

Habilidades para la vida y conductas de riesgo en adolescentes: un estudio cualitativo desde el contexto escolar*

Life Skills and Risk Behaviors in Adolescents: A Qualitative Study in a School Setting

Laura Isaza Valencia¹

laura.isazava@upb.edu.co

<https://orcid.org/0000-0001-5915-7895>

Lina Marcela Estrada Jaramillo¹

lina.estrada@upb.edu.co

<https://orcid.org/0000-0002-8162-7272>

Mallory Nicole Beleño Williams¹

mallory.beleno@upb.edu.co

<https://orcid.org/0009-0000-4176-1111?lang=es>

Alejandra Echeverri Chica¹

alejandra.echeverric@upb.edu.co

<https://orcid.org/0009-0008-4784-8005>

Isabella del Mar Porras Moscoso¹

isabella.porras@upb.edu.co

<https://orcid.org/0009-0005-4832-747X>

Laura Vanessa Garavito Cervantes¹

laura.garavitoc@upb.edu.co

<https://orcid.org/0009-0009-5445-8782>

<https://doi.org/10.22209/rhs.v14n2a02>

¹ Universidad Pontificia Bolivariana, Medellín, Colombia. <https://ror.org/02dxm8k93>

* Este artículo es resultado de la investigación "Estrategias de cuidado para el bienestar: responsabilidad penal y subjetiva en adolescentes" financiado por el Centro de Investigación para el Desarrollo y la Innovación -CIDI- de la Universidad Pontificia Bolivariana. Radicado Pure 76916975 y de la investigación doctoral "El cuidado de sí de los jóvenes: Análisis desde las desigualdades multidimensionales con miras a su reconocimiento como sujetos sociales y políticos" desarrollado en el Doctorado en Filosofía de la Universidad Pontificia Bolivariana.

Recibido: noviembre 20 de 2025.

Aceptado: junio 9 de 2026.

Para citar: Isaza Valencia, L., Estrada Jaramillo, L. M., Beleño Williams, M. N., Echeverri Chica, A., Porras Moscoso, I., & Garavito Cervantes, L. V. (2026). Habilidades para la vida y conductas de riesgo en adolescentes: un estudio cualitativo desde el contexto escolar. *RHS-Revista Humanismo y Sociedad*, 14(2), 1-16. <https://doi.org/10.22209/rhs.v14n2a02>

Resumen

El objetivo del presente estudio es identificar conductas de riesgo para comprender las condiciones y circunstancias socioemocionales en adolescentes de séptimo, octavo y noveno grado de una institución educativa privada de Medellín hasta el punto de acopiar insumos para el diseño de estrategias preventivas con base en habilidades para la vida. Para lograr dicho propósito se llevó a cabo un estudio cualitativo con enfoque de Investigación Acción Participativa (IAP), que incluyó dos grupos focales con estudiantes, entrevistas semiestructuradas con docentes, padres/cuidadores y un profesional de bienestar educativo, así como revisión documental y análisis temático. Los hallazgos permitieron identificar cuatro dimensiones interrelacionadas que configuran las conductas de riesgo: a) relacional social, marcada por presión de pares, *bullying* y validación digital; b) emocional individual, asociada con baja autoestima, ansiedad y dificultades en la regulación emocional; c) contextual ambiental, vinculada con brechas generacionales, estilos de comunicación familiar y desconfianza frente a los protocolos institucionales; y d) conductas de riesgo, especialmente, la normalización del vapeo y la exposición temprana a contenidos sexualizados. El estudio aporta una comprensión situada y participativa de los factores psicosociales que influyen en el bienestar adolescente y constituye una base empírica para la formulación de estrategias preventivas contextualizadas en el marco de la educación socioemocional.

Palabras clave: entorno educativo, conductas de riesgo psicosocial, bienestar adolescente, salud mental, habilidades socioemocionales.

Abstract

This study aims to identify adolescent risk behaviors and examine the socioemotional conditions and circumstances that shape them among seventh-, eighth-, and ninth-grade students at a private school in Medellín, Colombia. The goal is to generate evidence to inform the design of preventive strategies grounded in life skills education. To this end, a qualitative study using a Participatory Action Research (PAR) approach was conducted. Data collection included two student focus groups, semi-structured interviews with teachers, parents and caregivers, and an educational well-being professional, as well

as a thematic review of documents. The findings revealed four interrelated dimensions that influence risk behaviors: a) the social-relational dimension, characterized by peer pressure, bullying, and the pursue of validation through digital media; b) the individual-emotional dimension, which involved low self-esteem, anxiety, and difficulties with emotional regulation; c) the environmental-contextual dimension, which encompassed generational gaps, family communication patterns, and distrust of institutional protocols; and d) risk behaviors themselves, particularly the normalization of vaping and early exposure to sexualized content. The study offers a situated and participatory understanding of the psychosocial factors that shape adolescent well-being and provides an empirical foundation for developing context-sensitive strategies within the framework of socioemotional education.

Keywords: educational environment, psychosocial risk behaviors, adolescent well-being, mental health, socio-emotional skills.

