

UNIVERSIDAD PANAMERICANA
Facultad de Humanidades
Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social



Daño psicológico provocado por el cutting en adolescentes
(Tesis de Licenciatura)

Elsa Yohana Zeceña Palma

Jutiapa, agosto 2019

Daño psicológico provocado por el cutting en adolescentes
(Tesis de Licenciatura)

Elsa Yohana Zeceña Palma

Licda. María del Rosario Sandoval Rivera (Asesora)

Licda. Claudia Nineth Hernández García (Revisora)

Jutiapa, agosto 2019

Autoridades Universidad Panamericana

Rector	M. Th. Mynor Augusto Herrera Lemus
Vicerrectora Académica	Dra. Alba Aracely Rodríguez de González
Vicerrector Administrativo	M.A. César Augusto Custodio Cobar
Secretaria General	EMBA Adolfo Noguera Bosque

Autoridades Facultad de Humanidades

Decano	M.A. Elizabeth Herrera de Tan
Vicedecano	M.Sc. Ana Muñoz de Vásquez

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala mes abril año 2019.

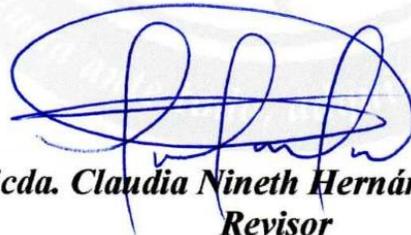
En virtud de que la presente Tesis con el tema: **“Daño psicológico provocado por el cutting en adolescentes”**. Presentada por el (la) estudiante: **Elsa Yohana Zeceña Palma** previo a optar al grado Académico Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.



Licda. Maria del Rosario Sandoval Rivera
Asesor

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala veintiocho de julio del año 2019.

*En virtud de que la presente tesis con el tema: “Daño psicológico provocado por el cutting en adolescentes”. Presentada por el (la) estudiante: **Elsa Yohana Zeceña Palma**, previo a optar al grado Académico de Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*



Licda. Claudia Nineth Hernández García
Revisor



UPANA

Universidad Panamericana
"Sabiduría ante todo, adquiere sabiduría"

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala mes de agosto del 2019. -----

*En virtud de que la presente Tesis, con el tema: **"Daño psicológico provocado por el cutting en adolescentes"** Presentado por el (la) estudiante: **Elsa Yohana Zeceña Palma** reúne los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, esta Decanatura extiende **Dictamen de Aprobación** previo a optar grado de Licenciatura en **Psicología Clínica y Consejería Social**, para que el (la) estudiante proceda a la entrega oficial en Facultad.*

M.A. Elizabeth Herrera de Tan
Decano
Facultad de Humanidades

Nota: Para efectos legales, únicamente el sustentante es responsable del contenido del presente trabajo.

Contenido

Resumen	i
Introducción	ii
Capítulo 1 Marco de Contextual	
1.1 Antecedentes del problema	1
1.2 Planteamiento del problema	3
1.2.1 Pregunta de investigación	4
1.3 Justificación del estudio	4
1.4 Alcances	5
1.4.1 Límites y limitantes	6
1.5 Objetivos	6
1.5.1 Objetivo general	6
1.5.2 Objetivos específicos	6
Capítulo 2 Marco Teórico	
2.1 Adolescencia	7
2.1.1 Adolescencia y familia	8
2.1.2 Autoestima y conductas autodestructivas en la adolescencia	10
2.2 El cutting	11
2.2.1 Autolesiones en adolescentes	14
2.2.2 Posibles causas y consecuencias	18
2.2.3 Relación entre autolesión, ansiedad y depresión	20
2.2.4 Conducta autolesiva en adolescentes: prevalencia, factores de riesgo y tratamiento	21
2.3 Tratamiento psicológico para adolescentes con problemas de automutilación	23
2.3.1 Técnicas de distracción para hacer frente a la autolesión	25
2.3.2 Personas que pueden ayudar al adolescente en la conducta autolesiva	25
2.4 ¿Cómo ayudar a los adolescentes a salir del cutting?	28

Capítulo 3 Marco Metodológico	
3.1 Método	31
3.2 Tipo de investigación	31
3.3 Nivel de investigación	31
3.4 Pregunta de investigación	31
3.5 Variables de investigación	32
3.6 Hipotesis	32
3.7 Análisis de factibilidad y viabilidad	32
3.8 Muestreo	32
3.9 Sujetos de la investigación	33
3.10 Instrumentos de investigación	33
3.11 Procedimientos	33
3.12 Cronograma	34
Capítulo 4 Presentación y discusión de la investigación	
4.1 Presentación de resultados	36
4.2 Discusión de resultados	38
Conclusiones	41
Recomendaciones	42
Referencias	43
Lista de tablas	
Tabla 1 Resultados	36

Resumen

Actualmente se ha observado en grupos diversos de adolescentes manifestaciones de conductas que desencadenan serios problemas, es por ello por lo, se pretende investigar, analizar y comprender los daños psicológicos que producen dichas conductas, que en algunos casos conducen al adolescente a la autolesión, el trabajo está dividido en 4 capítulos que permitirán al lector conocer los factores importantes de la autolesión.

En el Marco Contextual, se enfatiza sobre antecedentes del tema el cutting (corte) un término utilizado para comprender las autolesiones planteadas en casos clínicos específicamente con adolescentes y que cobro auge ante la aparición de culturas juveniles como los llamados emos que en un inicio destacaban por egocéntrico gusto musical, vestimenta y maquillaje, es por ello por lo que dicho capítulo se abordara dicha problemática cargada de muchos matices.

Se realiza el estudio en 8 estudiantes, grupo primario, sobre el tema de las autolesiones, factores o causas que las provocan, técnicas de abordaje, círculo de apoyo para el o los afectados. El Marco Metodológico, proporciona información sobre método e investigación cualitativa y las diversas variables de estudio, planteamiento de hipótesis.

Por último, la presentación y discusión de resultados que se han obtenido, en los cuales se observa en estudio y aplicación de instrumentos la existencia de adolescentes que han practicado la autolesión, en este apartado se menciona los factores o causas según lo informado por los sujetos de estudio. Así también, se dan a conocer las conclusiones y recomendaciones de dicha investigación.

Introducción

El daño psicológico provocado por el cutting o corte en adolescentes es un tema que ha generado una polémica en diferentes escuelas y colegios, por lo tanto, se realiza la investigación en el Colegio Evangélico Particular Mixto “La Palabra” ya que se ha llevado a cabo una observación sobre las conductas desadaptativas entre los adolescentes que estudian en dicho establecimiento. Se toman 8 estudiantes para llevar el estudio del caso para evaluar los daños, las causas, efectos y factores que llevan a los adolescentes entre 13 y 17 años a realizar una conducta autolesiva.

Las autolesiones a lo largo del tiempo han sido practicadas por personas de diferentes edades, en la que su autoestima se ve implicada a causa de los diferentes problemas que se manejan dentro de la familia, la falta de afecto o la falta de comunicación, son motivos que podrían derivar en algunos adolescentes sentimientos de desvalorización, por lo que se ven inclinados a realizar conductas perjudiciales para su vida. Esto hace mantener el interés profundo por la investigación del cutting o corte ya que afecta a los adolescentes la población más vulnerable.

Los objetivos que se pretenden alcanzar a lo largo del proceso del estudio incluyen el conocer los daños psicológicos que provoca el cutting o corte en adolescentes, analizar el impacto que provoca este flagelo, así como definir la problemática, identificar daños, para que con la información obtenida en el futuro se pueda establecer a su vez estrategias de contención al grupo de estudiantes evaluados, proporcionándoles ayuda psicológica individual o grupal, con el propósito de fortalecer autoestima en ellos, al mismo tiempo sensibilizar sobre las causas devastadoras. Siendo prioridad brindar herramientas a padres de familia o maestros con el objetivo de ayudar a los adolescentes a prevenir o superar esta problemática de forma generacional.

Capítulo 1

Marco Contextual

1.1 Antecedentes del problema

De acuerdo con la aportación de Tabares (2017):

Desde la época de la biblia ya se hablaba de la autolesión, en Marcos 5:1-20 se habla de “El endemoniado gadareno” como un hombre de espíritu inmundo poseído por una legión de demonios que “siempre, noche y día, andaba entre los sepulcros y en los montes dando gritos e hiriéndose con piedras”, puede verse en este apartado bíblico que para esta época se pensaba que los demonios eran los causantes directos de las autolesiones.(p. 18)

Por lo tanto el origen de las autolesiones proviene desde tiempos muy antiguos, lo anterior hace referencia hacia conductas que pueden intervenir en la forma de pensar de los seres humanos. Dentro de las escrituras de la palabra de Dios, la biblia, se da a conocer aun en la forma en la que un ser humano puede llegar a causar daño a su cuerpo, sin tener el control de su mente, dejando dominarse por pensamientos negativos.

Tabares (2017) aporta que:

En la edad media, se practica el ascetismo que era una doctrina filosófica y religiosa el cual tenía como fin purificar el alma mediante una vida con dolor físico, abstinencia a los placeres materiales y sexuales, la religión católica adoptó muchas posturas ascéticas, obligando a los sacerdotes a llevar una vida mortificante, llena de privaciones y penitencia. Los ascetas medievales se autolesionaban realizando una clase de imitación de los padecimientos de Cristo, por lo que la autolesión para esta época se daba como una representación y la búsqueda de la santidad y unión con Dios. (p. 18)

Con base a lo anterior durante la edad media se consideraba como práctica filosófica, lo cual hace una asociación sobre la purificación del alma, lo cual se relaciona a una acción religiosa, misma que promovía llevar una vida consagrada encausada a la búsqueda de la aceptación de Dios.

Algunos escritores como Menninger & Tabares (2017) explican:

Los significados de la automutilación, lo distingue como rituales de la pubertad en enfermedades como el autismo, psicótico como la esquizofrenia y el neurótico que para Menninger ubicaba los jóvenes que se autolesionan y que muchas veces son aceptadas por la sociedad como los tatuajes, piercing y otras prácticas autodecorativas, hasta los años ochenta intentaron elegir un solo nombre o concepto para este tipo de prácticas ya que se utilizaba terminología muy variada como: autolesión, automutilación, parasuicidio, violencia autoinflingida, etc. y en inglés: self- injury, self-harm, self-damage, self-agresion, self-destruction y self-mutilation. (p. 20)

Por lo tanto, se da a conocer que una de las etapas más afectadas es la adolescencia y ha generado un fenómeno de aceptación ante la sociedad, se ha visto como una conducta influyente, y no se ha hecho lo necesario para prevenir. Es importante que toda persona profesional en psicología, o educación brinde toda la ayuda necesaria, y el interés por abordar temas como las autolesiones.

