Tal como menciona Holton (2000), quien propone la tesis de la polarización, en la que explica que el fenómeno de la globalización lejos de promover una cultura homogénea, provoca conflictos entre las culturas.

Los conflictos culturales pueden definirse como el choque entre las percepciones que una persona, perteneciente a un grupo social específico, tiene frente a otra persona proveniente de un grupo diferente. Esto se manifiesta en las formas de pensar, los modos de vida, las tradiciones, los valores, las expresiones, las creencias y, sobre todo, la comunicación entre las personas (Koçak et al., 2023). En el caso de las empresas, la presencia de este tipo de problemáticas puede dificultar el cumplimiento de los objetivos organizacionales, tal como se mencionó previamente respecto a la atención de las necesidades de los clientes y al prestigio dentro del mercado que define la calidad de la organización.

Esto, consecuentemente, puede llevar a que la organización cierre sus puertas en la nueva expansión, dado que el personal encargado podría carecer de las habilidades y

capacidades necesarias para manejar de manera efectiva los conflictos culturales señalados (Vieyra, 2023). Lo anterior lleva a la pregunta: ¿qué estrategia puede emplear el personal encargado de la organización para optimizar las condiciones de entendimiento ante los nuevos desafíos interculturales y así evitar los conflictos culturales?

A partir de las ideas expuestas anteriormente, este ensayo se encamina hacia la propuesta de una estrategia que en la literatura se reconoce como una habilidad nombrada *comunicación intercultural*, la cual involucra componentes cognitivos, emocionales y sociales.

Desde este punto de vista, el presente ensayo expone cómo la comunicación intercultural ayuda a las empresas —especialmente al personal a cargo de la estructuración organizacional— a desarrollar un ambiente acogedor dentro de la institución, y a ejercer un liderazgo adecuado sin invadir las cuestiones culturales de los colaboradores locales, evitando así agresiones, actitudes de dominio u otros conflictos (Vieyra, 2023).

Desarrollo

Como se ha mencionado con antelación, los espacios sociales son partícipes de constantes cambios y transformaciones, y las ciudades representan las principales áreas donde se incrementan diferentes prácticas dentro de las dinámicas socioeconómicas, así como la interacción de los individuos en las relaciones sociales y las necesidades que estas conllevan (Ruiz, 2021). En el caso de las organizaciones, los cambios también son un hecho, debido a la gran influencia de la globalización y a la actualización de las nuevas tecnologías, lo que implica la posibilidad de crecimiento en otros espacios, ya sea dentro del territorio de origen o en uno distinto (Sandhu et al., 2024).

Cuando se presenta una cultura nueva o diferente a la que predomina en un contexto determinado, aumenta la posibilidad de que se presenten conflictos culturales, dado que, suele surgir mal entendidos, deficiencias en la comunicación, dificultades para realizar las actividades laborales, problemas en las relaciones interpersonales, entre otras problemáticas que sitúan a los individuos en un estado de incertidumbre cultural derivado del choque cultural con la sociedad en cuestión (González et al., 2013).

Para entrar en contexto, es importante señalar que la cultura, según Catalá (2023), se refiere al conjunto de signos que conforman las normas sociales y éticas, la vestimenta, la

lengua, las ideas y las conductas, por mencionar algunos. Estos signos son transmitidos por las personas en diferentes contextos como el trabajo, la escuela, la comunidad, etcétera. De acuerdo con Vygotsky (1934, en Magallanes et al., 2021), gracias a la interacción social entre individuos es que se forman los patrones de pensamiento y comunicación, los cuales, a su vez, están relacionados directamente con la cultura y los fenómenos sociales.

Por tanto, la influencia de la cultura está fuertemente relacionada con todos los fenómenos que se presentan dentro del contexto, la manera en que se interpretan y la forma en que las personas responden a ellos, además de incluir los elementos que conforman los componentes culturales (Magallanes et al., 2021). En este sentido, la comunicación es una de las formas en que se puede manifestarse plenamente la cultura y los factores que la rodean.

Por ello, cuando una persona se enfrenta a una cultura nueva, esto representa un gran desafío, y en las organizaciones no es la excepción. Dentro de ellas se comparten algunos rasgos que caracterizan a un grupo social, como la filosofía organizacional, los objetivos empresariales, el sistema de valores, la identidad de la organización, los sistemas de comunicación, entre otros (González et al., 2013). Además, cada organización posee una cultura en particular, en el caso de las organizaciones transnacionales, comúnmente adoptan la cultura del país en el que se encuentran, dando lugar hacia la diversidad e inclusión cultural (Vieyra, 2023).