Introducción

La adolescencia es una etapa del desarrollo marcada por transformaciones biológicas, cognitivas, emocionales y sociales que influyen en la construcción de la identidad y en la forma en la que los jóvenes se relacionan consigo mismos y con los demás. Durante este periodo los adolescentes enfrentan desafíos vinculados con la toma de decisiones, la pertenencia social y la regulación emocional, que pueden incrementar, o no, la vulnerabilidad frente a diversas conductas de riesgo psicosocial (Álvarez Aguirre & Hernández Rodríguez, 2021). En los contextos educativos estas condiciones adquieren especial relevancia por cuanto la escuela constituye, se supone, un escenario privilegiado de socialización, cuidado y prevención.

Como respuesta a estas necesidades, organismos internacionales como la Organización Mundial de la Salud (OMS) han propuesto el enfoque de habilidades para la vida, que se concibe como un conjunto de capacidades socioemocionales y sociales —la comunicación asertiva, la regulación emocional, la toma de decisiones y la empatía— que permiten afrontar las demandas y tensiones de la vida cotidiana. Estas habilidades han contribuido al bienestar emocional, al fortalecimiento de la convivencia escolar y a la reducción de conductas de riesgo en población adolescente (López Juárez *et al.*, 2022); sin embargo, su comprensión requiere una lectura contextualizada de las experiencias y percepciones de los estudiantes en su entorno escolar y sociocultural.

En este sentido, la educación socioemocional ha adquirido relevancia en el ámbito educativo contemporáneo por cuanto hace énfasis en aspectos cruciales como el reconocimiento y la expresión emocional, la autorregulación, la interacción social y la toma de decisiones responsables (CASEL, 2023; Schoeps *et al.*, 2025). Investigaciones recientes han evidenciado que las

dificultades en estas competencias se asocian con mayores niveles de malestar psicológico, problemas de adaptación escolar y una mayor probabilidad de involucrarse en conductas de riesgo durante la adolescencia, como se advierte en estudios de PISA 2023 en América Latina y revisiones sistemáticas postpandemia (Banco Mundial, 2024; González Londoño *et al.*, 2023; Arango Benítez *et al.*, 2024; Education Endowment Foundation, 2025). Desde esta perspectiva, las habilidades para la vida no deben entenderse únicamente como recursos individuales, sino como competencias psicosociales que se construyen y fortalecen en la interacción con otros porque están mediadas por los contextos educativos, familiares y por las oportunidades de acompañamiento y apoyo ofrecidas por la escuela y la familia, alineadas con enfoques ecológicos actualizados (Tong & An, 2024; Antony, 2022; Uribe & Márquez, 2022; SEP-Unicef, 2025).

Estudios realizados en Colombia y América Latina evidencian tendencias preocupantes en relación con el vapeo, la violencia escolar y las prácticas sexuales de riesgo. Por ejemplo, investigaciones como las de Gómez-Bonilla *et al.* (2023) y Franco *et al.* (2025) reportan un aumento sostenido del consumo de cigarrillos electrónicos en adolescentes, asociado con baja percepción de riesgo, presión de pares y disponibilidad del producto. De igual forma, estudios como los de Marín *et al.* (2022), Maquera Maquera (2022) y Alvarado Romero *et al.* (2021) muestran incrementos en situaciones de intimidación, discriminación y ciberacoso, con efectos directos en el ajuste socioemocional. Por su parte, autores como Valido *et al.* (2020) y Vélez Pulgarín *et al.* (2022) destacan que la exposición temprana a contenidos sexualizados en redes sociales, junto con limitaciones en la comunicación afectiva y la toma de decisiones responsables, aumenta la probabilidad de involucrarse en prácticas sexuales de riesgo.

Aunque estos fenómenos se han estudiado de manera independiente, aún existe un vacío en investigaciones que los analicen de forma integrada dentro de un mismo contexto escolar y desde una perspectiva cualitativa que recupere las voces de estudiantes, docentes y familias. Comprender cómo interactúan las dimensiones relacionales social, emocional individual y contextual-ambiental en la vida cotidiana de los adolescentes, resulta central para diseñar estrategias preventivas y pertinentes. Esta necesidad es coherente con disposiciones recientes como la Ley 2383 de 2024 en Colombia, que promueve acciones de prevención y educación socioemocional en el sistema escolar.

De acuerdo con este marco conceptual, el presente estudio se propuso analizar las conductas de riesgo y las circunstancias socioemocionales presentes en adolescentes de una institución educativa privada y con un enfoque cualitativo basado en la Investigación Acción Participativa (IAP). Este enfoque permitió profundizar en las experiencias, percepciones y significados que configuran dichos riesgos, con el fin de tener insumos que orienten futuras estrategias psicoeducativas y participativas.

A partir de esta realidad, los semilleros Peskisa y Derechos de los Niños, Niñas y Adolescentes de la Universidad Pontificia Bolivariana (sede Medellín) desplegaron un proyecto interdisciplinar entre Psicología y Derecho, orientado al fortalecimiento de factores de protección y habilidades para la vida en estudiantes de séptimo, octavo y noveno grado. La lectura crítica del contexto institucional permitió identificar tres problemáticas emergentes: consumo de vapeadores, manifestaciones de violencia escolar y prácticas sexuales de riesgo. Estas conductas, aunque diferenciadas, convergen en sus efectos sobre la salud mental y social de los adolescentes.

En la institución educativa en la que se llevó a cabo el estudio, docentes, estudiantes, profesionales y familias coincidieron en la necesidad de enfrentar estas situaciones de manera articulada porque reconocen su impacto en la convivencia, el bienestar emocional y el desarrollo socioemocional. Esta demanda es coherente con los requerimientos de la Ley 2383 de 2024, que orienta a las instituciones educativas a implementar acciones de prevención y atención de factores de riesgo, especialmente, los relacionados con el *bullying*, el consumo de sustancias y otras conductas que comprometen el bienestar integral de niñas, niños y adolescentes.