Autores como Martí & Tabares, (2017) indican:

El cutting empezó a incrementarse gracias a la aparición de culturas juveniles como los emos (abreviación del término emocional) que surgen a mediados de los años ochenta y los denominados góticos que surgen a finales de los setenta, en España e incluyen un estilo y una filosofía de vida que más allá de grupo musical o vestimenta encuentran otro sentido al suicidio y a la muerte, además por la aparición de diferentes grupos musicales como Mychemical romance, Marilyn Manson o the manic Street preachers, entre otros, que en las letras de las canciones hacían elogios a la autolesión. (p. 20)

Como segunda instancia el destape público de muchos famosos que se autolesionaban como lo fueron la princesa Diana de Gales, Fiona Apple, Angelina Jolie, Drew Barrimore, Christina Riccie, Colin Farrell, Johny Deep y Amy Winehouse y en tercer lugar pone el destape de la intimidad de personas que a finales de los noventa empiezan a dar relatos y testimonios en todo tipo de revistas y canales de televisión de hombres y mujeres que reconocen la autolesión, cuentan la historia personal y por qué lo hacían y la capacidad de superación de cada uno, según lo indicado por Martí en el año 2010. (Tabares, 2017, p. 20)

De acuerdo con lo anteriormente descrito el tema del cutting, a lo largo del tiempo ha generado una gran influencia provocando serios conflictos personales, interpersonales en la vida de los individuos que lo practican. Esto hace hincapié sobre la importancia de abordaje sobre el tema a desarrollar para dar a conocer estrategias de prevención a lo largo del proceso de trabajo de campo.

1.2 Planteamiento del problema

La adolescencia es una de las etapas más hermosas y a la vez, una de las más vulnerables por la que atraviesan los jóvenes, ya que los cambios emocionales los pueden llevar a probar “modas” peligrosas como el cutting. Esta práctica, también llamada risuka o self injury, consiste en cortarse la piel con algún objeto afilado generalmente en los brazos y muñecas, con el objetivo de provocar sufrimiento físico para sentir “placer” emocional. De acuerdo con algunas organizaciones, los jóvenes, de entre 12 y 25 años, que realizan este tipo de actos son aquellos que padecen estrés, depresión, aislamiento, soledad y ansiedad. Por lo cual surgen muchos daños psicológicos a través de esta práctica. (González, 2017, p. 1)

Por lo tanto, se ha tomado la iniciativa de proveer una ayuda psicológica a adolescentes del establecimiento del Colegio Evangélico Particular Mixto La Palabra, a través de la investigación científica y cualitativa sobre el tema del cutting, ya que es un riesgo que se ha producido por varios factores en la mayoría de las niñas de 13 años de dicha institución. Con los estudios realizados se pretende incrementar el nivel de autoestima, cambios positivos entre otras actitudes,

que generen el desarrollo de nuevo aprendizaje, que aborden directamente pensamientos negativos en la vida de los alumnos afectados por este flagelo.

1.2.1 Pregunta de investigación

¿Cuál es el daño psicológico provocado por el cutting en adolescentes?

1.3 Justificación del estudio

Hoy en día los adolescentes están siendo influenciados debido a la exposición de diferentes medios sociales, los cuales están provocando una serie de conductas que perjudican la vida de estudiantes dentro de los diferentes establecimientos. Por lo tanto, se ha generado buscar estrategias de orientación y prevención que permitan a los adolescentes tomar las mejores decisiones en la etapa que enfrentan en su diario vivir.

El DSM-5, (2014) hace referencia que:

Las autolesiones se comprenden como acciones que el sujeto inflige de forma superficial, aunque dolorosa, provocada al propio cuerpo de manera repetida. El objetivo habitualmente es reducir las emociones negativas como la tensión, la ansiedad y el autorreproche, o resolver una dificultad interpersonal. En algunos casos, la lesión se concibe como un autocastigo merecido. El individuo a menudo refiere una sensación de alivio inmediato que tiene lugar durante el proceso. Cuando el comportamiento aparece con frecuencia, puede asociarse con una sensación de urgencia y de ansias, ocasionando un patrón de comportamiento que se asemeja a una adicción. Las heridas infligidas pueden hacerse más profundas; y más numerosas. (p. 804)

Por lo tanto, el cutting se caracteriza por la conducta que conduce al individuo a hacerse continuos cortes en la piel de los brazos, muñecas, piernas, abdomen o muslos de modo intencionado sin la finalidad de atentar contra su vida y que en muchas ocasiones se termina convirtiendo en adicción.

Es un grito silencioso de ayuda ante el problema evidente de control de impulsos, liberarse de un dolor emocional, por problemas familiares, cabe mencionar por problemas de ansiedad, lo que hace referencia, que la etapa del adolescente suele ser una edad complicada donde la rebeldía es manifiesta y el joven se apodera de su propio mundo, sus emociones y sentimientos se tornan muy complicados por lo que deciden actuar con una conducta negativa que pone en riesgo su propio cuerpo.

Por lo tanto, en esta investigación se pretende dar a conocer los daños y factores que presentan los adolescentes ante esta crisis de problema que son las autolesiones, sobre todo las estrategias abordadas ante tal conducta. Considerando un tratamiento psicológico para los casos que se estudiarán.

1.4 Alcances

Ámbito geográfico; hace referencia al punto específico sobre la investigación y realización misma que se llevó a cabo en el municipio de Monjas, Bo. La Ceibita, Departamento de Jalapa.

Ámbito institucional; enfocado a grupos de adolescentes de primero, segundo y tercero básico, de una institución privada.

Ámbito personal; en el ámbito personal, involucra a 8 adolescentes de edades comprendidas entre los 13 y 17 años.

Ámbito temporal; en cuanto al ámbito temporal, se abarcará alrededor de tres meses comprendidos entre junio a octubre del 2018

Ámbito temático; en relación con el ámbito temático, el mismo abordará el cutting, estudio sobre daños psicológicos en las adolescentes de primero, segundo y tercero básico del Colegio Evangélico Particular Mixto “La Palabra”

1.4.1 Límites y limitantes

Una limitante importante fue establecer una comunicación eficiente con los adolescentes afectados. A su vez, con la implementación de estrategias para adolescentes, se promovió un avance de modificación de conductas, que derivaron al grupo afrontar miedos y temores. Con la investigación realizada sobre los daños psicológicos del cutting en adolescentes, se orienta a otros adolescentes para prevenir esta conducta que perjudica la vida de quienes lo practican.

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo general

Analizar los daños psicológicos provocados por el cutting en los adolescentes sujetos de estudio.

1.5.2 Objetivos específicos

- Definir la problemática del cutting
- Identificar el daño psicológico que provocado por el cutting en adolescentes
- Establecer estrategias sobre el daño provocado por el cutting en adolescentes

Capítulo 2

Marco Teórico

2. 1 Adolescencia

A lo largo del desarrollo de cada ser humano, la etapa de la adolescencia sin duda alguna es un proceso por el cual se obtienen conductas positivas que generan grandes aprendizajes en la vida, al mismo tiempo momentos negativos que llevan a tomar muy malas decisiones. El adolescente tiene su forma de ser, de pensar y actuar como todo ser humano, empiezan los cambios de desarrollo por lo que esto tiende a confundirlos.

El Ministerio de Salud de Chile, (2011) menciona que:

El Periodo de la Adolescencia comienza aproximadamente a partir de los 13 – 14 años. Al término adolescencia le damos más bien el sentido de transformación psíco-afectiva, cognitiva y social, que se da en el ser humano y no sólo a causa de su proceso de maduración sexual, sino de muchos otros factores. (p. 9).

Por lo cual es una etapa en la que se puede desarrollar muchas áreas, la adolescencia es un proceso de madurez en el que se presentan diferentes dificultades que pueden tomarse decisiones que ponen en riesgo la vida de las personas. Sin embargo es fundamental orientar a los adolescentes a seguir un buen camino, motivarlos, enseñarles valores de autonomía, y ofrecerles ayuda en lo que deseen. Es en esta etapa donde se enfrentan a un proceso difícil, en el cual surgen pensamientos, sentimientos e ideas de poder establecer diferentes contactos con el género opuesto, pueden surgir desalientos por no tener la aprobación de quien se interesan emocionalmente.

Para Lake, (2011) “La adolescencia es una etapa llena de oportunidades para los y las niñas, exige nuestro compromiso con su desarrollo durante la primera década de sus vidas, para ayudarles a superar los peligros y las vulnerabilidades, y prepararlos para alcanzar todo su potencial”. Lo descrito anteriormente es una edad en la que se puede disfrutar y

esforzarse en todo que se pretende alcanzar, más sin embargo el peligro en esta etapa puede darse en los adolescentes a través de las decisiones que tomen a diario. (p. 2)

La adolescencia es una etapa muy especial en la cual se aprende a ser más maduro en la toma de decisiones, más sin embargo no todos cuentan con esta característica, surgen diferentes situaciones que pueden llevar a los adolescentes a tomar serias decisiones conflictivas, por lo tanto, es necesario buscar estrategias que le permitan desarrollar habilidades sociales y creativas que no perjudiquen su bien estar.

2.1.1 Adolescencia y familia

La familia juega un papel importante para la etapa de la adolescencia, ya que es en el seno de la familia que se construyen valores y principios que promueven el desarrollo de un estado psicológico de bien estar. Dentro de la familia pueden orientarse a ser personas exitosas, o al contrario sentirse desvalorizados y fracasar en todos los ámbitos de la vida, por lo tanto, el grupo de apoyo primordial es la familia.

Para Díaz J. & Hurtado C. (2015) mencionan que:

La familia constituye el principal contexto para la comunicación y el aprendizaje. Estos procesos se interrelacionan de forma dinámica, así a través de la comunicación adecuada se facilita oportunidades educativas y se favorece la comunicación entre los integrantes de la familia y con las demás personas. (p. 21)

Es necesario un ambiente familiar agradable para que los y las adolescentes puedan obtener una comunicación integral adecuada. En nuestra actualidad el mayor porcentaje de familias desintegradas ha sido a causa de una comunicación inadecuada, por lo tanto, estas situaciones pueden generar en los adolescentes conductas que perjudican su estado emocional y familiar.

