



UNIVERSIDAD  
CATÓLICA  
DE CUENCA

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA**

*Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo*

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**ANSIEDAD SOCIAL Y LA AUTOESTIMA DE LOS  
ADOLESCENTES: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA**

**PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

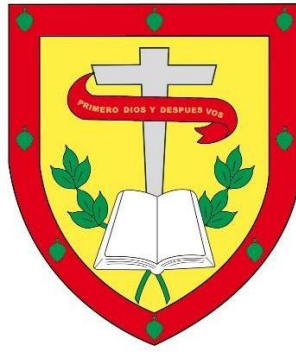
**AUTOR: MATEO SEBASTIÁN DUTÁN BERMEO**

**DIRECTOR: PSC. FABIÁN LEONARDO CASTRO OCHOA**

**CUENCA - ECUADOR**

**2026**

**DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO**



**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA**

*Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo*

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**ANSIEDAD SOCIAL Y LA AUTOESTIMA DE LOS  
ADOLESCENTES: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA**

**PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**AUTOR: MATEO SEBASTIÁN DUTÁN BERMEO**

**DIRECTOR: PSC. FABIÁN LEONARDO CASTRO OCHOA**

**CUENCA - ECUADOR**

**2026**

**DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO**



**Declaratoria de Autoría y Responsabilidad**

**Mateo Sebastian Dután Bermeo** portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **0105383426**. Declaro ser el autor de la obra: "**Ansiedad social y la autoestima de los adolescentes: Una revisión sistemática**", sobre la cual me hago responsable sobre las opiniones, versiones e ideas expresadas. Declaro que la misma ha sido elaborada respetando los derechos de propiedad intelectual de terceros y eximo a la Universidad Católica de Cuenca sobre cualquier reclamación que pudiera existir al respecto. Declaro finalmente que mi obra ha sido realizada cumpliendo con todos los requisitos legales, éticos y bioéticos de investigación, que la misma no incumple con la normativa nacional e internacional en el área específica de investigación, sobre la que también me responsabilizo y eximo a la Universidad Católica de Cuenca de toda reclamación al respecto.

Cuenca, **12 de marzo de 2026**

F:  .....

**Mateo Sebastián Dután Bermeo**

**C.I. 0105383426**

Cuenca, 12 de marzo de 2026

## CERTIFICACIÓN

Yo **Fabián Leonardo Castro Ochoa**, con cédula de identidad N° **0102541216** en calidad de Director del Trabajo de Titulación con el tema: “**Ansiedad social y la autoestima de los adolescentes: Una revisión sistemática**”, certifico que el presente trabajo fue desarrollado por Mateo Sebastián Dután Bermeo, bajo mi supervisión.

Atentamente;



Mgs. Fabián Leonardo Castro Ochoa

**DIRECTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN  
DOCENTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

## **Agradecimientos**

Quisiera expresar mi más sincero agradecimiento a todas las personas que formaron parte de mi proceso de formación profesional y que, de una u otra manera, contribuyeron a que hoy pueda culminar esta importante etapa de mi vida académica.

En primer lugar, deseo agradecer profundamente a mi madre, Sandra Bermeo, quien ha sido un pilar fundamental en mi vida. Gracias por su amor, su esfuerzo constante y por impulsarme siempre a seguir adelante incluso en los momentos más difíciles. Su apoyo incondicional, sus consejos y su confianza en mí han sido esenciales para alcanzar este logro. De igual manera, agradezco con mucho cariño a mi abuela, Isabel Luna, por su apoyo, sus enseñanzas y por estar presente a lo largo de mi vida. Su compañía y sus palabras de aliento han representado una fuente importante de motivación durante mi formación.

Asimismo, deseo expresar un agradecimiento especial a mi novia, Angie Flores, quien me acompañó durante este proceso brindándome comprensión, apoyo y motivación en los momentos de mayor exigencia. Su compañía, paciencia y confianza en mis capacidades fueron fundamentales para continuar y culminar esta etapa.

También quiero mencionar de manera especial a Bucky y Nanami, mis gatitos, quienes estuvieron presentes durante muchas de las largas noches de estudio y desvelo. Su compañía hizo que esos momentos fueran más llevaderos y me brindaron tranquilidad mientras trabajaba en este proceso académico.

Finalmente, expreso mi agradecimiento a la universidad y a los docentes que formaron parte de mi formación profesional, especialmente al Mgs. Fabián Leonardo Castro, quien en calidad de tutor de esta investigación brindó su orientación, conocimientos y acompañamiento durante el desarrollo del presente trabajo.

A todos ellos, mi más sincero agradecimiento por haber sido parte fundamental de este logro académico y personal.