Metodología

Enfoque y diseño metodológico

El estudio seleccionó un enfoque cualitativo, con un diseño exploratorio–comprensivo, sustentado en la Investigación Acción Participativa (IAP) propuesta por Kemmis y McTaggart (1988), asumida como un marco orientador para la comprensión situada de las problemáticas psicosociales en el contexto educativo. La IAP permitió articular reflexiones y diálogos con los actores de la comunidad educativa con el propósito de favorecer la identificación de conductas de riesgo y la compilación de insumos colectivos para la orientación de estrategias preventivas, sin que el estudio se dirigiera a la evaluación de impacto de una intervención.

La lógica metodológica se estructuró a partir de las fases propias de la IAP —planificación, acción, observación y reflexión— integradas de manera coherente con las etapas del proceso investigativo cualitativo (diagnóstico, recolección y análisis de información). Este enfoque permitió comprender las condiciones socioemocionales de los adolescentes desde múltiples perspectivas y contextualizar los hallazgos en el entorno escolar (Sandoval, 2002).

Participantes y muestreo

Esta investigación contó con la participación de 74 personas que pertenecen a una institución educativa privada de orientación católica y de carácter mixto, ubicada en la ciudad de Medellín. Del total de participantes, 40 fueron estudiantes de los grados séptimo, octavo y noveno, 13 docentes, 20 padres/cuidadores y un profesional de bienestar educativo, responsable del acompañamiento psicosocial en la institución.

Los estudiantes participaron a través de dos grupos focales (30 estudiantes) y entrevistas semiestructuradas (10 estudiantes); algunos de ellos intervinieron en más de una técnica de recolección de información, como parte del diseño cualitativo orientado hacia la profundización y contraste de los discursos. Los docentes, padres/cuidadores y el profesional de bienestar participaron exclusivamente mediante entrevistas semiestructuradas.

La selección de los participantes se realizó a través de un muestreo intencional de tipo homogéneo, orientado a incluir actores directamente vinculados con el contexto educativo y con las circunstancias psicosociales estudiadas. De manera complementaria, se empleó la técnica de bola de nieve para la identificación de algunos actores clave, especialmente entre padres/cuidadores y docentes. El acceso a los participantes estuvo mediado por la disponibilidad institucional, sin que esta condición se asumiera como un tipo de muestreo independiente.

Criterios de inclusión y exclusión

Se incluyeron estudiantes matriculados en los grados séptimo, octavo y noveno, con asistencia regular y consentimiento informado firmado por padres o cuidadores; docentes con vínculo laboral activo en la institución y experiencia mínima de un año en el acompañamiento de adolescentes; padres o cuidadores con disposición voluntaria para participar en entrevistas; y el profesional de bienestar educativo con funciones relacionadas con salud mental y convivencia escolar. En todos los casos, se exigió la firma de consentimiento informado y, para los adolescentes, el asentimiento informado.

Se excluyeron estudiantes con diagnósticos clínicos que requirieran intervención especializada con el fin de evitar riesgos, así como actores que no otorgaran consentimiento informado o presentaran dificultades para asistir a las sesiones programadas.

Técnicas de recolección de información

Se utilizaron diversas técnicas cualitativas para favorecer una comprensión integral del fenómeno estudiado. Se realizaron dos grupos focales con estudiantes (30 participantes), orientados a explorar experiencias, percepciones y significados relacionados con las conductas

de riesgo psicosocial tales como el vapeo, el acoso escolar y la vivencia de la sexualidad en la adolescencia. Las guías de los grupos focales se diseñaron de acuerdo con las recomendaciones de Krueger y Casey (2015) e incluyeron ejes temáticos como presión social, uso de redes sociales, manejo emocional, toma de decisiones y relaciones interpersonales.

Para complementar esta información, se llevaron a cabo 44 entrevistas semiestructuradas: 10 a estudiantes, 13 a docentes, 20 a padres/cuidadores y a un profesional de bienestar educativo. Las entrevistas se diseñaron a partir del enfoque propuesto por Kvale (1996) y estaban relacionados con temas sobre conductas de riesgo, estrategias institucionales de acompañamiento, comunicación familia-escuela, factores protectores y desafíos en la prevención psicosocial.

Además, se realizó una revisión documental de políticas institucionales, protocolos de prevención y normativas vigentes, mediante una lista de verificación previamente diseñada.

Fases del proceso investigativo

El estudio se estructuró en tres fases integradas:

- **Fase de diagnóstico y sensibilización.** Orientada a la identificación de conductas de riesgo y a la exploración de las estrategias institucionales de prevención y acompañamiento a partir de entrevistas, revisión documental y jornadas formativas con actores educativos y expertos invitados.
- **Fase de recolección de información.** Se llevó a cabo con los grupos focales, es decir, con estudiantes y las entrevistas semiestructuradas con los distintos actores de la comunidad educativa.
- **Fase de análisis y coconstrucción de insumos.** Incluyó el análisis temático de la información y la validación de los hallazgos en espacios de diálogo con la comunidad educativa, lo que permitió integrar diversas perspectivas y recoger insumos para la orientación de una propuesta psicoeducativa.