La adolescencia, pueden ser una etapa en la que se manifiestan conductas negativas, derivando actitudes agresivas estimuladas por modos de comunicación disfuncionales, como el autoritario y el permisivo, caracterizado por no existir un equilibrio entre las funciones afectivas, informativas y educativas de la comunicación, y el intercambio se hace de manera unidireccional sin tener

claridad en el mensaje que se emite. Los estilos comunicativos guardan estrecha relación con los métodos educativos que se utilizan. (Díaz y Hurtado, 2015, p. 21)

Se debe considerar que la comunicación es un tema muy importante, tanto dentro del seno familiar, como en cualquier otra área social, para establecer vínculos afectivos, y agradables. El intercambio de comunicación entre el emisor y receptor se considera muy importante para establecer un contacto positivo.

De manera que el entorno familiar es la cimiento para fomentar e incrementar la esencia de un bienestar saludable dentro de las personas que nos rodean como también psicológicamente, el adolescente crece y es formado a través de los valores y principios, es una esponja y absorbe todo y continua con el mismo patrón de crianza.

Sánchez y otros (2016) indican que:

En la adolescencia pueden surgir problemas, dando inicio en el seno familiar, al no tener una adecuada relación o aceptación de los padres o cuidadores, por lo que el individuo comienza a generar pensamientos tales como no vale nada o percibir que ante su nacimiento es una desgracia, a su vez que no es querido, ni merecedor de la vida, a esto le continúa, el trato que recibe en el centro educativo, en donde le toca convivir en algunos casos con compañeros agresivos o aquellos que excluyen a los que según su visión o creencia, no pertenecen a su círculo, comienzan a agredir física y verbalmente al individuo y aunque al principio éste no preste mucha atención a los insultos, con el paso del tiempo se vencen sus defensas y su autoestima comienza a disminuir. (p.5)

La familia es la base de la sociedad, en la que se encuentra todo el afecto que se necesita desarrollar a lo largo de la vida, sobre todo que gocen de un bienestar, pero al romperse la cadena de un control emocional, pueden existir problemas conductuales dentro de la adolescencia, que a lo largo de su mal estar emocional y psicológico intenten actuar de una manera desagradable, mal influenciados por terceras personas, e incrementen su nivel de angustia, tristeza, y síntomas que pueden afectar su salud mental y física.

2.1.2 Autoestima y conductas autodestructivas en la adolescencia

Durante la etapa de la adolescencia se desarrolla la autoestima, por lo que depende de su buen o mal concepto de sí mismo puede generar pensamientos negativos o positivos. La necesidad de afecto dentro de la familia es de mucha importancia por lo cual es necesario ofrecer los diferentes sentimientos hacia los adolescentes para que su autoestima sea adecuada. A lo largo de la adolescencia se puede desarrollar un nivel de autoestima bajo o alto, sin embargo, las diferentes situaciones que se presentan pueden generar una pérdida de desinterés que perjudica el futuro del adolescente.

Sánchez S. (2016) aporta que:

La autoestima es una actitud interna que se manifiesta en las relaciones personales, este concepto se divide en dos; auto y estima que significa valor de una persona. Cada individuo debe buscar un equilibrio para que su estima siempre se encuentre estable a través de frases positivas, transmitir alegría, sonrisas y armonía a los demás. (p. 12)

Por lo tanto, la autoestima es el medio por el cual un adolescente busca su identidad personal, el cual al ser un medio negativo que provoca pensamientos de aislamiento y descontrol emocional, puede ocasionar una conducta autodestructiva hacia sí mismo. Es frecuente que, dentro del país de Guatemala, se observen conductas de adolescentes, que han sido influenciados por otras personas, provocando un patrón conductual que afecta al entorno completo al que pertenecemos, viéndose en una gran problemática la falta de interés y respeto hacia los valores y principios morales y espirituales.

Una conducta desadaptativa es provocada por una serie de situaciones dolorosas que durante el lapso transcurren, durante la etapa de la adolescencia, los factores que intervienen en esta clase de conductas autodestructivas son todas aquellas que presentan un nivel de inferioridad y desesperanza hacia el crecimiento intelectual, y emocional, por lo que se ve afectado su pensamiento sobre el valor de la vida.

Una conducta afectada por una serie de factores de adicción puede provocar serios daños emocionales en los adolescentes, las autolesiones pueden ocurrir constantemente, provocadas por sentimientos de culpa o la falta de afecto dentro de la familia. Por lo tanto, es necesario que, dentro de la familia, mantengan una relación afectiva agradable, las conductas autolesivas son efectos de malas relaciones.

Herrero (2009), citado por Sánchez (2009), plantean la interrogante; ¿Qué es una conducta autodestructiva? en la revista Plenilunia, explica que es la acción que el individuo realiza para poner en riesgo su vida, estas conductas pueden ser de manera directa o indirecta, la directa él tiene como principal objetivo causarle undañó a su salud, el más claro ejemplo sería el suicidio, al contrario se habla de conductas indirectas, no contemplan la muerte sino solo buscan un auto castigo, que lentamente los llevaría a la muerte, así como el tabaco, alcoholismo y drogas. (p. 7)

En términos generales una conducta autodestructiva es un riesgo en la vida de los adolescentes, que puede ser un obstáculo para un estilo de vida saludable en un entorno familiar y dentro del entorno en el que se vive. Si los adolescentes no encuentran un apoyo eficaz en su vida que le brinde estrategias de cambios, este puede verse afectado en todas las áreas de su diario vivir.

2.2 El cutting

La adolescencia es una etapa donde el desarrollo integral del ser humano se ve afectada por diferentes factores y situaciones que pueden causar un desequilibrio emocional, siendo los adolescentes la población más afectada con una gama de problemas personales y familiares. Estos problemas generados por diferentes causas llevan a los adolescentes a tomar decisiones incorrectas, y practicar conductas desequilibradas a lo largo de su vida.

Para Tabares, (2017)expone que:

Cuando se habla de cuttingmuchas personas piensan en depresión, soledad, baja autoestima, trastorno mental y en adolescentes se lo han atribuido al contagio y a un modo de llamar la atención, pero se tiende a carecer de información de los procesos cognitivos que se llevan a cabo a partir de la experiencia de las personas que lo padecen. (p.13)

Por lo tanto, se da a conocer que este tema se encuentra con un gran interés por ser muy frecuente dentro del entorno guatemalteco, sin embargo, es poco expresado o identificado, es por ello que se justifica lo expuesto con anterioridad, se podría suponer que esto se debe al temor por parte de los afectados, a enfrentar el fondo del proble que genera el cutting.

Acero (2015) refiere que:

Cutting son continuos cortes en la piel que se realizan de manera intencional, sin el propósito de atentar contra su vida, en muchas ocasiones estos cortes se convierten en adicción. Es un grito de ayuda y no deben subestimarse las consecuencias, debemos tener presente que se trata de un problema con el control de los impulsos, es decir una incapacidad para resistirse a actuar frente a los pensamientos agresivos que aparecen de manera repetitiva y/o repentina. (p.6)

Por lo general, los adolescentes buscan formas en las cuales llaman la atención de una forma estratégica que les permita ser reconocidos por su conducta negativa que presentan ante las diferentes situaciones que enfrentan.Se da a conocer que el inicio de una conducta autolesiva puede desenfrenar un patron de comportamiento que se ve afectado el bienestar fisico mediante heridas que le producen un desahogo emocional.

Según Tabares, (2017) menciona que:

Los cortes en la piel funcionan como un calmante, al realizarlos se liberan endorfinas que son sustancias (péptidos opioides endógenos) que produce nuestro cuerpo de forma natural para minimizar el dolor proporcionando y producir una sensación de bienestar; es decir, el cerebro libera endorfinas que ayudan a calmar y energizar al cuerpo.

El dolor pasa de ser emocional a físico, para la persona que lo hace es satisfactorio, pero sólo por un tiempo pues el dolor físico desaparecerá un rato mientras que el dolor emocional se seguirá sintiendo al menos hasta que se de tratamiento terapéutico al conflicto que lo está generando. (p. 30)

Por lo contrario, los cortes en la piel pueden afectar gravemente a las personas que lo practican, el dolor les provoca una sensación de satisfacción que, si se incrementa el nivel de adicción, puede continuar con la conducta, sin darse cuenta de que el dolor emocional seguirá siendo un serio conflicto. Esta conducta es practicada por la mayor parte de adolescentes, que buscan formas de liberarse de diferentes emociones y sentimientos, más sin embargo la influencia de terceras personas puede ser un desencadenante, el cutting tiene un funcionamiento en el cuerpo de las personas que realizan cortes en su propio cuerpo.

De acuerdo con lo que refiere Morante, (2016) menciona que:

El cerebro libera un analgésico natural cuando algo nos hace daño; el cutting lo libera direccionando la atención de un tipo de dolor a otro ocasionando compulsión de cortarse nuevamente en busca de esa liberación. Heridas físicas; las del alma, más profundas. Estas lesiones, no ponen en riesgo la vida, pero puede llegar a ser una alerta de intento de suicidio. (p. 28)

El cutting es una forma en la que los adolescentes utilizan para liberarse del dolor y aunque no provoquen heridas profundas es un acto del cual se debe tomar en cuenta para prevenir riesgos en el entorno. Es importante mencionar que cortarse puede ser un intento de aliviar esa tensión extrema. Para algunas personas, parece ser una forma de sentir que tiene el control. Es frecuente en estos adolescentes escuchar que se sienten que no encajan en la vida o en su familia o con sus amigos, que se sienten solos, deprimidos, ansiosos y con un gran vacío.

Otro aspecto que se debe conocer, diagnosticar adecuada y oportunamente es cuando el Cutting puede estar asociado a una patología como la depresión, el trastorno bipolar, los trastornos de la conducta alimentaria, el pensamiento obsesivo o el comportamiento compulsivo (cortarse puede dar lugar a un hábito) y se puede convertir en una conducta compulsiva. (Díaz J. &Hurtado C. 2015, p. 23)

La conducta autolesiva puede estar acompañada de problemas que pueden perjudicar la vida de quienes lo practica, problemas depresivos y comportamiento compulsivo en los cuales se debe de implementar estrategias que permitan a los adolescentes, una manera de pensar diferente, una forma de actuar ante las situaciones que enfrenta, fomentar una autoestima adecuada que superen a lo largo de un proceso que transforme su vida.