## **Dedicatoria**

Dedico este logro, en primer lugar, a mi madre, Sandra Bermeo, quien, con su esfuerzo, su carácter y sus enseñanzas supo exigirme siempre a dar lo mejor de mí. Gracias por formarme con valores, disciplina y responsabilidad, por no dejarme rendirme cuando el camino parecía difícil y por recordarme constantemente que el esfuerzo y la constancia son la base para alcanzar cualquier meta.

Asimismo, dedico este trabajo a mi abuela, Isabel Luna, cuya presencia y guía han sido fundamentales en mi crecimiento. Sus consejos, su forma de enseñarme a enfrentar la vida y también sus exigencias han sido parte importante de mi formación. Gracias por impulsarme a superarme y por creer siempre en mis capacidades.

También dedico este logro a mi novia, Angie Flores, la persona en quien más confío. Gracias por estar a mi lado en los momentos de mayor estrés y presión, tanto en la universidad como en fuera de esta. Tu apoyo, tu paciencia y tu capacidad para ayudarme a mantener la calma cuando todo parecía abrumador fueron fundamentales durante este proceso. Tu compañía me dio fuerza para seguir adelante cuando más lo necesitaba.

Finalmente, dedico este trabajo a Bucky y Nanami, mis gatitos, quienes desde el momento en que llegaron a mi vida se convirtieron en una fuente inmensa de alegría. Su compañía en las noches de estudio, su forma de acompañarme en silencio y la felicidad que me brindan cada día han sido un impulso importante para seguir adelante.

Con profundo cariño.

Mateo Sebastián Dután Bermeo

## Resumen

**Introducción:** La adolescencia es una etapa marcada por cambios sociales y emocionales en la que la autoestima cumple un papel fundamental en la adaptación psicológica. A su vez, la ansiedad social se ha convertido en un trastorno frecuente que afecta el funcionamiento interpersonal y el bienestar emocional de los jóvenes. Diversos estudios evidencian una relación inversa entre ambas variables, con diferencias según género y ubicación geográfica, lo que sustenta la pertinencia de este estudio. **Objetivo:** Analizar la relación entre la ansiedad social y la autoestima en adolescentes, considerando variables demográficas. **Metodología:** Se siguieron las directrices PRISMA, incluyendo estudios empíricos publicados entre 2014 y 2025 con muestras de 12 a 18 años. La búsqueda se realizó en PubMed, Scopus y ProQuest mediante descriptores DeCs y MeSH, operadores booleanos y evaluación metodológica con la herramienta JBI. **Resultados y conclusiones:** Se incluyeron seis estudios que confirmaron una correlación negativa entre ansiedad social y autoestima. Se identificó mayor vulnerabilidad en mujeres y mayor prevalencia en contextos urbanos, evidenciando la necesidad de intervenciones preventivas específicas.

**Palabras clave:** Ansiedad social, autoestima, adolescentes, social, salud mental.

## **Abstract**

**Introduction:** Adolescence is a stage characterized by social and emotional changes in which self-esteem plays a fundamental role in psychological adaptation. Likewise, social anxiety has become a common disorder that affects young people's interpersonal functioning and emotional well-being. Various studies show an inverse relationship between these two variables, with differences according to gender and geographic location, which supports the relevance of this study. **Objective:** To analyze the relationship between social anxiety and self-esteem in adolescents, considering demographic variables. **Methodology:** The PRISMA guidelines were followed, including empirical studies published between 2014 and 2025 with samples of adolescents aged 12 to 18 years. The search was conducted in PubMed, Scopus, and ProQuest using DeCS and MeSH descriptors, Boolean operators, and a methodological evaluation with the JBI tool. **Results and Conclusions:** Six studies were included, confirming a negative correlation between social anxiety and self-esteem. Greater vulnerability was identified among females and higher prevalence in urban contexts, highlighting the need for specific preventive interventions

**Keywords:** Social anxiety, self-esteem, adolescents, social, mental health.

## Contenido

Introducción.....	10
Justificación.....	12
Pregunta guía de investigación.....	12
P (Population - Población): .....	13
I (Intervention/Exposure - Intervención/Exposición): .....	13
C (Comparison - Comparación): .....	13
O (Outcome - Resultado): .....	13
Objetivos.....	13
Objetivo General: .....	13
Metodología .....	13
Estrategias de búsqueda .....	14
Tabla 1.....	14
Criterios de selección .....	16
Criterios de exclusión.....	16
Extracción de datos .....	17
1. Fase 1: Búsqueda inicial .....	17
2. Fase 2: Selección de estudios.....	17
3. Fase 3: Registro y análisis de la información .....	17
Análisis de datos.....	18
Estudio del riesgo de sesgo en la evaluación de los estudios .....	18
Resultados .....	18
Figura 1.....	20
Tabla 2.....	21
Evaluación del riesgo de sesgo.....	25
Resultados de estudios individuales .....	25
Síntesis de los resultados.....	26
Sesgos de información.....	28
Table 3.....	28
Discusión.....	29
Conclusión.....	32
Limitaciones.....	32
Referencias .....	34