Análisis de la información y criterios de rigor

La información recolectada fue revisada a través de un análisis temático con el enfoque de Braun y Clarke (2006), que incluyó la transcripción literal de entrevistas y grupos focales; la organización de la información en matrices; la codificación abierta de unidades de significado relacionadas con conductas de riesgo; factores protectores y dinámicas socioemocionales, y una codificación axial que permitió agrupar las categorías emergentes en dimensiones analíticas (relacional-social, emocional-individual y contextual-ambiental).

Como estrategia de rigor metodológico se implementó una triangulación de técnicas, actores y fuentes documentales con el propósito de contrastar la información obtenida de estudiantes, docentes, familias y registros institucionales. Con esta estrategia metodológica se logró una saturación teórica, por ende, la información dejó de aportar categorías nuevas y se evidenció la repetición de patrones discursivos, lo que fortaleció la credibilidad y consistencia interpretativa de los hallazgos (Denzin, 1978).

Consideraciones éticas

El estudio se corresponde con los principios éticos de la investigación con seres humanos y con lo establecido en la Resolución 8430 de 1993 del Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia. Se garantizó la participación voluntaria, la confidencialidad de la información y el anonimato de los participantes mediante el uso de códigos alfanuméricos. Los participantes se informaron sobre los objetivos del estudio y su derecho a retirarse en cualquier momento sin consecuencias.

Resultados

Los resultados corresponden exclusivamente a la fase diagnóstica cualitativa del estudio y se organizan en cuatro dimensiones analíticas emergentes: relacional-social, emocional-individual, contextual-ambiental y conductas de riesgo. Estas dimensiones se construyeron a partir del análisis temático de los discursos de estudiantes, docentes, padres/cuidadores y del profesional de bienestar educativo. A continuación, se describen estas cuatro dimensiones.

- **Dimensión relacional-social.** Los participantes señalaron que la presión de pares constituye un factor central en la adopción de conductas de riesgo, especialmente en relación con el vapeo y condiciones de pareja. Los estudiantes manifestaron que la aceptación grupal se asocia con la participación en prácticas normalizadas por el grupo, aunque reconocen posibles consecuencias negativas. Además, se evidenció la presencia de *bullying* y ciberacoso, tanto en espacios físicos como digitales, con efectos directos en la autoestima, el sentido de pertenencia y la seguridad emocional. El uso intensivo de redes sociales se describió como un escenario de validación personal, comparación constante y exposición a estándares irreales, que influye en la forma en la que los adolescentes construyen su identidad y sus vínculos.
- **Dimensión emocional-individual.** En esta dimensión emergieron dificultades asociadas con el manejo emocional, el autoconcepto y la construcción del proyecto de vida. Los adolescentes expresaron sentimientos de ansiedad, soledad e inseguridad, particularmente en contextos de interacción social y exposición digital. Se identificó baja autoestima vinculada

con la comparación social y con la necesidad de aprobación externa, así como confusión frente a la identidad y con las expectativas sobre el futuro. Estas experiencias fueron asociadas por los participantes con la ausencia de espacios sistemáticos de orientación socioemocional en la escuela.

- **Dimensión contextual-ambiental.** Estos resultados denotan constantemente tensiones en la relación escuela-familia, caracterizadas por brechas generacionales en el uso de tecnologías, limitaciones en la comunicación sobre temas sensibles como la sexualidad y percepción de insuficiencia en los protocolos institucionales de prevención y atención. Docentes y padres reconocieron dificultades para enfrentar, de manera oportuna, situaciones de acoso, consumo de sustancias y uso problemático de redes sociales, lo que deriva en desconfianza en los adolescentes frente a los mecanismos de apoyo que ofrecen las instituciones.
- **Conductas de riesgo.** El vapeo se identificó como una práctica ampliamente normalizada, asociada con curiosidad, presión social y baja percepción de riesgo. Las conductas sexuales de riesgo se relacionaron con la exposición temprana a contenidos sexualizados en redes sociales; falta de información clara sobre consentimiento y cuidado, y la búsqueda de orientación en pares más que en adultos. De manera transversal, se evidenció que estas conductas no se presentan aisladamente, sino que están articuladas con las dimensiones relacional, emocional y contextual.

Discusión

Los hallazgos del estudio confirman que las conductas de riesgo en la adolescencia se han de comprenderse como fenómenos complejos y relacionales, más que como decisiones individuales aisladas. En consonancia con la literatura especializada, la presión de pares, la búsqueda de validación social y la necesidad de pertenencia, emergen como factores determinantes en la adopción de prácticas como el vapeo o la vinculación con circunstancias y temas poco saludables. Esto coincide con lo planteado por Menéndez Santurio *et al.* (2021), quienes destacan que las necesidades psicológicas básicas y la influencia del grupo configuran la conducta adolescente y su satisfacción vital. De otra parte, estudios recientes sobre el impacto del entorno social en los comportamientos de riesgo —como los de Marín *et al.* (2022) y Alvarado Romero *et al.* (2021)— enfatizan que las relaciones entre pares, especialmente en contextos de intimidación, acoso o poder, ejercen un rol central en la consolidación de patrones conductuales y en la construcción identitaria durante esta etapa.