2.2.1 Autolesiones en adolescentes

Una de las etapas más difíciles de todo ser humano, es la adolescencia, pero sin duda alguna es en edad en la que se pueden experimentar diferentes emociones y conductas deliberadas, pero al no saber manejar esta clase de emociones y sentimientos los adolescentes se encuentran entre la espada y la pared, por lo tanto empiezan a desarrollar emociones negativas que pueden perjudicar su vida.

Las autolesiones son consideradas como: la conducta "autodestructivas" o como una forma de gestión emocional, según lo propuesto por Chapman, y otros, (2006), así como Nock en el año (2008), citados por Gómez (2015). Sin embargo, si bien gran parte de la casuística se corresponde con alguna de estas concepciones, no siempre es así. Otros autores añaden a este enfoque un componente adicional de "comunicación del malestar", por el cual la autolesión también cumpliría una función social de petición de ayuda. (p.24)

Son conductas autodestructivas provocadas por diferentes emociones, la forma de no poder cargar o controlar sus propios errores o angustias, el no desahogar el dolor que genera tristeza en sus vida. Para la mayoría de adolescentes es normal practicar conductas que les producen dolor,

cada día se incrementa el nivel de conductas negativas en los diferentes establecimientos educativos.

Para el autor Ruíz (2017), las autolesiones, nombradas también automulitaciones, se han definido como conductas que insitan directamente a autodestruirse así mismo, provocando daño tisular directo, lo cual podría decirse que en su más grande consecuencia esta el desarrollo de afecciones psíquicas en las personas que lo practican. (p. 01)

Por lo tanto, es importante conocer la etapa de la adolescencia, ya que a través de los cambios que surgen pueden producirse las autolesiones, como un patrón que fue desencadenado por diferentes sentimientos negativos que no son controlados por la mayor parte de adolescentes. La influencia de terceras personas, compañeros de estudios, amigos, o dentro de las redes sociales, pueden estar involucradas en las acciones negativas que realizan los adolescentes.

Para Ávila M. & Pachar M. (2016) menciona que:

El tema de las autolesiones debe ser tratado con especificidad si se ubica la aparición de este fenómeno durante la época de la adolescencia, debido a que esta etapa del desarrollo humano posee características concretas que se relacionan con el despertar del niño a la vida adulta. (p. 14)

De tal manera que esta conducta influye en la vida de los adolescentes, dejando marcas en su diario vivir. A través de los cortes que se realizan surgen diferentes sentimientos que les produce un dolor y a la vez una satisfacción, pero no se dan cuenta del daño profundo que se provocan hacia ellos mismos, y el daño que le hacen a quienes le rodean, es cuando logran dejar esta clase de conducta que despejan su mente y se dan cuenta del error en el que se encontraban.

Así mismo Zaragoza J. (2017) refiere que:

Las conductas autolesivas constituyen un importante problema de salud pública. Desde mediados de 1960 se ha observado un aumento en el número de adolescentes que se autolesionan, en algunos casos, durante el padecimiento de cuadros psiquiátricos bien definidos, como por ejemplo en síndromes depresivos o trastornos de la conducta alimentaria;

sin embargo, son muy escasos los estudios sobre conductas autolesivas en el ámbito de la pediatría y adolescencia en nuestro medio, hasta tiempo muy reciente.(p.1)

Al transcurrir el tiempo, el tema de las conductas autolesivas ha venido afectando a la humanidad desde tiempos atrás, y de acuerdo con los diferentes porcentajes que se realizan a diario el incremento de los cortes en la piel aumenta cada vez más. Por lo tanto, esta práctica en la vida de las personas puede ser una forma en la que se puede obtener alguna satisfacción momentánea, sin duda alguna a lo largo del tiempo, es una forma de desahogo emocional que produce dolor, sin embargo, la influencia de amigos o incluso la familia, puede estar provocando esta clase de conductas en los adolescentes.

De acuerdo con el autor Ortiz, (2016):

Existen tipos de automutilación que son cortes, quemaduras, golpes y rasguños. Por lo tanto, las diferentes maneras que pueden utilizar los adolescentes varían, y mientras más dolor ellos sienten, su necesidad de satisfacer las heridas en su cuerpo se va incrementando. La conducta puede generar serios conflictos emocionales y conductuales en la vida de los adolescentes, y esto generará la frecuencia de pensamientos de baja autoestima, y un descontrol en sentimientos. (p. 41).

Para el escritor anterior la conducta autolesiva no solo son los cortes, refiere que algunos también utilizan fuego, y golpes contra su propio cuerpo, generándose dolor y heridas profundas, esta clase de conductas en los adolescentes puede ser perjudicial para su futuro, creando inseguridad, y un descontrol emocional en cada una de sus áreas. Por lo tanto, es necesario tomar todas las medidas posibles evitando esta conducta.

Pont y Sauch (2011), citado por Sánchez (2016) explican:

Que las autolesiones, así como las automutilaciones, frecuentes en situaciones límite, o de desborde personal, son actos en los que el adolescente se infiere un daño corporal a si mismo esto sucede a menudo en personalidades borderline o con trastornos graves de la personalidad cuyo yo, esta poco definido y diferenciado del otro.(p.31)

Esta clase de conducta perjudica psicológicamente a los adolescentes, causándose varias heridas profundas que pueden manifestarse a través de la agresividad, baja nivel de rendimiento académico, conflictos en los centros educativos, tanto con maestros y compañeros, descontrol en sus emociones y sentimientos, y problemas con la justicia en muchos casos. Se considera que existe una clasificación por la cual se puede evaluar esta clase de conducta.

Según el Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos de Madrid, España, (2012) menciona que:

Las autoagresiones más comúnmente observadas son los cortes y magulladuras en las extremidades y abdomen, producidos con objetos cortopunzantes, también escoriarse la piel hasta sangrar, quemarse o introducirse objetos subdérmicos. Debe destacarse que lo más frecuente es el uso de múltiples y distintos métodos en cada ocasión. Se describe que las mujeres muestran preferencia por cortarse superficialmente los antebrazos, mientras que los hombres optan por golpearse o quemarse las extremidades. Clasificación de las formas de presentación clínica incluyen; conductas autolesivas mayores, conductas autolesivas estereotipadas, conductas autolesivas compulsivas, conductas autolesivas impulsivas.(p.2)

Las conductas autolesivas pueden tener un alto nivel de riesgo, dependiendo el uso de herramientas con la que la mayoría de los adolescentes se provocan las heridas, pueden ser ocasionadas por placer en la mayoría de las personas, como también conductas que los lleve a determinar un suicidio en sus vidas, más sin embargo el porcentaje de conductas, se nos da la referencia que es una influencia o moda.

Por lo tanto, es importante conocer cómo la conducta autolesiva, genera serios conflictos en la vida de los adolescentes que la practican, cada cierto tiempo influye en gran manera la forma de pensar y actuar en el diario vivir. Se describen seis grupos de motivos para que alguien se autolesione: “Recuperar la necesidad de atención, 2. Para castigarse, 3. Para evadir un malestar emocional, 4. Como conducta para-suicida, 5. Para asumir un control sobre situaciones que sobrepasan a la persona, 6. Por sentimientos de vacío crónico”.(Sánchez y otros. 2016, p.5)

Existen varios motivos que llevan a la mayoría de los adolescentes a practicar conductas autodestructivas, para esto es necesario obtener la información necesaria para desarrollar estrategias de afrontamiento, esta conducta tiene diferentes funciones que son: “primero la regulación de la emoción, segundo autocastigo, tercerocomunicar el dolor, cuarto asegurar y afirmar el sentido de sí mismo, como quinto punto tratar de ejercer influencia en otros, sexto estrategia antidisociación y séptimo estrategia anti suicida”.(Acero. 2015, p. 26)

Por lo tanto, es necesario enfocarse en estas conductas, para prevenir acciones que perjudican la vida de los adolescentes, la influencia de estos actos cada vez se incrementa, aunque no es considerado que lleguen a un alto nivel de suicidio, sin embargo, es importante tomar en cuenta la problemática que presenta la práctica de conductas autolesivas en los adolescentes.

Torres, B. (2011) menciona que:

La automutilación es mal entendida con frecuencia. Se diferencia del suicidio y de los gestos suicidas en que no hay un intento de quitarse la vida, en vez de eso es un acto que se practica con el fin de aliviar un dolor interno o emocional, una preocupación, tensión o ansiedad.(p. 36)

De acuerdo con lo anteriormente descrito, no toda conducta autodestructiva, tiene como fin el suicidio, sin embargo, es necesario tomar las medidas necesarias ante esta situación actual. La información sobre este tema es de suma importancia, ya que es una conducta que pone en riesgo la autoestima, las emociones y sentimientos en los adolescentes, por lo tanto, la prevención y detección del cutting debe detectarse lo más pronto posible.

2.2.2 Posibles causas y consecuencias

La conducta autolesiva en adolescentes puede ser un factor que proviene de causas que generan grandes consecuencias emocionales y físicas en la mayor parte de adolescentes que lo practican. Los diferentes problemas que hoy en día son causados por esta conducta, son la desintegración familiar y la falta de afecto por parte de padres hacia sus hijos, los sentimientos y emociones que provocan en terceras personas en la vida de los adolescentes y entre otros problemas que surgen a lo largo del desarrollo de estos.

De acuerdo con lo referido por Acero (2015):

Dicho autor enfatiza que existen causas subyacentes ante esta clase de conductas, destacando lo siguiente: “Trastorno depresivo mayor, desorden de ansiedad generalizada, trastorno de estrés postraumático. El resultado final de trauma es la invalidación del sentido de sí mismo, en el que el individuo se convierte en “un cuerpo en busca de consuelo”. (p. 24)

Por lo tanto, una conducta autolesiva puede ser llevada a cabo por diversas causas que perjudican a los jóvenes, siendo esas acciones un factor que genera el trauma, el cual a largo plazo son perjudiciales en la vida del adolescente, con consecuencias serias a nivel psicológico. Es por ello, que dentro de la juventud surgen algunos trastornos conductuales, que provocan un deterioro en la persona.