## Introducción

La adolescencia es una etapa crítica del desarrollo cerebral, marcando la transición de la niñez a la adultez (Espinosa, 2016). A su vez, Palacios, (2019) menciona que en este periodo los jóvenes enfrentan desafíos que moldean su personalidad, identidad sexual y moralidad, desarrollan pensamiento crítico y control de impulsos, y mejoran o deterioran sus relaciones familiares y sociales, lo cual llega a ser una fase compleja que exige resiliencia para enfrentar las demandas del entorno. Por otro lado, la OMS (2017), a través del Descriptor en Ciencias de la Salud (DeCS), define la adolescencia como la etapa comprendida entre los trece y los dieciocho años de edad.

Tomando en cuenta el componente emocional, Castro y Moreta, (2023) señalan que las dificultades para la regulación emocional durante la adolescencia suelen ser comunes y esto llega a ser frecuentemente un factor de riesgo en la aparición de conductas disruptivas tales como el uso de sustancias y trastornos de ansiedad. En el mismo estudio se menciona que estas dificultades se relacionan con impulsividad, confusión emocional y falta de estrategias adecuadas para afrontar emociones intensas. Con base en este estudio se puede inferir que el componente emocional llega a cumplir una función central en la conformación de la personalidad del adolescente y cómo este llega a responder ante situaciones sociales, lo que podría ser un desencadenante para trastornos como la ansiedad social.

En este contexto, Chacón et al. (2021) sostienen que el trastorno de ansiedad social (TAS) es un tipo de ansiedad intensa que surge ante situaciones con interacciones sociales donde el individuo percibe que está en juicio o crítica por los demás, provocando síntomas como sudoración, nerviosismo, rubor y dificultad al hablar.

Asimismo, Jerves, (2020) explica que esta ansiedad ante situaciones sociales, como hablar en público, interactuar con el sexo opuesto, hablar con la autoridad o conocer a personas nuevas, entre otras, se manifiesta a través de reacciones emocionales como irritabilidad y enojo, afectando la capacidad para expresar sentimientos de manera asertiva.

Complementando esta perspectiva, Díaz et al. (2019) identifican tres niveles en los que se manifiestan los síntomas del TAS: físico (mareos, temblores, taquicardia), cognitivo (pensamientos intrusivos, temor anticipado, autocrítica) y conductual (evitación social, aislamiento, postura defensiva).

Según el DSM-5, o Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (quinta edición), el TAS se caracteriza por un fuerte temor hacia situaciones sociales donde

la persona pueda ser evaluada de manera negativa, lo que provoca comportamientos de evitación y una ansiedad considerable (American Psychiatric Association, 2013).

Concordando con esto, la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11) de la OMS define igualmente el TAS como una ansiedad excesiva ante interacciones sociales que afecta de manera importante la vida diaria del individuo (Organización Mundial de la Salud, 2019).

Asimismo, el estudio de Yu et al. (2021) presenta evidencia a nivel neurocientífico que apoya esta problemática, al revelar patrones cerebrales anormales en individuos con TAS, como una reducción de la activación del giro cingulado anterior, región vinculada con el control de la atención y la regulación emocional.

El DeCS (OMS, 2017) finalmente describe el TAS como un trastorno que se distingue por un miedo constante e irracional, que resulta en la evitación incesante de situaciones sociales o de actuación.

Por otro lado, Pérez, (2019) se refiere a la autoestima como la evaluación que un individuo hace de sí mismo, ya sea positiva o negativa, enfatizando su relación con el sentido de dignidad y mérito individual. De manera parecida, Tacca, (2020) argumenta que la autoestima es una autoevaluación interna que incluye pensamientos y emociones acerca de la confianza en uno mismo.

Así, la autoestima es esencial para el bienestar de la salud mental, ya que fomenta la aceptación de uno mismo y una actitud positiva, como la extraversión, la seguridad, la autonomía y el contenido en las relaciones con los demás (Valiente & Marcos, 2020).

Igualmente, Rojas y Pilco (2023) sostienen que existe una conexión directa entre la autoestima y el bienestar mental, debido a que su reducción se vincula con síntomas de depresión, ansiedad y obsesión. Por otra parte, el DeCS (OMS, 2017) la describe como la percepción que una persona tiene de sí misma.