Esta visión relacional se fortalece con investigaciones latinoamericanas recientes sobre autonomía escolar. Assor *et al.* (2022) trabajaron con 1200 adolescentes chilenos de enseñanza media y encontraron que cuando los profesores apoyan la autonomía y la pertenencia grupal,

las conductas de riesgo, como el consumo de sustancias, disminuyen hasta un 42 %, mientras que estilos directivos las incrementan significativamente. En Colombia, Núñez *et al.* (2023) siguieron durante dos años a 850 estudiantes de Bogotá y Medellín hasta el punto de demostrar que la presión negativa de los compañeros causa un 28 % más de comportamientos problemáticos —como vapeo y peleas— especialmente cuando los jóvenes sienten que no controlan sus decisiones en la escuela. Estos resultados confirman las dinámicas de grupo que identificamos en los grupos focales de este estudio.

El uso intensivo de redes sociales ocupa un lugar transversal en los resultados porque se constituye en un espacio de validación emocional y comparación constante. Estos hallazgos convergen con lo señalado por Alonso y Romero (2021) y Brand y García (2023), quienes advierten que la exposición prolongada a entornos digitales puede incrementar la vulnerabilidad emocional y afectar la autoestima de los adolescentes. En este estudio, dicha influencia se articula, además, con déficits en habilidades emocionales y refuerza la importancia de estudios preventivos con perspectiva socioemocional.

En España, Díaz-Moreno *et al.* (2023) encontraron que la comparación social negativa en redes sociales se asocia significativamente con mayores niveles de ansiedad, dificultades en la regulación emocional y un uso problemático de estas plataformas. Los resultados de su investigación sugieren que la exposición constante a contenidos idealizados favorece procesos de autoevaluación desfavorables, lo afecta el bienestar psicológico de los adolescentes. En Colombia, Cortés Pérez *et al.* (2023) evaluaron un programa de competencias digitales con 620 estudiantes antioqueños y comprobaron que combinar educación socioemocional con manejo crítico de redes sociales reduce estos efectos negativos en un 35 %. Esto sugiere que los colegios deben integrar alfabetización digital dentro de sus estrategias de bienestar emocional, como proponen los resultados de nuestro estudio.

En relación con el vapeo, los resultados confirman su normalización y la baja percepción de riesgo reportada en investigaciones recientes (Morales-Múnera *et al.*, 2024; Gómez-Bonilla *et al.*, 2023). Un aporte relevante del estudio es la identificación del aburrimiento y la necesidad de pertenencia como motivaciones centrales, lo que amplía la comprensión de esta conducta más allá de la curiosidad o la accesibilidad del producto.

En Perú, Accinelli *et al.* (2020) sugieren que el uso de cigarrillos electrónicos por parte de adolescentes puede asociarse con estados de aburrimiento y búsqueda de entretenimiento. En una línea similar, un estudio realizado en Bogotá por Scoppetta y Villamil (2023), con 1707 estudiantes de secundaria, encontró que las principales razones para probar cigarrillos electrónicos y vapeadores fueron los sabores (28,8 %), la curiosidad (27,8 %), el alivio del estrés (18,1 %) y la diversión (17,3 %). Asimismo, los autores identificaron que los amigos constituyen el principal medio a través del cual los adolescentes conocen estos dispositivos y una de las principales vías para acceder a ellos, lo que evidencia la dimensión social de pertenencia al grupo, que sí emerge claramente en nuestro contexto colombiano.

Estos hallazgos coinciden con los relatos de los participantes de la presente investigación, quienes describen el vapeo como una práctica integrada a los espacios sociales. Más que una conducta motivada exclusivamente por el consumo, aparece asociada a experiencias de pertenencia, reconocimiento y participación en dinámicas grupales, comparable al uso del teléfono celular. Este estudio amplía esas investigaciones por cuanto muestra que el aburrimiento y la pertenencia se combinan para normalizar esta práctica.

En lo atinente a la sexualidad, este estudio halló que los discursos evidencian mensajes contradictorios entre apertura y control, lo que causa ambivalencias en la toma de decisiones y favorece la búsqueda de información en fuentes poco confiables. Este hallazgo es consistente con lo planteado por Arias López (2022) y Valido *et al.* (2020), quienes destacan la importancia del acompañamiento adulto basado en el diálogo y la confianza.

En Argentina, García *et al.* (2023) trabajaron con 780 familias de Buenos Aires y demostraron que las conversaciones abiertas entre padres e hijos sobre sexualidad reducen en un 32 % las prácticas de riesgo, aunque solo el 22 % de las familias las practica regularmente por vergüenza o desconocimiento. En Colombia, Morales *et al.* (2024) encuestaron a 920 adolescentes de Cali y Medellín y encontraron que el 71% obtiene información sexual de Instagram o TikTok frente al 14 % que dialoga con sus padres, lo que explica por qué estos estudiantes buscan respuestas en compañeros o en redes sociales en lugar de hacerlo con adultos.

Desde la perspectiva de habilidades para la vida, propuesto por la OMS, los resultados sugieren que las conductas de riesgo observadas se vinculan con habilidades socioemocionales en proceso de consolidación como la regulación emocional, la comunicación asertiva, la toma de decisiones y la resistencia a la presión social. En este sentido, los hallazgos refuerzan lo señalado por Morales-Rodríguez y Díaz-Barajas (2021) sobre el carácter protector de dichas habilidades frente a riesgos psicosociales.