Así mismo, se evidencia la existencia de factores desencadenantes entre los que se mencionan el abuso sexual, maltrato infantil, abandono afectivo (el cual hace alusión a la ausencia psicológica de ambos padres), divorcio, conflictos familiares, problemas emocionales enfocados a la orientación sexual, presiones de la vida cotidiana (en lo social, académico, económico, etc.), presiones por la imagen corporal, tendencia a la impulsividad, baja autoestima, todos estos datos deben ser considerados en la problemática de estudio.

Los factores que ocasionan estas conductas son efectos de problemas personales y familiares, mediante los cuales los conflictos emocionales son los que tienen un gran riesgo en los adolescentes, las heridas físicas quedan como una señal del sufrimiento que enfrentaron en su etapa. Muchos profesionales podrán identificar serias consecuencias en la conducta de las autolesiones, por lo tanto, es importante tomar en cuenta este problema.

Para Ortiz (2016) las consecuencias que puede traer el cutting son:

El daño físico es irreversible, ya que las cicatrices difícilmente serán borradas; ahora, cortarse únicamente aminora la carga emocional, pero no soluciona nada, si esto no se detiene a tiempo, puede llegar a causar la muerte, en el peor de los casos, sin olvidar que pueden llegar a infectarse, si se cortan con algún objeto oxidado o contaminado.” (p.42)

Las cicatrices que deja el fenómeno del cutting, podría afectar el área emocional y física a lo largo de los años en el que se desarrollan los adolescentes, por lo tanto, es indispensable dar información sobre este tema, en el cual se pueda brindar toda la orientación posible para concientizar a todas las personas. Se ha escuchado muchos jóvenes que dan su testimonio sobre las consecuencias que experimentaron cuando enfrentaron esta problemática, sin embargo, no hay lugar a las dudas que, muchos hoy en día están profundamente sumergidos en la adicción a los cortes en su piel, no encuentran la salida a sus problemas y acuden a dañarse ellos mismos. Es probable que el suicidio sea un acto en últimas instancias para estos adolescentes.

2.2.3 Relación entre autolesión, ansiedad y depresión

La conducta autolesiva no solo está acompañada de problemas que perjudican la salud física, los rasgos depresivos y de ansiedad suelen estar relacionados con esta problemática. En los adolescentes es muy común que enfrenten diferentes estados de ánimo en el transcurso de su vida, suelen presentar rasgos de depresión y ansiedad, por lo cual no se debe de pasar en alto. Por lo tanto, es conveniente realizar diferentes evaluaciones, que permitan conocer el nivel de ansiedad y depresión que manejan los adolescentes.

Como refiere el Ministerio de salud de Chile (2013) citado por Ávila & Pachar(2016) que:

La influencia de la depresión y la ansiedad en las conductas autolesivas: como se conoce, la depresión es un trastorno o desequilibrio en el estado de ánimo, manifestado por una serie de síntomas que generan cambios bruscos del humor como irritabilidad, sensación de angustia, desmotivación, cansancio físico y mental presente durante un tiempo significativo, afectando así áreas importantes de la persona que padece la afección. (p.23)

Los estados del ánimo por los cuales suelen enfrentarse los adolescentes la mayor parte de la adolescencia suelen estar relacionados con los diferentes problemas que perjudican a la familia, el manejo de ansiedad ante las diferentes situaciones genera las conductas autolesivas, el manejo de diferentes emociones en su vida, les permite generar ansiedad, por lo que optan por practicar

conductas autolesivas. “La ansiedad puede definirse como una anticipación a un daño o desgracia futuros, acompañada de un sentimiento desagradable y de síntomas somáticos de tensión. En niveles normales, permite que adopte las medidas necesarias para enfrentarse a una amenaza”.(Ávila M. & Pachar M. 2016, p.28)

Por lo tanto, no solo la depresión y la ansiedad son los que pueden estar relacionados a la conducta autolesiva, se considera que diferentes trastornos y problemas están acompañados a esta problemática, de tal manera que se debe ofrecer estrategias en las cuales los adolescentes pueden corregir sus errores y evitar caer en esta clase de conductas, que perjudican su vida.

2.2.4 Conducta autolesiva en adolescentes: prevalencia, factores de riesgo y tratamiento

Los adolescentes son la población más afectada por la conducta autolesiva, los factores de riesgos pueden ser una gama de problemas que perjudican y ponen en un patrón de seguimiento a quienes lo practican y ven a otros en las mismas situaciones, la necesidad de satisfacer el dolor que les causa sus conflictos personales y familiares, son los que los llevan a tomar esta clase de conducta.

Los factores de esta conducta suelen afectar integralmente la vida de todos los adolescentes, no solo ponen en riesgo sus vidas, sino también se ve en juego los diferentes sentimientos y emociones de aquellos que rodean a estas personas que toman esta actitud, por tratar de liberar su dolor.

Por lo general, la conducta autolesiva en adolescentes es un acto que tiene resultados negativos en todas las áreas, siendo una conducta que tiene un patrón en la vida de terceras personas, no solamente los cortes perjudican la vida de quienes lo practican, existen otras conductas que pueden desencadenar serios conflictos personales y grupales.

Según Acero (2015) aporta:

Que la prevalencia de la conducta autolesiva usualmente maneja el rango de inicio durante la adolescencia y la adultez joven, 4% de adultos en población general informan de historia de autolesiones, más del 1% informan de historia severa, pacientes psiquiátricos adultos; 20%, pacientes psiquiátricos adolescentes: 40-80% de pacientes, significativamente más prevalente en sexo femenino (Tendencia al equilibrio) 3 a 4 veces más alto que en hombres. (p. 10)

De acuerdo con los datos obtenidos la frecuencia de esta conducta incrementa a lo largo del tiempo, cada vez esta acción en los adolescentes es realizada, sin importar el riesgo y las consecuencias que pueden enfrentar, es una conducta desenfrenada, por lo que se debe combatir, y disminuir, evitando que la practiquen los adolescentes de diferentes centros educativos. Si bien es cierto, en la vida se encuentran diferentes problemas que pueden llevar a una persona a realizar acciones que no son convenientes, pero hay formas y maneras de enfrentar esos problemas, en los cuales se pueda salir triunfadores.

Kirchner y otros (2011), citado por Ávila & Pachar (2016)

Las conductas autolesivas establecen un fenómeno cuyos índices van incrementando entre los adolescentes. En varias revisiones de estudios comunitarios con adolescentes de todo el mundo se manifiesta un 13% la prevalencia de comportamiento autolesivos y en un 26% la de los pensamientos suicidas. (p. 6)

Por lo tanto, es necesario promover estrategias de afrontamiento ante esta conducta y poner un alto, ofreciendo formas en las que los adolescentes desarrollen otras habilidades de recreación emocional. Todo adolescente con la ayuda necesaria puede transformar su conducta negativa, por conductas que le permitan desenvolverse de la mejor manera, incrementando su nivel de autoestima.

2.3 Tratamiento psicológico para adolescentes con problemas de automutilación

La problemática sobre la conducta autolesiva es muy común en la etapa de la adolescencia, las posibles soluciones para erradicar estas actitudes pueden variar, sin embargo, es necesario un tratamiento psicológico cognitivo y conductual, que permita la salida para los adolescentes. Para que puedan continuar con su vida, de manera que puedan ser de ejemplo a otros y prevenir esta clase de conductas.

Gergen y otros (2011) citado por Ruíz, (2017) aportan:

El socioconstruccionismo es una forma de indagación que busca explicar los procesos mediante los cuales las personas describen y dan cuenta del mundo en el que viven. Uno de sus principios básicos es que todo aquello que consideramos real ha sido construido socialmente a través del lenguaje, es decir, del intercambio social. (p.5)

El tratamiento para esta clase de conductas es muy importante, el objetivo de todo profesional en la conducta es ofrecer todas las estrategias posibles para sanar las heridas que adolescentes se han causado por causa de esta problemática. Al mismo tiempo brindar el apoyo a la familia de los involucrados, para que se fortalezca el afecto, y la unidad, promoviendo una relación de confianza en cada integrante de la familia, para que en el transcurso de su crecimiento mantenga una base fundamental llena de amor, y continuar el mismo patrón.

Las terapias cognitivas conductuales son eficaces para el control de impulsos en adolescentes que presentan rasgos y conductas autolesivas, son terapias que ofrecen al paciente estrategias de afrontamiento ante las diferentes causas del cutting. Es importante hacer mención sobre estrategias que pueden ser de ayuda para la prevención de la conducta autolesiva, por ejemplo; identificar las funciones para un consultante concreto pueden guiar el tratamiento.

El afrontamiento de emociones negativas: puede ser abordado mediante terapias focalizadas en la regulación de emociones. Las funciones de influencias interpersonales más prominentes se trabajan por medio de terapia centrada en fomentar habilidades interpersonales efectivas y vías alternativas de reaccionar a situaciones interpersonales que dirigen a las autoagresiones.

Por otro lado, así como habilidades específicas de comunicación. Así mismo, entre las estrategias se mencionan, el entrenamiento en fortaleza personal, entrenamiento en relajación e imágenes guiadas, realización de un diario reflexivo, escritura de cuentos, musicoterapia, uso de dramatización creativa, terapia asistida con animales e involucramiento en experiencias de acercamiento a la espiritualidad. (Acero., 2015, p.43)

Estas estrategias permiten fortalecer el estado de ánimo de adolescentes con problemas de autolesión, a través de ellas se puede prevenir una conducta que perjudica la vida del adolescente, por lo cual es necesario que se apliquen y evitar este patrón que se ha generado en nuestra actualidad. A través de la motivación de la familia, los docentes y amigos, un adolescente también puede ser capaz de abandonar las autolesiones.

Así mismo Carvajal y otros (2014) mencionan que:

El abordaje consiste en psicoterapia y farmacoterapia. En una primera etapa se establece un vínculo terapéutico y extingue el acto auto-mutilatorio y a más largo plazo, estudiar la psicopatología de base y organización de la personalidad del individuo, la familia y el entorno escolar. La farmacoterapia ayuda a controlar la impulsividad, disminuir la angustia y manejar los desórdenes del pensamiento. (p. 5)

Las psicoterapias ayudan en la modificación de conducta, estas al aplicarse favorecen y benefician al paciente que se somete a ellas, el terapeuta y el grupo de familia juegan un papel importante para que se realice un buen trabajo terapéutico, la conducta autolesiva tiene una solución y se debe prevenir para que se maneje un ambiente favorable en la vida de los adolescentes.