Explorando la relación entre ansiedad social y autoestima, Caballo et al. (2018) evidencian que quienes experimentan alta ansiedad social suelen tener una autoimagen negativa, lo que contribuye a una baja autoestima. Alfaro et al. (2023) refuerzan esta idea al demostrar que los estudiantes con habilidades sociales más desarrolladas tienden a presentar mayor autoestima y, por ende, menores niveles de ansiedad social.

Por su parte, Yousaf (2015) sostiene que, si bien la relación entre ansiedad social y autoestima puede no ser siempre significativa, se acentúa durante la adolescencia, especialmente en mujeres, debido a los cambios contextuales como el paso entre etapas educativas y la presión social, que provocan sentimientos de inferioridad.

La adolescencia es considerada un periodo crítico para el desarrollo del TAS. Espinosa (2016) indica que este trastorno suele aparecer entre los 11 y 13 años, pudiendo convertirse en una condición crónica si no se interviene adecuadamente.

Marín et al. (2015) coinciden con esto y, en su estudio, reportan una prevalencia del 15.4% de TAS en estudiantes adolescentes, sobre todo una mayor prevalencia en mujeres, destacando que, si no se trata a tiempo, puede derivar en otros trastornos como la depresión o el abuso de sustancias.

Por otro lado, Díaz et al. (2018) afirman que una alta autoestima favorece la adaptación social y la resiliencia emocional, mientras que una baja autoestima incrementa el riesgo de trastornos alimentarios, depresión e ideación suicida, presentándose más alta en hombres que en mujeres.

### **Justificación**

Palacios, (2019) menciona que la adolescencia llega a ser una etapa crítica del desarrollo, en la cual están presentes intensos cambios tanto físicos como psicológicos y sociales, los cuales afectan la percepción de sus relaciones interpersonales y de sí mismo. Durante esta etapa, variables como la ansiedad social y la autoestima cobran relevancia por su influencia directa en el bienestar emocional, la integración social y la construcción de la identidad (Díaz et al., 2018).

Lo que lleva a enfatizar una correlación negativa entre ansiedad social y autoestima, indicando que niveles altos de ansiedad social se asocian con un menor valor personal (Caballo et al., 2018; Alfaro et al., 2023).

También se puede mencionar que la mayoría de las investigaciones revisadas no profundizan en el análisis de variables demográficas moderadoras como el género o la ubicación geográfica, pese a que existen indicios de su influencia en la aparición de la ansiedad social y en cómo se configura la autoestima del adolescente (Yousaf, 2015; Marín et al., 2015). Esta falta de integración de evidencia deja un vacío en la literatura científica actual.

Por tal razón, realizar esta revisión sistemática es de suma importancia y se justifica al tener como propósito identificar, sintetizar y evaluar críticamente la evidencia empírica sobre la relación entre ansiedad social y autoestima en adolescentes, considerando diferencias demográficas y de género. Este análisis contribuirá no solo a una mejor comprensión del fenómeno, sino también a fundamentar intervenciones preventivas y terapéuticas dirigidas a esta población (Espinosa et al., 2016; Valiente & Marcos, 2020).

### **Pregunta guía de investigación.**

¿Cuál es la relación entre la ansiedad social y la autoestima en adolescentes,

considerando diferencias demográficas como género y ubicación geográfica?

**P (Population - Población):**

- Adolescentes: Personas entre 12-18 años, que constituyen el grupo de interés.

**I (Intervention/Exposure - Intervención/Exposición):**

- Ansiedad social: Como exposición, se busca analizar cómo esta variable psicológica afecta o se relaciona con la autoestima.

**C (Comparison - Comparación):**

- Diferencias demográficas: Comparaciones basadas en género (masculino vs. femenino) y ubicación geográfica (país)

**O (Outcome - Resultado):**

- Autoestima: Esta variable es dependiente al analizarse en relación con la ansiedad social.

**Objetivos.**

**Objetivo General:**

- Analizar la relación entre la ansiedad social y la autoestima en adolescentes, considerando diferencias demográficas como género y ubicación geográfica.

**Metodología**

**Diseño**

Se llevará a cabo una revisión sistemática de la literatura con un enfoque cualitativo, centrada en la relación entre la Ansiedad Social (AS) y la Autoestima en adolescentes. Se incluirán estudios empíricos que investiguen esta relación mediante diversos tipos de diseño:

Estudios transversales y correlacionales, para examinar la prevalencia de la ansiedad social y su relación con la autoestima en la adolescencia, considerando un rango de 12 a 18 años de edad.

Estudios longitudinales, para evaluar cómo la ansiedad social y la autoestima evolucionan con el tiempo en adolescentes.

Ensayos clínicos controlados, para investigar si intervenciones dirigidas a reducir la ansiedad social tienen un efecto positivo en la autoestima.