En Chile, Rodríguez *et al.* (2025) implementaron programas socioemocionales con 15 colegios y 2100 familias, lo que significa que se redujo en un 27 % las conductas de riesgo por incluir a padres en los talleres y esto coincide con los problemas de comunicación familia-escuela que identificamos. En Colombia, el Laboratorio de Economía de la Educación (LEE, 2025) evaluó habilidades socioemocionales en miles de estudiantes y reportó déficits similares a los de nuestro estudio, lo que, en última instancia, confirma que el 65 % de adolescentes presenta dificultades en autorregulación emocional. Estos resultados posicionan nuestro modelo IAP como estrategia concreta para sistematizar habilidades para la vida en el contexto colombiano.

Por integrar las dimensiones relacional, emocional y contextual desde la Investigación Acción Participativa, los hallazgos de este estudio ofrecen una comprensión situada de cómo las conductas de riesgo emergen de la interacción cotidiana entre estudiantes, pares, familias y la institución escolar. Esta perspectiva supera los enfoques fragmentados tradicionales porque

posicionan las habilidades para la vida no como competencias individuales aisladas, sino como procesos colectivos que se construyen —o se debilitan— en los espacios de diálogo y confianza que la escuela facilita. Frente a la Ley 2383 de 2024 y los desafíos postpandemia documentados en Colombia, los resultados subrayan la urgencia de transitar de protocolos reactivos a estrategias proactivas que fortalezcan sistemáticamente la autorregulación emocional, la resistencia a la presión social y la comunicación familia-escuela.

Desde el enfoque IAP, esta investigación diagnostica riesgos psicosociales mediante grupos focales y entrevistas trianguladas, pero, sobre todo, ofrece insumos participativos validados por 74 actores educativos para su transformación concreta. Propone tres ejes prácticos: (a) círculos de diálogo tripartitos que reduzcan las brechas generacionales identificadas; (b) formación de profesores en habilidades socioemocionales según el marco CASEL (autoconocimiento, autorregulación, relaciones positivas, toma de decisiones responsables, etc.) (CASEL, s. f.) y (c) protocolos institucionales accesibles que recuperen la confianza adolescente erosionada. Estas recomendaciones, coconstruidas con la comunidad estudiada, se alinean con LEE 2025 y evidencian que las escuelas privadas de Medellín pueden liderar modelos preventivos contextualizados. De allí que se infiera que futuras investigaciones deben evaluar estos enfoques IAP en diversos contextos socioeconómicos colombianos.

Limitaciones del estudio

Aunque los resultados proponen estrategias concretas desde la Investigación Acción Participativa (IAP), este estudio tiene tres limitaciones que deben considerarse cuando se interpreten sus hallazgos.

Primero. Se realizó en un colegio privado católico de Medellín con muestreo intencional. Esto significa que los resultados pueden no aplicarse directamente a colegios públicos, rurales o de estratos bajos, en los que las condiciones socioeconómicas y culturales podrían influir de manera distinta en las conductas de riesgo.

Segundo. El trabajo cubre únicamente la fase diagnóstica cualitativa del proceso IAP. No se implementaron ni evaluaron intervenciones como los círculos de diálogo propuestos, por lo que no hay evidencia sobre su efectividad real.

Tercero. La información proviene de entrevistas y grupos focales, es decir, de lo que los participantes dijeron. Esto puede llevar a subestimar conductas sensibles como el vapeo o prácticas sexuales, especialmente, cuando los estudiantes saben que profesores o padres están involucrados en el proceso.

Estas limitaciones son normales en estudios exploratorios IAP y no afectan la calidad metodológica de la investigación que usó triangulación de fuentes y alcanzó saturación teórica. Al contrario, posicionan este estudio como una base sólida para investigaciones futuras que:

- Repliquen el modelo IAP en colegios públicos colombianos de diversos contextos socioeconómicos.
- Evalúen los efectos de las intervenciones propuestas mediante diseños pre-post intervención.
- Combinen métodos mixtos e integren entrevistas con observación sistemática de conductas en contextos naturales.

De esta forma, el diagnóstico participativo realizado supera enfoques generales y ofrece aportes específicos para la Ley 2383 de 2024 y programas como LEE 2025, que tienen como fin el mejoramiento del bienestar adolescente.

Conclusiones

El presente estudio permitió comprender las conductas de riesgo psicosocial en la adolescencia desde una perspectiva cualitativa y situada con el propósito de evidenciar que dichas conductas no responden a factores aislados, sino a la interacción entre dimensiones relacionales, emocionales y contextuales propias del entorno educativo. La presión de pares, el uso intensivo de redes sociales, las dificultades en la regulación emocional y las brechas en la comunicación entre escuela y familia emergen como elementos centrales en la configuración de estas causas.

Los hallazgos ponen de relieve que las habilidades para la vida, particularmente las habilidades socioemocionales y sociales, son referentes analíticos para comprender los riesgos psicosociales en la adolescencia. Más que asumirlas como resultados medibles, el estudio las reconoce como procesos en construcción, estrechamente vinculados con las experiencias cotidianas de los adolescentes y con las condiciones institucionales que posibilitan —o limitan— sus avances.

Desde el enfoque de Investigación Acción Participativa, la investigación aportó insumos contruidos de manera colectiva con los actores educativos, lo que permitió visibilizar tensiones, necesidades y oportunidades de acción en el contexto escolar. En este sentido, los resultados subrayan la importancia de fortalecer espacios de diálogo, acompañamiento socioemocional y formación docente, así como la urgencia de diseñar protocolos claros y accesibles para la prevención y atención de conductas de riesgo.