En este contexto, un elemento clave es la comunicación intercultural. De acuerdo a Ramos y Holguín (2019), la comunicación intercultural analiza los rasgos de comunicación que forman parte de una cultura, desde las formas de expresión —como las ideas, las prácticas espirituales y los comportamientos— hasta las diferencias que existen entre una cultura y otra.

Desde el enfoque intercultural, la comunicación es una estrategia clave cuando se quiere crear un medio de mediación entre dos culturas con el propósito de disminuir la presencia de conflictos y ayudar al desarrollo de las relaciones sociales. También, alienta a la inteligencia cultural, es decir, la capacidad de adaptarse a otros contextos culturales y desempeñarse en ellos como si fueran propios. Esto la convierte en un proceso de tipo cognitivo, ya que implica el uso del autoconocimiento cultural y del pensamiento creativo para expandir sus pensamientos, sin invalidar los propios (Catalá, 2023; González, et al., 2013).

Además de utilizar los procesos cognitivos, la comunicación intercultural también es expresada de manera emocional a través de la empatía, entendida como la capacidad de comprender los sentimientos, ideas, pensamientos, valores y creencias de otras personas como si fueran los propios. En el marco de la comunicación intercultural, la empatía implica comprender y respetar la existencia de otras culturas, entendiendo que las personas tienen percepciones diferentes del mundo que se reflejan en sus conductas, pensamientos y emociones (Catalá, 2023).

En el mismo sentido, la comunicación intercultural incluye procesos sociales como las relaciones interpersonales, la comunicación asertiva y la resolución de conflictos, además de los procesos básicos de comunicación, que van desde las expresiones verbales, —como las palabras—, hasta las no verbales, como los gestos y las señas por mencionar algunos (Ramos & Holguín, 2023).

Al poner en práctica la empatía en los procesos sociales, se debe de promover la adaptación de los procesos que rigen la comunicación; es decir, entender los significados verbales y no verbales propios de la cultura externa. De este modo, las personas encargadas de trasladar las fuerzas organizacionales pueden lograr su cometido de expansión, al tiempo que promueven respeto y protegen la dignidad humana de quienes los reciben (Gómez-Schlaikier, 2009).

La literatura muestra que, conforme se aplica la comunicación intercultural, es posible lograr una mayor comprensión de otras formas de pensamiento y fomentar la continuidad de los diferentes grupos sociales con ciertas particularidades, como quienes poseen un idioma distinto o una vestimenta representativa, entre otras expresiones que los distinguen dentro de los grupos con los que se relacionan socialmente (González & Noreña, 2011).

Gracias a la promoción y puesta en práctica de la comunicación intercultural en las empresas, se contribuye a que las instituciones laborales implementen estrategias de resolución de conflictos y fortalezcan las relaciones interpersonales saludables y respetuosas. Asimismo, se aporta a la construcción de un paradigma que resalta la expresión libre de la cultura en un ambiente seguro. Esto implica el reconocimiento del contexto de los miembros, sus pensamientos, valores, comunicación verbal y no verbal, sentimientos y emociones, tanto de directivos como de colaboradores, así como la sensibilidad y la tolerancia de los miembros, por mencionar algunos procesos (González & Noreña, 2011).

De acuerdo con Tocar (2024), la comunicación intercultural influye significativamente en la cooperación, el rendimiento y la eficiencia de las empresas. En este sentido, se identifican algunos factores de los que depende su efectividad. El primer factor está relacionado con la gestión, es decir, con los aspectos vinculados al estilo, la planificación, la dinámica organizacional y la orientación cooperativa dentro de la atmósfera organizacional.

Seguidamente, Tocar (2024) menciona los factores de grupo, que se refieren a las diferencias de poder y estatus social, los cuales deben ser mediados cuidadosamente, ya que, de lo contrario, la comunicación intercultural no será efectiva dentro de la organización. De igual modo, señala los factores relacionados con el individuo, entre los que destacan la flexibilidad, la sensibilidad y la adaptabilidad como elementos clave para impulsar la comunicación intercultural. Asimismo, enfatiza los factores asociados con el estilo comunicativo, los mensajes, los medios utilizados y la claridad con la que estos son expresados.

El fenómeno de la interculturalidad es una realidad en los contextos organizacionales, puesto que, debido a la gran influencia de la globalización, las migraciones, la nueva era de la digitalización y la búsqueda continua de crecimiento en el mercado laboral, las empresas se trasladan fuera de los sitios en los que fueron creadas con el propósito de llegar a nuevos horizontes y trascender en el mercado. De esta manera, la interculturalidad se refleja en la fusión de dos o más culturas que manifestadas por las personas que conforman las organizaciones (Sandhu et al., 2024).