Estudios cualitativos, para explorar las experiencias y percepciones de los

adolescentes sobre la ansiedad social y la autoestima, y cómo estos factores impactan sus vidas cotidianas.

El análisis incluirá una revisión de los estudios que investiguen las variables de interés en contextos demográficos diversos, considerando factores como el género y el lugar de residencia.

### **Estrategias de búsqueda**

Al momento de realizar la búsqueda se consideraron las palabras claves: ansiedad social, fobia social, autoestima, adolescentes y trastorno de ansiedad social (social anxiety, social phobia, self-esteem, adolescents, and social anxiety disorder), así como ciertos booleanos “AND” y “OR”, utilizando tanto “Descriptores en Ciencias de la Salud” (DeCS) como “Medical Subject Headings” (MeSH).

La estrategia de búsqueda fue la siguiente:

(“Social Phobia” OR “Social Phobias” OR “Social Anxiety Disorder” OR “Anxiety Disorder, Social” OR “Disorder, Social Anxiety” OR “Social Anxiety Disorders” OR “Social Evaluation Phobia” OR Sociophobia OR Sociophobias OR “Fear of Social” OR Evaluation OR “Evaluation Fear, Social” OR “Social Evaluation Fear” OR “Phobia, Social Evaluation” OR “Social Evaluation Phobias” AND “Concept, Self” OR “Self Esteem” OR “Esteem, Self” OR “Self Esteems” OR “Self-Perception” OR “Self-Perceptions” OR “Self Perception” OR “Perception, Self” OR “Perceptions, Self” OR “Self Perceptions” OR “Self Confidence” OR “Confidence, Self”) AND (Adolescents OR Adolescence OR “Adolescents Female” OR “Adolescent Female” OR “Female Adolescent” OR “Female Adolescents” OR “Adolescents Male” OR “Adolescent Male” OR “Male Adolescent” OR “Male Adolescents” OR Youth OR Youths OR Teens OR Teen OR Teenagers OR Teenager).

### **Tabla 1**

*Base de datos*

<b>Base de datos.</b>	<b>Protocolo de búsqueda</b>	<b>Número de artículos</b>
-----------------------	------------------------------	----------------------------

---

Pubmed	("Social Phobia" OR "Social Phobias" OR "Social Anxiety Disorder" OR "Anxiety Disorder, Social" OR "Disorder, Social Anxiety" OR "Social Anxiety Disorders" OR "Social Evaluation Phobia" OR Sociophobia OR Sociophobias OR "Fear of Social" OR Evaluation OR "Evaluation Fear, Social" OR "Social Evaluation Fear" OR "Phobia, Social Evaluation" OR "Social Evaluation Phobias" AND "Concept, Self" OR "Self Esteem" OR "Esteem, Self" OR "Self Esteems" OR "Self-Perception" OR "Self-Perceptions" OR "Self Perception" OR "Perception, Self" OR "Perceptions, Self" OR "Self Perceptions" OR "Self Confidence" OR "Confidence, Self") AND (Adolescents OR Adolescence OR "Adolescents Female" OR "Adolescent Female" OR "Female Adolescent" OR "Female Adolescents" OR "Adolescents Male" OR "Adolescent Male" OR "Male Adolescent" OR "Male Adolescents" OR Youth OR Youths OR Teens OR Teen OR Teenagers OR Teenager).	1,972
--------	--	-------

---

Scopus	("Social Phobia" OR "Social Phobias" OR "Social Anxiety Disorder" OR "Anxiety Disorder, Social" OR "Disorder, Social Anxiety" OR "Social Anxiety Disorders" OR "Social Evaluation Phobia" OR Sociophobia OR Sociophobias OR "Fear of Social" OR Evaluation OR "Evaluation Fear, Social" OR "Social Evaluation Fear" OR "Phobia, Social Evaluation" OR "Social Evaluation Phobias" AND "Concept, Self" OR "Self Esteem" OR "Esteem, Self" OR "Self Esteems" OR "Self-Perception" OR "Self-Perceptions" OR "Self Perception" OR "Perception, Self" OR "Perceptions, Self" OR "Self Perceptions" OR "Self Confidence" OR "Confidence, Self") AND (Adolescents OR Adolescence OR "Adolescents Female" OR "Adolescent Female" OR "Female Adolescent" OR "Female Adolescents" OR "Adolescents Male" OR "Adolescent Male" OR "Male Adolescent" OR "Male Adolescents" OR Youth OR Youths OR Teens OR Teen OR Teenagers OR Teenager).	2,862
--------	--	-------