2.3.1 Técnicas de distracción para hacer frente a la autolesión

La autolesión es un tema de gran importancia, en el cual es necesario continuar con las investigaciones sobre el tema y brindar toda la ayuda necesaria para la prevención, así mismo enseñar a los adolescentes a involucrarse en actividades que les permita mantener y enlazar una comunicación con los demás que le rodean, además que puedan ser capaces de desarrollar nuevas habilidades.

Ortiz, (2016) menciona:

Este autor destaca algunas técnicas de distracción tales como: usar un bolígrafo rojo para marcar en lugar de cortar, golpear una bolsa de boxeo para liberar la rabia y la frustración, ejercicio físico, hacer mucho ruido, tanto con instrumentos musicales como golpeando cacerolas, escribir los sentimientos negativos en un papel y después hacerlo pedazos, escribir un diario, hablar con un amigo (no necesariamente sobre autolesión), crear un collage o algún trabajo artístico, buscar información en internet, sostener cubitos de hielo en la mano hasta que se derritan.(pp. 42-43).

Las estrategias y técnicas de distracción pueden ser de gran utilidad en la conducta autolesiva, para adolescentes que estén dispuestos a tener un cambio positivo en su vida, así en un futuro ellos mismos puedan ayudar y apoyar a jóvenes involucrados en esta clase de conductas. Sin embargo, es importante mencionar que no para todos será fácil un cambio, esto puede generar cierto conflicto en los adolescentes que no desean dejar la conducta autolesiva, por lo cual se debe trabajar continuamente las terapias necesarias, motivándolos a que hagan un esfuerzo por mantenerse firme en querer una solución para su vida.

2.3.2 Personas que pueden ayudar al adolescente en la conducta autolesiva

Las formas y estrategias que se siguen investigando y practicando a lo largo del tiempo para ofrecer la ayuda necesaria a los y las adolescentes involucrados en conductas autodestructivas, en este caso las autolesiones, pero sobre todo quienes deben de ayudar emocional y espiritualmente es la familia, los maestros y profesionales de la conducta.

Todo adolescente con interés a cambiar, puede lograrlo, siguiendo instrucciones, y desear vencer todo pensamiento y conducta negativa. Pero el papel de la familia es el más importante, se debe trabajar en conjunto con los padres, hermanos, para que el adolescente se sienta motivado.

Herrera & Tabares (2017) aportan:

Que la familia es el principal grupo de apoyo, a partir del núcleo familiar que se construyen los pilares fundamentales de un sano desarrollo que permite más adelante reformarse a pesar de pasar por conflictos comunes, pues los principios son firmes y duraderos, pero donde la familia no ha creado bases afectivas, de enseñanza y duraderas, ésta es aún más débil afuera cuando se expone a la sociedad y es allí cuando el adolescente decide busca otras fuentes de apoyo y de salida a sus posibles situaciones adversas. “La familia debe ser estable y segura y tras ella puede habitarse la fortaleza de una nación sólida y estable constitución social” (p.38)

El papel de la familia es el más importante en el tema que se ha abordado, ya que es en el núcleo familiar donde se desarrollan muchas de las áreas importantes en el ser humano, de modo que los valores y principios juegan un papel de gran importancia. Tomando en cuenta que es dentro de la familia que es el primer grupo de apoyo para los adolescentes que practican las autolesiones, podrían surgir cambios positivos a lo largo del proceso de tratamiento.

El autor Valladares (2008), citado por Tabares (2017), refiere que; el ser humano tiene la necesidad de convivir en familia y va creciendo en cuanto a las relaciones que se dan entre el niño y los padres que es el proceso durante el cual el niño desarrolla su carácter y personalidad. La constitución familiar, el buen cuidado de los padres al hijo, garantizan que se originen los procesos psicológicos que intervienen en el desarrollo de la identidad, personalidad, socialización y la autonomía. (p.38)

Es indispensable que la familia sea el primer grupo en el cual el adolescente pueda identificarse, ya que el afecto influye mucho en cada una de las áreas de su vida, las dificultades que pueden generarse a lo largo del tiempo son muy perjudiciales en la vida emocional y física, por lo tanto,

es importante usar todos los medios posibles para la prevención de estas conductas autodestructivas.

De acuerdo con lo escrito por Tabares, (2017) refiere que:

La familia influye y está influida por el entorno social donde convive y progresa. La familia es el medio del entorno común de las personas, cuando se sale a experimentar afuera ésta se convierte en motor de cambio, adquiriendo nuevas adaptaciones en sus funciones y responsabilidades. (p.38)

Por lo tanto, la familia constituye un punto fuerte ante estas conductas de autolesión, el grupo que debe mantenerse en acción ante esta problemática son los padres, hermanos y hermanas, para brindarle la ayuda suficiente al adolescente que está siendo afectado por las autolesiones. Con el apoyo familiar se pretende alcanzar un alto nivel de recuperación, ya que el afecto y la unidad proporcionarían un mejor equilibrio de emociones y sentimientos. Sin embargo, es necesario mencionar algunas sugerencias que se pueden tomar en cuenta para poder ser de ayuda a los adolescentes que practican las autolesiones.

De acuerdo con lo que dice Acero(2015):

Algunas sugerencias para psicólogos consejeros y trabajadoras sociales, en caso de los profesionales en salud mental, podrían mencionarse las siguientes:mostrar al niño o adolescente aceptación incondicional, aceptarles como personas, independientemente de su comportamiento, el objetivo esencial debe ser comprender las causas subyacentes al comportamiento, fomentar el compromiso de utilizar estrategias de afrontamiento positivas, sugerir una lista de técnicas de afrontamiento para utilizar en lugar de ocasionarse la autolesión, dar a entender que la lista es flexible y siempre sujeta a cambios, fomentar la comunicación abierta, sin importa cuál es el comportamiento, al reconocer los esfuerzos para hacer frente a las emociones difíciles, demuestre que usted se preocupa por las lesiones, comunique con confianza que está bien hablar de las autolesiones.

Así mismo se sugieren algunos elementos muy importantes para docentes y educadores que podrían aplicar a los adolescentes y ofrecer la ayuda necesaria, por ejemplo; tratar de acercarse al estudiante de una manera calmada y acogedora, mostrarle que se le acepta a él, aunque no aceptamos su comportamiento, dejarle saber cuánto le apreciamos y creemos en su potencial, comprender que esta es su manera de lidiar con el dolor y los sentimientos intensos que experimenta, remitirle a un profesional idóneo para apoyarle, mostrarse disponible a acompañarle a consultar u profesional que le pueda ayudar, escucharle, permitir que el estudiante verbalice, mostrarse confiable, identificar cuáles son sus fortalezas y animarle a utilizarlas, ayudarle a involucrarse en actividades de interés como Deportes, actividades lúdicas, voluntariados, apoyar a otros, nombrarle tutor en alguna área. (pp.36-41)

De tal manera, que las sugerencias a nivel general permitirán un mayor control en la vida del adolescente afectado, por conductas que pueden ser perjudiciales en su vida, es importante tomar en cuenta que el apoyo moral, y sobre todo espiritual juega un papel indispensable, para superar toda dificultad ante la vida diaria. Los adolescentes necesitan ayuda ante este problema que está arrasando con muchos jóvenes, por lo tanto, se debe tomar nota de todas las sugerencias, y estrategias conocidas para que se disminuya las autolesiones.

2.4 ¿Cómo ayudar a los adolescentes a salir del cutting?

Ayudar al adolescente ante una conducta de autolesión, no es fácil, pero es posible ofrecer todas las estrategias necesarias y prevenir esta acción, pueden surgir muchas formas de brindar una ayuda psicológica y sobre todo espiritualmente, todo depende de la disposición de los pacientes y la ayuda del grupo primario que es la familia. Al realizar un conjunto de ayuda entre padres, adolescentes, maestros y profesionales en la salud, pueden surgir nuevos avances en el mejoramiento de la conducta de quienes están involucrados con este tipo de problemas.

Águila, (2012) refiere que:

Además de una detección temprana del problema lo indicado es la canalización con un psicoterapeuta especialista en adolescentes que este informado y actualizado sobre la conducta del Cutting para que pueda dar un diagnóstico adecuado e informar a los padres y maestros sobre lo indicado para proteger al paciente. (p. 3)

Por lo tanto, toda orientación basada en la información sobre el tema es una de las formas para ofrecer ayuda a los adolescentes, sobre todo se debe involucrar a los padres y educadores para brindar el apoyo necesario. Existe la influencia de estilos educativos llevados a cabo por los padres en la autorregulación emocional de los adolescentes, para motivarlos a mantener una conducta positiva, fomentando en ellos un estilo eficiente de pensamientos que pueden llevarlos a cambiar su conducta.

Para Bengner (2004) citado por Gómez (2015) aportan que:

El estudio de las relaciones entre padres e hijos a lo largo del tiempo ha llevado a concluir que el estilo más favorecedor de una autorregulación adecuada de las emociones eran los hijos con padres democráticos, estos son, además, niños más felices y generosos. Del mismo modo, los hijos de padres autoritarios son obedientes pero pasivos y los de padres permisivos se presentan exigentes y carentes de autocontrol (p. 12)

En conclusión, es importante reconocer que el estilo de autoridad tiende a formar el carácter de los adolescentes, por lo cual una crianza estable y eficaz, permitirá que las conductas autolesivas continúen un patrón en nuestra sociedad. Brindar el apoyo necesario para las víctimas del cutting, no solo compromete a un cambio sino, también contribuir a la implementación de estrategias y reglas que den solución a esta acción, a través de una forma creativa involucrando a niños y adolescentes de establecimientos educativos; para hacer hincapié de los rasgos y consecuencias que estas heridas pueden causar a lo largo de los años. El país necesita de cambios positivos que lleven a los guatemaltecos a comprometerse cada día más como profesionales.