Teniendo en cuenta los escenarios en los que se expresa la diversidad de otras formas de vida, así como la inserción de la interculturalidad en el contexto organizacional, surgen diferentes problemáticas, sobre todo en los ámbitos social y cultural, que consecuentemente desencadenan conflictos para las personas y pueden llegar a truncar la meta de expansión planteada.

Dicho sea de paso, el enfoque intercultural considera la sensibilidad de las personas a través de la construcción de una comunicación comprensiva, la promoción de respeto, la igualdad, pero sobre todo el reconocimiento de que existen otras percepciones culturales dentro de un mismo entorno o ambiente, —sea social, educativo, profesional o cualquier otro en el que el ser humano se involucra constantemente— (Santana-Campas et al., 2024).

De acuerdo con Santana-Campas et al. (2024), tomar en cuenta la presencia de la interculturalidad es una manera de promover la igualdad de los derechos y oportunidades de las personas, como de fomentar la sensibilización respecto a la gran diversidad cultural presente en un mismo espacio. Asimismo, siguiendo a estos autores, la interculturalidad contempla las normas y leyes que rigen la vida social, de modo que puedan adaptarse e incluir los rasgos propios de cualquier grupo o persona, la cual también forma parte de su sentido.

Por ello, como se ha explicado a lo largo de este trabajo, la comunicación intercultural se ha convertido en un facilitador de la dinámica empresarial. Contribuye a disminuir los malentendidos entre compañeros, al reconocimiento del otro sin emitir juicios, al impulso de la convivencia y al fortalecimiento de las relaciones interpersonales entre los miembros de una organización (Vieyra, 2023). Se trata de una estrategia que los colaboradores de la organización pueden desarrollar con el propósito de impulsar una interacción efectiva entre el personal, conociendo nuevos panoramas culturales, pero sin desacreditar la expresión de otras culturas (Santana-Campas et al., 2024).

Ahora bien, la comunicación intercultural es esencial para facilitar los procesos de adaptabilidad y tolerancia entre compañeros que comparten un fin u objetivo en común. En las organizaciones, cuando se presenta la inserción en un entorno donde no se comparte la misma cultura, la comunicación intercultural contribuye a que los miembros intercambien ideas que conduzcan al cumplimiento de los objetivos organizacionales, alcanzando así una de las metas de la empresa (Ramos & Holguín, 2019). Además, tanto el líder como los demás colaboradores deben poner en práctica la comunicación intercultural para disminuir los conflictos y favorecer la adaptación y efectividad de las personas dentro de la organización (González & Noreña, 2011; Catalá, 2023).

Es importante enfatizar que tanto las empresas como el personal que las dirigen deben de emplear estrategias alineadas con la flexibilidad y la adaptación a los cambios que ocurren frecuentemente, tanto de manera interna como externa, en el contexto empresarial. Esto implica desarrollar actitudes, conocimientos y habilidades que fortalezcan la comprensión de los procesos de comunicación intercultural (Gómez-Schlaikier, 2009).

Esto puede implicar cambios dentro de la dinámica organizacional, del lugar donde están situadas, de las personas que se encuentran a cargo de la institución, etcétera, sin perder de vista el objetivo de la comunicación intercultural, que refiere al entendimiento de las

características de cada individuo, tomando en cuenta aspectos sociales, cognitivos y emocionales.

Con la comunicación intercultural existe la posibilidad de encaminar al personal hacia la inteligencia intercultural, misma que facilita la interacción entre los individuos y el desarrollo de habilidades a nivel cognitivo, social y emocional que complementan las competencias organizacionales necesarias para desempeñarse de manera óptima. Asimismo, abre un espacio para el multiculturalismo organizacional, conformado por hábitos, creencias, pensamientos, lengua, etcétera, dentro de las organizaciones y contribuye a crear una fuerza organizacional diversa (Catalá, 2023).

“...la comunicación intercultural actúa como medio para el aprendizaje e intercambio de pensamientos que llevan al crecimiento de los factores sociales y empresariales” (Ramos & Holguín, 2019, p. 65). Estos autores plantean un panorama que revela el impacto que tiene la comunicación intercultural. Dentro de los factores sociales se incluyen las formas de relacionarse con otros, los procesos de comunicación, la expresión de valores, la autenticidad de los individuos, las creencias y todo aquello que conforma una identidad social.