---

---

ProQuest	(“Social Phobia” OR “Social Phobias” OR “Social Anxiety Disorder” OR “Anxiety Disorder, Social” OR “Disorder, Social Anxiety” OR “Social Anxiety Disorders” OR “Social Evaluation Phobia” OR Sociophobia OR Sociophobias OR “Fear of Social” OR Evaluation OR “Evaluation Fear, Social” OR “Social Evaluation Fear” OR “Phobia, Social Evaluation” OR “Social Evaluation Phobias” AND “Concept, Self” OR “Self Esteem” OR “Esteem, Self” OR “Self Esteems” OR “Self-Perception” OR “Self-Perceptions” OR “Self Perception” OR “Perception, Self” OR “Perceptions, Self” OR “Self Perceptions” OR “Self Confidence” OR “Confidence, Self”) AND (Adolescents OR Adolescence OR “Adolescents Female” OR “Adolescent Female” OR “Female Adolescent” OR “Female Adolescents” OR “Adolescents Male” OR “Adolescent Male” OR “Male Adolescent” OR “Male Adolescents” OR Youth OR Youths OR Teens OR Teen OR Teenagers OR Teenager).	100
Total.		4,934

---

### **Criterios de selección**

#### **Criterios de inclusión.**

Se incluirán investigaciones publicadas en español, portugués, mandarín inglés, cuyos participantes sean adolescentes en un rango de 12 a 18 años de edad, que exploren la relación entre Ansiedad Social (AS) y Autoestima. Se seleccionarán estudios que sean de acceso abierto (Open Access) para asegurar su accesibilidad. Además, los estudios deberán haber sido publicados entre 2014 y 2025, abarcando un período de 10 años, por la razón que en los últimos 5 años no sea encontrado las suficientes investigaciones referentes. Se considerarán tanto estudios experimentales como no experimentales, incluyendo aquellos con enfoques cuantitativos y cualitativos que investiguen esta relación. Los estudios deberán enfocarse en la evaluación psicológica de adolescentes de manera individual o en grupo, y tendrán que estar dentro de las áreas de Psicología o Medicina.

#### **Criterios de exclusión.**

Como criterios de exclusión no se admiten información de blogs, documentos en proceso de publicación, y estudios que aborden áreas ajenas a la salud mental o que no incluyan adolescentes como población principal.

### **Extracción de datos**

La información recolectada de los documentos de investigación se analizará mediante una ficha bibliográfica que incluirá los siguientes campos: autor, diferencias demográficas, relación, revista, objetivo, tipo de estudio, muestra, resultados y conclusiones.

Esta herramienta permitirá organizar y sintetizar de manera clara los elementos más relevantes de cada estudio, facilitando la elaboración del manuscrito final. Estos artículos serán extraídos de bases de datos verificadas lo que responderá a el objetivo del trabajo de titulación que aborda la relación entre autoestima y ansiedad social en los adolescentes.

El proceso de búsqueda se desarrollará en tres fases:

#### **1. Fase 1: Búsqueda inicial**

Se usarán bases de datos como PubMed, Scopus y ProQuest, en donde se ingresarán los respectivos booleanos para encontrar investigaciones relacionadas al tema de investigación, así obteniendo un primer conjunto de resultados. Los documentos serán filtrados según el tipo de acceso (Open Access), el año de publicación (2014-2025), idioma, área de estudio y diseño de investigación.

#### **2. Fase 2: Selección de estudios**

Se elegirán todas las investigaciones que traten sobre variables de interés, como la autoestima y la ansiedad social en los adolescentes, y que hagan posible el cumplimiento de los objetivos concretos del estudio. En esta etapa se examinará con atención la pertinencia de los artículos para asegurar que se alineen con la perspectiva de la investigación.

#### **3. Fase 3: Registro y análisis de la información**

Con el objetivo de llevar un registro sistemático de información esencial de cada estudio, se empleará una base de datos, lo que posibilitará un análisis minucioso de los descubrimientos más significativos. Con el fin de que la creación del documento final sea más sencilla y para garantizar que los estudios seleccionados contribuyan a la síntesis general, se organizarán los datos.

El método PRISMA Moher et al. (2009) se utilizará para clasificar y organizar los estudios seleccionados. Este procedimiento cumplirá con esta tarea, ya que recopila los datos de manera exacta, lo que mejora la comprensión y aplicabilidad de los resultados. La exposición de los resultados y las características de las investigaciones posibilitará que los encargados de formular políticas sanitarias, así como los especialistas en psicología, analicen la utilidad de estos hallazgos dentro del contexto en el que se encuentran.