Así mismo es importante reconocer cuales son los daños psicológicos que provoca el cutting en los adolescentes, los cuales se han identificado como daños emocionales y conductuales que pueden generarse a lo largo del tiempo y ser perjudiciales, por lo tanto, la prevención a través de talleres y otros medios es de suma utilidad para poner un alto a este estilo que adoptan algunos estudiantes. Se puede realizar un trabajo profesional basado en el amor, pasión y devoción, en beneficio de los adolescentes, incluyendo un excelente equipo multidisciplinar que incluya psicología, pedagogía y la familia.

Capítulo 3

Marco Metodológico

3.1 Método

Se utilizó el método de campo ya que se realizó una serie de estudio sobre el tema, para lograr revelar las características fundamentales y relaciones esenciales del problema que afecta hoy en día a los adolescentes, como lo es la conducta autolesiva.

3.2 Tipo de investigación

Investigación cualitativa, se pretende llevar a cabo un estudio en el cual se identificará las determinadas causas y efectos que provoca el cutting en la etapa de la adolescencia, así mismo observar el comportamiento de los adolescentes, conocer sus emociones que los lleven a realizar una conducta autolesiva.

3.3 Nivel de investigación

Nivel de investigación explicativo ya que tiene busca dar a conocer la importancia de los riesgos que los adolescentes presentan ante una conducta autolesiva, explicando formas y estrategias sobre cómo superar esta clase de problema.

3.4 Pregunta de investigación

¿Cuál es el daño psicológico provocado por el cutting en adolescentes?

3.5 Variables de la investigación

- El cutting
- Daños psicológicos
- Factores que provocan la conducta autolesiva.
- La adolescencia como la etapa afectada por la influencia del cutting.

3.6 Hipótesis

Los adolescentes sufren daños psicológicos provocados por la conducta del cutting.

3.7 Análisis de factibilidad y viabilidad

El tema del cutting hace referencia a un contenido con mucha información, existen muchos mitos que provocan un desinterés a su abordaje, el tiempo a establecer durante el proceso de investigación es aceptable para llevar a cabo el estudio, ya que el lugar indicado a realizarse la investigación ofrece los recursos humanos ideales a evaluar.

3.8 Muestreo

Se utiliza el muestreo no probabilístico de tipo discrecional, ya que se elige a 8 personas de la población de adolescentes, para realizar una investigación sobre la conducta practicada por los mismos, así orientarles a buscar estrategias de escape y prevenir las autolesiones.

3.9 Sujetos de la investigación

Población	Edad	Grados	Problema	Signos	Síntomas
Adolescentes	13, 15 17 años	1ro., 2do. Y 3ro. Básico	Conducta autolesiva	Baja autoestima. Ira Enojo Tristeza	Referencia de las adolescentes sienten satisfacción al realizar la conducta autolesiva.

Fuente: Elaboración propia (2018)

3.10 Instrumentos de investigación

Se realiza un cuestionario por elaboración propia, el cual esta formado por 17 preguntas, para que los adolescentes puedan responder de forma directa. Dentro de las cuales se pretende buscar la información necesaria sobre: cuáles son los impulsos que provocan a los adolescentes a realizar una conducta autolesiva.

3.11 Procedimientos

A través del cuestionario que se aplicó a los adolescentes de estudio, se evaluó de acuerdo con las respuestas obtenidas, es importante mencionar que este tema ha afectado grandemente a un alto nivel de establecimientos educativos, ya que es una influencia que provoca que muchos otros adolescentes sigan el mismo patrón, por lo tanto, es de suma importancia prestar atención y buscar estrategias para prevenir esta problemática. En primer lugar, se realizó una serie de sesiones individuales, para escuchar y brindar la ayuda necesaria a los adolescentes, se logró mantener una relación de confianza adecuada, donde los estudiantes experimentaron una serie de emociones que les permitieron hacer catarsis.

En segundo lugar, se llevaron a cabo sesiones grupales, donde se les oriento sobre lo que es el cutting, sus consecuencias y sus daños psicológicos, permitiéndoles aplicar estrategias para reducir la conducta autolesiva, y logren abandonar la práctica de dicho tema.

Por último, se involucra a los padres de familia, y se les brinda información sobre el tema, para que logren prevenir la conducta autolesiva en sus hijos, y tomen las medidas necesarias. Además, se les da a conocer estrategias sobre cómo ayudar a sus hijos a enfrentar estos paradigmas que en la actualidad afectan.

3.12 Cronograma

No.	Actividades	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
1	Elección del tema	1 ^a y 2 ^a semana							
2	Elaboración de tabla de variables		1 ^a semana						
3	Marco Referencial y Contextual		5 ^a semana						
4	Entrega de tabla de contenido			1 ^a y 2 ^a semana					
5	Trabajo de campo cuestionario				3 ^a y 4 ^a semana				
6	Evaluación de respuestas del cuestionario					4 ^a semana			
7	Atención						1 ^a , 2 ^a y		

	psicológica individual						3 ^a semana		
8	Atención psicológica de grupo						4 ^a semana		
9	Atención psicológica familiar						4 ^a semana		
10	Presentación y análisis de resultados							1 ^a semana	
11	Entrega del informe final de tesis							3 ^a semana	
12	Revisión de asesoría							4 ^a semana	
13	Entrega por la asesoría a coordinación de egresos sede central de UPANA								1 ^a y 2 ^a semana

Fuente: Elaboración propia (2018)

Capítulo 4

Presentación y discusión de Resultados

4.1 Presentación de resultados

De acuerdo con los resultados obtenidos por medio del cuestionario, aplicado a los adolescentes del nivel básico del Colegio Evangélico Particular Mixto “La Palabra”, se nos indica las diferentes manifestaciones y causas que conllevan a la mayor parte de adolescentes a practicar el cutting, por lo tanto, es necesario la prevención de esta conducta. A continuación, se da a conocer a través de la tabla de resultados más relevantes, que nos permiten ver de una manera más clara por qué se dan las autolesiones.

Tabla No.1

Resultados

Preguntas	Interpretación
1. ¿Con quién tienes más confianza, con tu papá, o tu mamá?	De los 8 adolescentes que realizaron el cuestionario, 4 no mantienen una confianza con sus familiares más cercanos. 3 adolescentes confían en su mamá, y 1 en su abuelita.
2. ¿Crees que tu mamá te ama?	De los 8 adolescentes 3 respondieron que su mamá los ama, 3 indicaron que tal vez y 2 no saben si su mamá los ama.
3. ¿Crees que tu papá te ama?	De los 8 estudiantes 3 respondieron que creen que su padre los ama, 5 indicaron que no.
4. ¿Cómo te muestran amor tus padres?	De los 8 adolescentes 5 indicaron que sus padres muestran su amor a través de maltratos, 3 de ellos refirieron que por medio del apoyo del estudio entre otros.
5. ¿Cómo es tu relación con tus hermanos o hermanas?	De los 8 adolescentes, 6 no cuentan con una buena relación con sus padres, 1 adolescente cuenta con una relación estable, otro adolescente es hijo único.

6. ¿Cómo te sientes contigo mismo (a)?	De los 8 adolescentes 6 indicaron que se sienten mal y enojados consigo mismo, 2 manifestaron que se sienten bien.
7. ¿Crees que hay algo en tu cuerpo que no te gusta?	De los 8 adolescentes 3 respondieron que, si hay miembros en su cuerpo que no les gusta, 5 de ellos están conformes con su cuerpo.
8. ¿Cuánto tiempo crees que eres capaz de prestar atención en clase?	De los 8 adolescentes 5 respondieron que son capaces de prestar atención, 3 de ellos se distraen fácilmente.
9. ¿En qué te fijas para confiar en alguien?	De los 8 adolescentes 4 respondieron que no confían en nadie, 4 refirieron que se fijan en su comprensión, discreción, y su forma de ser.
10. ¿Qué observas en otra persona para confiar en él?	De los 8 adolescentes 5 respondieron que no confían en nadie, 3 refirieron que se fijan en su discreción, que sea mayor y aislado.
11. ¿Qué notas en ti cuando te sientes nervioso o preocupado?	De los 8 adolescentes 5 respondieron que los signos que presentan son escalofríos, sudoración, 2 indicaron temblor de manos y 1 adolescente se lastima y golpea.
12. ¿Frecuentemente notas que te sientes triste?	De los 8 adolescentes todos indicaron que la mayor parte del tiempo se sienten triste.
13. ¿Te has lastimado alguna vez?	De los 8 adolescentes todos indicaron que se han lastimado muchas veces.
14. ¿Si te has lastimado, explícame brevemente que sientes?	De los 8 adolescentes 5 respondieron que sienten rencor, 2 indicaron que es una distracción, 1 refirió que sentía paz.
15. ¿Estas imitando la conducta de alguien más?	De los 8 adolescentes 5 respondieron que no estaban imitando a nadie, 3 indicaron que sí.
16. ¿Qué tan frecuentemente te sientes enojado contigo mismo?	De los 8 adolescentes todos indicaron que la mayor parte del tiempo se sienten enojados.
17. ¿Qué tan frecuentemente te sientes solo?	de los 8 adolescentes todos indicaron sentirse solos la mayor parte del tiempo.

Fuente: Elaboración propia (2018)

De acuerdo con los resultados obtenidos dentro de las respuestas de adolescentes, nos indica los diferentes factores que causan el deseo e interés de un desahogo profundo que los lleva a la práctica de conductas autolesivas.

4.2 Discusión de resultados

El tema sobre autolesiones ha venido generando patrones de conductas que perjudican la vida de todos los adolescentes que se involucran en realizar cortes en su piel, por lo que se ha tomado en cuenta la importancia de evaluar y prevenir esta clase de conducta, por lo tanto, en el Colegio Evangélico Particular Mixto “La Palabra” se ha tomado como centro de estudio y conocer cuál es el daño psicológico que provoca el Cutting en los estudiantes así mismo verificar las causas, efectos y consecuencia que se manifiestan en los adolescentes. Se evaluará a 8 estudiantes entre las edades 13, 15 y 17 años, cursando el ciclo básico.

Teniendo presente, que la familia constituye la principal fuente de promoción para la comunicación, se ha de comprender que la adolescencia es una etapa que en algunos casos genera conductas negativas, siendo allí donde se dan algunas de las manifestaciones de agresión, por la falta de comunicación de padres hacia sus hijos. Esto nos da a conocer que dentro del estudio uno de los factores que ha perjudicado a los adolescentes es la falta de comunicación por parte de sus progenitores, llevándolos a un daño psicológico emocional que afecta a la mayor parte de adolescentes. Los resultados nos han indicado que la mayoría de las adolescentes es decir que de los 8 estudiantes 6 no manejan una comunicación eficaz con sus padres y hermanos, el porcentaje mínimo se clasifica como una relación estable.