Por otro lado, los factores empresariales corresponden a aquellas habilidades y competencias de las que se valen los trabajadores de una institución para liderar con éxito a sus equipos de trabajo (Gómez-Schlaikier, 2009). En estos procesos se involucra el aprendizaje e intercambio, debido a que todas las personas que trabajan en una misma organización poseen diferentes perspectivas, las cuales deben compartirse de manera asertiva, es decir, sin etnocentrismos, para que la comunicación intercultural se lleve a cabo como estrategia de mejora (Ramos & Holguín, 2019).

En definitiva, la comunicación intercultural muestra influencias que se llevan a cabo en distintos contextos organizacionales, debido a que son áreas donde existe una diversidad cultural. Se resalta la comunicación intercultural aplicada en el ámbito organizacional, ya que en la actualidad se integran personas con orígenes culturales diversos, lo que genera condiciones en las que la comunicación no siempre se respeta, dificultando el proceso organizacional y pudiendo ocasionar problemáticas entre las personas.

Por tanto, es necesario desarrollar herramientas como el diálogo basado en la empatía, la comprensión de sentimientos y emociones y el fomento del respeto hacia la diversidad cultural, entre otras. Estas herramientas ayudan al ejercicio de la interculturalidad en las

empresas, tanto en los líderes como en sus colaboradores, con el objeto de intercambiar información y facilitar las relaciones sociales entre ellos, así como aplicar habilidades personales que regulen los procesos sociales en las organizaciones y articulen un entorno multicultural de satisfacción laboral (Sandhu et al., 2024).

CONCLUSIONES

Las organizaciones han logrado romper con las fronteras territoriales, dando lugar a su presencia en lugares nacionales y en el extranjero, gracias a los procesos de globalización y crecimiento urbano. Comúnmente se entiende la globalización como un efecto de la modernización occidental, asociada con dominación e imposición. Sin embargo, el sentido de la globalización no debe caer en el error de practicarse con fines negativos, sino que debe orientarse hacia un cambio en la praxis, es decir, hacia la incorporación del respeto y la valoración de los rasgos esenciales de una cultura, independientemente del lugar donde se encuentre (Holton, 2000).

Por lo tanto, el fenómeno de la interculturalidad es una pieza clave para romper con los paradigmas conflictivos que complican las interacciones sociales entre las personas que se integran a un nuevo territorio. En el caso de las organizaciones, puede desarrollarse mediante estrategias que involucren el respeto, la inclusión, la aceptación y la valoración de las tradiciones y prácticas culturales propias de cada región o nación (Santana-Campas et al., 2024).

Para ello, la comunicación intercultural funciona como una herramienta que facilita la interacción entre los miembros de un mismo entorno que poseen diversas influencias culturales. Al interior de las organizaciones, la comunicación intercultural puede convertirse en un promotor de relaciones interpersonales de calidad, del fomento de la convivencia y la reducción de conflictos entre el personal empresarial.

Esta estrategia se vale de recursos sociales, culturales e incluso psicológicos. En el sentido social, involucra la interacción de dos o más personas; en lo cultural, considera que las personas en las organizaciones cuentan con pensamientos, costumbres, lenguas, comportamientos y expresiones propias de un lugar en particular; en el ámbito psicológico, retoma elementos relacionados con lo emocional y lo cognitivo, y sus respectivos procesos (Gómez-Schlaikier, 2009).

La comunicación, como mecanismo de interacción, resulta un recurso de gran utilidad en contextos donde existe una variedad cultural, ya que permite el intercambio de información y la ampliación de la perspectiva de los individuos, facilitar la comprensión de otros sistemas, mismos que contribuyen a la interculturalidad (Ramos & Holguín, 2019). Cabe destacar que, en este proceso de comunicación intercultural, es importante no caer en etnocentrismos, es decir, no creer que la cultura de otros es más importante que la propia o viceversa. Ambas culturas están conformadas por elementos que, ancestralmente, se creía que cumplían con el sistema de creencias espirituales y materiales, mismos que abonaban al desarrollo humano de las personas en la antigüedad.

La comunicación intercultural suele ser una estrategia que media las relaciones entre las personas o grupos, pues implica la comprensión del otro a través de sus múltiples expresiones culturales, destacando aspectos de flexibilidad y adaptación ante diferentes circunstancias (Gómez-Schlaikier, 2009). En la parte organizacional, se enfoca dentro de los equipos multiculturales, ya que están conformados por personas que poseen perspectivas diversas, por lo que las fuerzas clave de la organización deben mostrar una postura empática y de comprensión emocional.