### **Análisis de datos**

Se llevará a cabo un análisis cualitativo de los datos registrados durante el proceso de revisión, teniendo en cuenta una variedad de estudios que satisfagan las condiciones definidas en los criterios de inclusión y exclusión. En esta situación, se examinarán investigaciones que traten sobre la conexión entre la autoestima y la ansiedad social en los adolescentes. Cada investigación será escogida y analizada de acuerdo a su pertinencia para las variables que nos interesan.

Para optimizar la organización y el filtrado de los artículos, se empleará la herramienta Rayyan (Ouzzani et al., 2016) para administrarlos. Esta herramienta permite reconocer estudios pertinentes, suprimir duplicados y clasificar los artículos conforme a las pautas de inclusión y exclusión.

### **Estudio del riesgo de sesgo en la evaluación de los estudios**

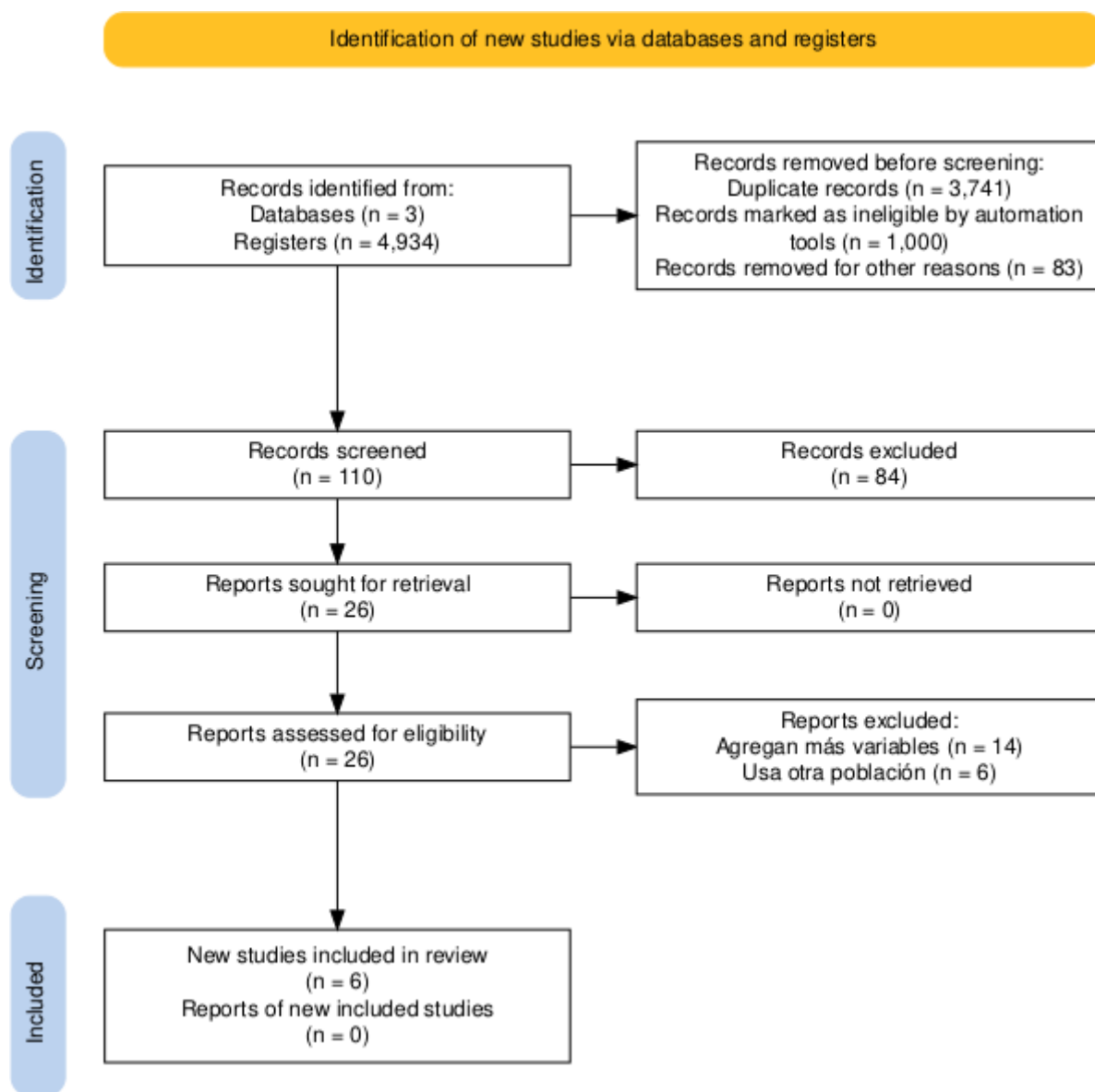
Después de la selección de los estudios, se evaluarán los sesgos potenciales en las investigaciones seleccionadas utilizando el instrumento Joanna Briggs Institute (JBI) (Aromataris et al. 2015), en el caso de que sean observacionales. Este procedimiento asegurará que los estudios que se incluyan en la revisión sistemática cumplan con los estándares de calidad, teniendo en cuenta lo siguiente: selección de los participantes, comparabilidad entre grupos, técnicas para recopilar datos, resultados reportados y control del sesgo. De este modo, se aumenta la validez de los resultados y se mejora la confiabilidad de las conclusiones de la revisión.