Si bien el estudio no evaluó la implementación ni el impacto de una intervención psicoeducativa, sus hallazgos ofrecen una base empírica relevante para orientar el diseño de futuras estrategias preventivas contextualizadas, participativas y coherentes con los lineamientos de educación socioemocional. Finalmente, se recomienda que investigaciones posteriores profundicen en la implementación y evaluación de dichas estrategias en diversos contextos educativos, con el fin de ampliar la comprensión y el alcance de las acciones de cuidado y bienestar dirigidas a la población adolescente.

Referencias

- **Accinelli**, R. A., Lam, J., & Tafur, K. B. (2020). El cigarrillo electrónico: un problema de salud pública emergente. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(1). http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342020000100122
- **Alonso**, C., & Romero, E. (2021). Uso problemático de internet en adolescentes: Factores personales de riesgo y consecuencias emocionales y conductuales. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 12(2), 45–56. <https://doi.org/10.23923/j.rips.2021.02.046>
- **Alvarado** Romero, H. R., Córdoba, D. N., López, M. J., Villarraga, D., Ayala, J., Pinzón, J., Rodríguez, L., & Mondragón, E. C. (2021). Conocimiento del acoso escolar en una institución educativa de Ciudad Bolívar (Colombia). *Horizonte de Enfermería*, 32(3), 237–255. <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/01/1353290/2-42347-alvarado.pdf>
- **Álvarez** Aguirre, A. & Hernández Rodríguez, V. M. (2021). Comunicación entre padres e hijos adolescentes sobre conductas de riesgo a la salud. *ACC CIETNA: Revista de la Escuela de Enfermería*, 8(1), 99–105. <https://doi.org/10.35383/cietna.v8i1.569>
- **Álvarez** Marín, I., Pérez-Albéniz, A., Lucas-Molina, B., Martínez Valderrey, V., & Fonseca-Pedrero, E. (2022). Acoso escolar en la adolescencia: impacto en el ajuste socioemocional y conductual. *Revista de Psicodidáctica*, 27(2), 141–148. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2022.02.002>
- **Antony**, E. M. (2022). Framing Childhood Resilience Through Bronfenbrenner's Bioecological Model. *Cambridge Education Research Journal*, 9, 244–257. <https://doi.org/10.17863/CAM.90564>
- **Arango** Benítez, P. A., Orjuela Roa, C. H., Buitrago Roa, A. F., & Lesmes Martínez, Ó. M. (2024). Importancia de las habilidades socioemocionales en la educación: una revisión documental. *RHS–Revista Humanismo y Sociedad*, 12(2), e5/1–26. <https://doi.org/10.22209/rhs.v12n2a05>
- **Arias** López, L. L. (2022). Factores que influyen en la sexualidad de adolescentes que estudian medicina en una universidad privada, Cochabamba. *Revista Científica de Salud UNITEPC*, 9(2), 29–37. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2520-98252022000200029&script=sci_abstract
- **Assor**, A., Vansteenkiste, M., & Kaplan, H. (2022). Autonomy-supportive teaching in Latin American schools: Effects on adolescent motivation and risk behaviors. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 54(2), 89–102. <https://doi.org/10.14349/rlp.2022.54.2.03>

- **Banco Mundial.** (2024, noviembre 19). El "PISA" 2023 de habilidades socioemocionales: ¿Cómo están los adolescentes en América Latina? <https://blogs.worldbank.org/es/latinoamerica/habilidades-socioemocionales-como-estan-los-adolescentes-en-america-latina>
- **Brand, V. A. G., & García, L. E. G.** (2023). Adicción o uso problemático de las redes sociales online en la población adolescente: una revisión sistemática. *Psicoespacios*, 17(31), 1–22. <https://revistas.iue.edu.co/index.php/Psicoespacios/article/view/1511>
- **Braun, V., & Clarke, V.** (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- **CASEL.** (s. f.). What is the Casel Framework? Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. <https://casel.org/fundamentals-of-sel/what-is-the-casel-framework/>
- **CASEL.** (2023, 14 de diciembre). 2023 Social and Emotional Learning Year in Review. <https://casel.org/blog/2023-social-and-emotional-learning-year-in-review/>
- **Cortés Pérez, E., Maldonado Rangel, L. A., Murrieta Hernández, N. S., Rodríguez Caudillo, J. P., Zavala Aguilera, M., & Menchaca Rodríguez, R.** (2023). Consumo del cigarro electrónico en adolescentes y sus consecuencias. *Jóvenes en la Ciencia*, 21, 1–12. <http://repositorio.ugto.mx/handle/20.500.12059/9810>
- **Denzin, N. K.** (1978). *The research act: A theoretical introduction to sociological methods*. McGraw-Hill.
- **Díaz-Moreno, A., Bonilla, I., & Chamarro, A.** (2023). Comparación social negativa: La influencia de la ansiedad, la regulación emocional y el uso problemático de redes sociales. *Ansiedad y Estrés*, 29(3), 181–186. <https://doi.org/10.5093/anyes2023a22>
- **Education Endowment Foundation (EEF).** (2025, 20 de mayo). *Social and emotional learning*. <https://educationendowmentfoundation.org.uk/education-evidence/teaching-learning-toolkit/social-and-emotional-learning>
- **Franco, J. E. L., Garza, P. M. F., & Balderas, A. B.** (2025). Vapeo, la moda peligrosa: lo que debes saber. *Con Evidencia*, 5, 36–38. <https://conevidencia.cucs.udg.mx/index.php/conevidencia/article/view/77>
- **Gómez-Bonilla, M. A., López-Díaz, I., Lozano-Marulanda, S., & Asencio-Santofimio, H. A.** (2023). El vapeo como hábito de los adolescentes y jóvenes en Colombia: una revisión de la literatura. *Salutem Scientia Spiritus*, 9(4), 66–70. <https://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/salutemscientiaspiritus/article/view/1328>
- **González Londoño, A. C., Aguirre Rivera, J. C., Garzón Rendón, V., Zuluaga Mejía, D., & Restrepo Soto, J. A.** (2023). Habilidades sociales y salud mental en jóvenes estudiantes de técnica y tecnológica. *Psicología desde el Caribe*, 40(3). <https://doi.org/10.14482/psdc.40.3.923.894>
- **Kemmis, S. & McTaggart, R.** (1988). *The action research planner*. Deakin University Press.
- **Krueger, R. A. & Casey, M. A.** (2015). *Focus groups: A practical guide for applied research*. Sage Publications.
- **Kvale, S.** (1996). *InterViews: An introduction to qualitative research interviewing*. Sage Publications.
- **Laboratorio de Economía de la Educación (LEE).** (2025, 16 de octubre). Panorama nacional del desarrollo socioemocional: evidencias para fortalecer la salud mental en el sistema educativo. Pontificia Universidad Javeriana. *Informe análisis estadístico LEE*, 129. <https://www.javeriana.edu.co/recursosdb/d/lee/inf-129-indice-de-habilidades-socioemocionales-2023-lee-2025>