La aplicación de la comunicación intercultural en las empresas ayuda a impulsar el desempeño de los colaboradores, maximizando la eficiencia en sus actividades, favoreciendo el desarrollo de relaciones de calidad entre los sujetos y fortaleciendo el reconocimiento de la identidad personal y, a su vez, empresarial (Sandhu et al., 2024). Por ello, algunas propuestas inspiradas en Ramos & Holguín (2019) que se pueden desarrollarse para la implementación de la comunicación intercultural son las siguientes:

- Fomentar las relaciones interpersonales entre compañeros.
- Practicar asertividad en las organizaciones.
- Manejar eficazmente los problemas a través de la resolución y mediación de conflictos.
- Aplicar los valores personales: respeto, disciplina, perdón, humildad, paciencia, entre otros.
- Desarrollar el pensamiento crítico y creativo.
- Canalizar las emociones y sentimientos.
- Gestionar de manera efectiva el estrés y las tensiones.

REFERENCIAS

- Catalá, A. (2023). Comunicación intercultural y sensibilidad empática en el liderazgo empresarial. *Círculo Lingüística Aplicada a la Comunicación*, 93(1). 165-178.
<https://dx.doi.org/10.5209/clac.78615>
- Gómez-Schlaikier, S. (2009). La competencia intercultural como llave para el desarrollo del Perú. *Journal of Economics, Finance and Administrative Science*, 14(26). 93-108.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=360733606005>
- González, L., & Noreña, A. L. (2011). Comunicación intercultural como medio para favorecer el cuidado culturalmente aceptable. *Revista Enfermería Universitaria*, 8(1). 55-60. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=358741838008>
- González, R. C., Blanco, M., & Fernández, R. J. (2013). Factores culturales organizacionales y psicosociales para una implantación exitosa de empresas extranjeras en México. *Mercados y Negocios*, (28). 31-52.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=571863949002>
- Holton, R. (2000). Globalization's cultural consequences. *The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science*, 570(1). 140-152.
<https://doi.org/10.1177/000271620057000111>
- Koçak, Ö, Puranam, P., & Yegin, A. (2023). Decoding cultural conflicts. *Frontiers Psychology*, 14(11). 1-17. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1166023>
- Magallanes, Y. V., Donayre, J. A., Gallegos, W. H., & Maldonado, H. E. (2021). El lenguaje en el contexto socio cultural, desde la perspectiva de Lev Vygotsky. *Revista Arbitrada del Centro de Investigación y Estudios Gerenciales*, 51. 25-35.
<https://revista.grupocieg.org/wp-content/uploads/2021/11/Ed.5125-35-Magallanes-Veronica-et-al.pdf>
- Ramos, P., & Holguín H. F. (2019). Impacto de la comunicación intercultural en la competitividad para las empresas de la industria cervecera en Ciudad Juárez. *Revista Lebre, 11*. 59-77. <https://doi.org/10.15332/rl.v0i11.2412>
- Ruiz, V. M. (2021). Sociabilidad, manifestaciones culturales y conflicto. *Bitácora Urbano Territorial*, 31(1). 125-137. <https://doi.org/10.15446/bitacorav31b1.86807>

- Sandhu, A., Doha, M., I., & Hussain, M. A. (2024). The economic effects of globalization on developing countries. *International Journal for Multidisciplinary Research*, 6(5). 1-15. www.ijfmr.com/papers/2024/5/27371.pdf
- Santana-Campas, M. A., Martínez Martínez, L., Guzmán Díaz, J. C., & Cantero Ramírez, M. (2024). La interculturalidad como estrategia para la no discriminación y respeto a los derechos humanos. Una perspectiva psico-jurídica. En Muñoz de la Cruz & Chávez Cervantes (Ed.), *Derechos de los pueblos originarios y comunidades indígenas: Perspectivas contemporáneas* (I ed., p. 281-305) Tirant Lo Blanch.
- Tang, S., Wang, Z., Yang, G., & Tang, W. (2020). What are the implications of globalization on sustainability? A comprehensive study. *Sustainability*, 12(3411). 1-11. <https://doi.org/10.3390/su12083411>
- Tocar, S. (2024). A synthesis of the determinants of successful intercultural communication in organizations. *Baltic Journal of Economic Studies*, 10(3). 42-57. <https://doi.org/10.30525/2256-0742/2024-10-3-42-57>
- Vieyra, L. I. (2023). Comunicación intercultural en las organizaciones multinacionales, desde una perspectiva teórica. XXX *Anuario de Investigación de la Comunicación CONEICC*, (29). 1-17. <https://nuevoanuario.coneicc.org.mx/index.php/anuarioconeicc/index>