Todo comienza en la familia, si no se cuenta con una buena relación o aceptación de los padres, los adolescentes comenzaran a sentirse desvalorizados. Ya que en la adolescencia se desarrolla la autoestima, por lo que es en esta etapa que surgen ciertos problemas provocados por una serie de factores que producen daños emocionales en la mayor parte de adolescentes. Esto ha generado un interés muy profundo en el estudio sobre el cutting, ya que las manifestaciones que presentan los alumnos del Colegio La Palabra, nos indican que de los 8 niños encuestados de adolescentes se

han autolesionado, a causa de las diferentes situaciones que se presentan en su área familiar y personal.

Se considera que muchas personas relacionan el tema del cutting con serios problemas de depresión entre otros, más sin embargo no solo es un modo de llamar la atención, sino que se entiende por una falta de información de los procesos cognitivos que se lleva a cabo en la práctica de esta conducta. Por lo que es necesario dar a conocer toda la información sobre dicho tema, ya que dentro del estudio un adolescente manifestó confundir el tema, dando a conocer que quienes practican esta conducta tienen una falta de información cognitiva de los daños que pueden ocasionarse.

En el transcurso del tiempo muchos profesionales consideran que las conductas autolesivas son un problema de salud pública, dando a conocer que el mayor porcentaje de adolescentes practican conductas de cortes en la piel, de acuerdo con los resultados obtenidos los 8 estudiantes han practicado la conducta autolesiva.

Este tema ha tenido una clasificación de conductas autolesivas en mayores, estereotipadas, compulsivas e impulsivas, de acuerdo con los resultados 4 de los adolescentes en estudio refirieron que se autolesionan una vez al mes, 2 cuando sus problemas son demasiados grandes, y los últimos dos lo hacen constantemente, por lo que esta conducta pone en riesgo sus vidas. Es necesario que se busquen estrategias para ayudar a estos adolescentes a combatir esta problemática.

Algunos escritores señalan diferentes estrategias de cómo enfrentar y apoyar a los adolescentes ante esta problemática, la terapia indicada que suele usarse con mayor incremento es la cognitivo conductual, además de otras formas y estrategias que se pueden realizar. Por lo tanto, fue necesario brindar orientación a los 8 adolescentes en estudio, ofreciéndoles sesiones individuales, grupales donde se realizaron técnicas que fueron de beneficio para una modificación de conducta.

Las autolesiones a lo largo del tiempo son causadas por diferentes situaciones dentro de la familia y por la influencia de otros adolescentes, por lo que generan diferentes situaciones emocionales y

conductuales. Las consecuencias en un lapso pueden ser perjudiciales para quienes practican esta clase de conductas, por lo tanto, es necesario tomar nota importante en este tema y fomentar estrategias de afrontamiento y prevenir este patrón que ha generado serios problemas en la mayor parte de adolescentes.

Se ha llevado a cabo una orientación sobre el tema del cutting, y se ha considerado todas las estrategias posibles que les permitan a los adolescentes modificar su conducta, además se ha realizado sesiones individuales, grupales para formar una cadena de ayuda y fortalecer la autoestima de cada adolescente. Por lo cual se ha logrado alcanzar los objetivos trazados en el estudio señalado, promocionando una salud mental efectiva en la vida de los adolescentes.

A través de los diferentes factores que perjudican a los adolescentes se nos da a conocer que el daño psicológico que provoca el cutting, se basa en problemas emocionales y conductuales, que deterioran los pensamientos y actitudes de aquellos que la practican. Los daños en los adolescentes incrementan el nivel de riesgo que opten por una conducta suicida, por lo cual es importante que se realice todo lo necesario y prevenir esta clase de conducta que perjudica a la sociedad.

Conclusiones

Al efectuar los adolescentes la práctica del cutting, se realizó análisis de los daños psicológicos que pueden experimentar, los cuales son, descontrol a nivel emocional y conductual, por lo tanto, es importante que tanto los padres y maestros, observen las conductas, antes mencionadas con el propósito de brindar apoyo, con la finalidad de prevenir otras afecciones en los adolescentes, a largo plazo.

El cutting es un problema frecuente en la actualidad, por lo cual se hace énfasis en la necesidad de proporcionar información sobre el mismo, así como, de la serie de problemas emocionales y conductuales en la etapa adolescente, a la que se enfrentan cotidianamente, ya que esto no solo genera conductas autolesivas como ya se mencionó, sino porque también se ha visto un incremento significativo en los diversos centros educativos, siendo estos centros, en donde los docentes puede observar dichas manifestaciones en los algunos alumnos.

Los daños psicológicos provocados en adolescentes, derivado del cutting, es un tema que permite brindar estrategias creativas para combatir conductas autolesivas en adolescentes, permitiendo a padres y maestros el uso adecuado de las mismas, para prevenir futuros riesgos y abordar en la problemática existente. Por lo que, se insta a poner en marcha trabajo desde la psicología, informando que mediante estrategias guiadas que permitan modificar pensamientos negativos a positivos en la vida de aquellos que han sido víctimas de autolesiones, con el fin de fortalecer programas que apoyen a los adolescentes a adoptar cambios en sus vidas.

Recomendaciones

Es necesario fomentar desde el seno familiar una educación emocional afectiva, para brindar a los niños desde pequeños a respetar y amar su cuerpo, a través de una autoestima adecuada. Ofreciendo en los diferentes centros educativos mini talleres sobre el cuidado a nuestro cuerpo, valores y principios que desarrollen una visión en los niños sobre cómo deben verse a sí mismos. Esto permitirá generar cambios positivos en sus pensamientos y emociones, enseñándoles el control emocional que deben manejar ante cualquier situación que enfrenten e lo largo de su vida.

Es importante que dentro de la etapa de la adolescencia se promuevan estrategias de autocontrol emocional, para que los adolescentes sobre lleven sus problemas de la mejor manera, y no sigan patrones erróneos que perjudiquen su vida. Para lograr esto, se debe fomentar la motivación positiva en los adolescentes, promoviendo de forma creativa principios que les ayude a determinar un manejo de sus emociones, pensamientos y sentimientos.

Se hace énfasis en la necesidad tanto los adolescentes como los padres deben mantener una comunicación efectiva, que les permitan dar solución a sus problemas optando por estrategias que les ofrezcan una vida de salud mental adecuada. Por lo cual dentro del seno familiar se debe manejar un afecto de amor ideal, comprensión y unidad, para enfrentar juntos toda clase de problemas. Fortaleciendo el apoyo familiar se podría disminuir conductas que perjudican a los adolescentes.

Referencias

- Acero P. (2015). *La autolesión, posibles causas y consecuencias y su manejo exitoso*. Jerusalén: Universidad Hebrea.
- Gómez A. (2015). *El estilo parental y las autolesiones en la adolescencia*. Madrid: Universidad Comillas.
- Ruíz P. (2017). *Síndrome del cutting: su deconstrucción a través de terapias narrativas o postmodernas*. México: UNAM.
- Zaragozano J. (2017). *Autolesiones en la adolescencia: una conducta emergente*. España: Facultad Ciencias de la Salud.
- Sánchez N. y otros (2016). *Autolesiones en los adolescentes*. México: Colegio Martinak.
- Lake A. (2011). *Estado Mundial de la infancia*. Estados Unidos: UNICEF.
- Águila A. (2012, s.f.). *El cutting es un acto suicida*. Recuperado:
<http://www.suicidologia.com.mx/wp-content/uploads/2014/04/el-cutting-es-un-acto-suicida.pdf>
- Gómez A. (2015). *La adolescencia y el cutting*. México: Televisa. Recuperado:
<http://espectaculos.televisa.com/tu-vida/que-es-el-cutting/>
- Morales F. (2016). *Análisis del cutting en los estudiantes del sexto año de la Escuela de Educación Básica Fisca, división de Infantería No. 3 Guayas” (Tesis de maestría)*. Ecuador: Universidad de Guayaquil Facultad de la Comunicación Social.
- Ortiz N. (2011). *“El cutting como factor determinante en las relaciones interpersonales de las estudiantes del décimo año de educación básica de los paralelos F y H del Instituto*

Superior Tecnológico, Hispano América, de la ciudad de Ambato, de la provincia de Tungurahua” (Tesis de licenciatura). Ecuador: Universidad Técnica de Ambato.

Sánchez S. (2016). *Autoestima y conductas autodestructivas en adolescentes, Estudio realizado con adolescentes de 14 a 17 años en el Instituto IMBOCO de Nebaj, Quiche (Tesis de licenciatura).* Quetzaltenango: Universidad Rafael Landívar.

Tabares E. (2017). *El cutting: Distorsiones cognitivas y pensamientos automáticos a partir de las vivencias de dos estudiantes de bachillerato de la Institución Educativa Manuel J. Betancur (Tesis de licenciatura).* San Antonio de Prado, Medellín, Antioquia: Corporación Universitaria Minuto de Dios Seccional Bello.

Torres B. (2011). *Un estudio del trastorno de la automutilación visto como una forma de comunicación (Tesis de licenciatura).* Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana.

Ávila M. & Pachar M. (2016). *“Relación entre conductas autolesivas, ansiedad y depresión en adolescentes, una guía enfocada desde el modelo cognitivo conductual” (Tesis de licenciatura).* Ecuador: Universidad del Azuay.

Díaz J. & Hurtado C. (2015). *“El cutting en los estudiantes de la institución Educativa Padre Pio Sarobe-Distrito de Santa Rosa de Ocopa-Provincia de Concepción” (Tesis de licenciatura).* Perú: Universidad Nacional del centro, Huancayo.

Asociación Americana de Psiquiatría, y otros. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM 5).* (5ª. Ed). Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Consejo General de Colegios Oficiales de psicología (2012). *Las conductas autolesivas en el ámbito penitenciario una revisión del estado del arte, vol. 33.* Madrid, España.

Ministerio de Salud de Chile. (2011). *Guía práctica de consejería para adolescentes y jóvenes*. Chile: Universidad de Chile.