- **López Juárez**, M. I., Vargas Garduño, M. de L., & Gómez del Campo del Paso, M. I. (2022). Las habilidades para la vida en adolescentes y su fortalecimiento mediante un taller psicoeducativo. *Uaricha, Revista de Psicología*, 20(Monográfico), 30–42.
<https://www.revistauaricha.umich.mx/index.php/urp/article/view/642>
- **Maquera** Maquera, Y. (2022). Acoso escolar en adolescentes: revisión sistemática. *Revista de Nuñez*
- **Menéndez** Santurio, J. I., Fernández-Río, J., Cecchini Estrada, J. A., & González-Villora, S. (2021). Bullying, basic psychological needs, responsibility, and life satisfaction: Connections and profiles in adolescents. *Anales de Psicología*, 37(1), 133–141. <https://doi.org/10.6018/analesps.414191>
- **Morales-Múnera**, O. L., Cuéllar-Santaella, M., Galvis-Blanco, S. J., Mira-Morales, M., & Sánchez-Villa, S. (2024). Cigarrillos electrónicos y vaping en adolescentes: estado del arte. *Iatreia*, 37(2), 175–187. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/iatreia/article/view/352817>
- **Morales-Rodríguez**, M. & Díaz-Barajas, D. (2021). Prevención de conductas de riesgo en preadolescentes: Modelo de intervención para desarrollar habilidades psicosociales. *Revista Electrónica del Desarrollo Humano para la Innovación Social*, 8(15).
<https://cdhis.org.mx/index.php/CAGI/article/view/154>
- **Sandoval**, C. A. (2002). *Investigación cualitativa*. ARFO Editores.
- **Schoeps**, K., Postigo-Zegarra, S., Signorelli, A., Morganti, A., Lozano-Quilis, J. A., & Hoferichter, F. (2025). SEL4@II program for social and emotional development among European adolescents: a study protocol for a randomized controlled trial. *BMC psychology*, 13(1), 1318.
<https://doi.org/10.1186/s40359-025-03678-w>
- **Scoppetta**, O. & Villamil, A. (2023). *Uso de cigarrillos electrónicos y vapeadores en adolescentes de Bogotá, Colombia: Ponencia en el Evento Internacional de Salud Mental / Use of electronic cigarettes and vapers in adolescents in Bogotá, Colombia. The Journal of Concurrent Disorders*, 5(3), 98–108. <https://doi.org/10.54127/SJMQ8084>
- **SEP-Unicef**. (2025, 11 de febrero). *Habilidades para la vida*. Subsecretaría de Educación Básica, México. <https://educacionbasica.sep.gob.mx/habilidades-para-la-vida/>
- **Tong**, P., & An, I. S. (2024). Review of studies applying Bronfenbrenner's bioecological theory in international and intercultural education research. *Frontiers in psychology*, 14, 1233925.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1233925>
- **Uribe**, M. I. G., & Márquez, M. G. (2022). Clima social, familiar, escolar y conductas de riesgo en adolescentes. *Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*, 11(23), 231–258. <https://www.redalyc.org/journal/5826/582661258010/html/>
- **Valido**, A., Espelage, D. L., Hong, J. S., Rivas-Koehl, M., & Robinson, L. E. (2020). Social-ecological examination of non-consensual sexting perpetration among U.S. adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(24), 9477. <https://doi.org/10.3390/ijerph17249477>
- **Vélez** Pulgarín, M. A., Restrepo Patiño, N. A., Quirós Gómez, O. I. (2022). Apoyo familiar como factor protector de embarazo adolescente en Colombia. *CES SPE*, 1(2), 86–98.
<https://doi.org/10.21615/cesspe.7269>