Este método garantizará que la revisión ofrezca un resumen correcto y provechoso de la relación entre la autoestima y la ansiedad social en los adolescentes, lo cual posibilitará una interpretación crítica y estricta de las pruebas existentes.

### **Resultados**

La búsqueda y selección de artículos se realizó con base en las directrices PRISMA (Moher et al., 2009). En total, se identificaron 4.934 documentos científicos a través de tres bases de datos: Scopus (n = 2.862), PubMed (n = 1.972) y ProQuest (n = 100). Posteriormente, los registros fueron sometidos a un proceso de depuración inicial, en el cual se eliminaron 3.741 documentos duplicados, 1.000 registros marcados como no elegibles mediante filtros automáticos (año, idioma y tipo de documento) y 83 registros excluidos por otras razones metodológicas, quedando un total de 110 artículos para la fase de revisión por título y resumen.

Durante la etapa de cribado, se excluyeron 84 estudios por no cumplir con los criterios de inclusión establecidos. En consecuencia, 26 artículos fueron evaluados en texto completo para determinar su elegibilidad. En esta fase, se excluyeron 20 estudios adicionales, de los cuales 14 no abordaban de manera directa la relación entre ansiedad social y autoestima y 6 utilizaban poblaciones fuera del rango etario definido para la presente investigación. Finalmente, se incluyeron 6 estudios que cumplieron con todos los criterios establecidos para la revisión sistemática.

**Figura 1.***Diagrama de flujo PRISMA*

Con base en los criterios de selección establecidos, se procedió a la sistematización de seis investigaciones relevantes, las cuales toman en cuenta diversos contextos geográficos y poblaciones de personas que estén en la edad de entre los doce y dieciocho años. Se consideraron aspectos fundamentales como los autores y año de publicación, el objetivo del

estudio, país, la correlación entre autoestima y ansiedad social, el diseño metodológico, instrumentos utilizados, la muestra, que cuenten con diferenciación de género, los instrumentos utilizados, y los principales hallazgos discutidos. Estos elementos se detallan en la Tabla 2.

**Tabla 2**

*Caracterización de los estudios incluidos*

<b>Autores</b>	<b>Objetivo</b>	<b>País/Región</b>	<b>Determinante</b>	<b>Diseño e instrumentos utilizados.</b>	<b>Muestra y distribución por género</b>	<b>Resultados</b>
Seemra & Kumar, (2017)	Examinar la relación entre autoestima y ansiedad social en estudiantes de secundaria.	India.	Autoestima y ansiedad social.	Cuantitativo, diseño correlacional. Instrumentos: Escala de Autoestima de Rosenberg, Social Anxiety Questionnaire	100 adolescentes (52 mujeres, 48 hombres)	Correlación negativa significativa entre autoestima y ansiedad social. Las mujeres presentaron mayor ansiedad y menor autoestima.
Chong, et al (2022)	Analizar el rol mediador de la autoestima entre la crianza	China.	Crianza consciente, ansiedad social y autoestima.	Cuantitativo, correlacional. Instrumentos:	1.188 adolescentes (49.5% mujeres, 50.5% hombres)	Se encontró una correlación negativa entre autoestima

							consciente y la ansiedad social en adolescentes.	Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), Social Anxiety Scale	y ansiedad social. La autoestima actuó como variable mediadora. Las mujeres mostraron mayor ansiedad.
Amin, et al (2020)	Evaluar eficacia de intervención para mejorar autoestima y reducir ansiedad social.	Pakistán.	Autoayuda guiada, ansiedad social y autoestima.	Ensayo clínico aleatorizado.	60 adolescentes (no reportado por género)	Se evidenció una relación inversa entre autoestima y ansiedad social, donde el aumento de la autoestima se asoció con una disminución significativa de la ansiedad social en		Instrumentos: CACBT-GSH, Escala de Autoestima, SIAS	

---

						adolescentes. La intervención cognitivo-conductual aplicada fue eficaz para mejorar ambos indicadores, y sus efectos se mantuvieron en el seguimiento posterior.
Shuai, et al (2024)	Explorar la relación entre autoestima y ansiedad social considerando género y nivel educativo.	China.	Género, nivel académico, autoestima, ansiedad social.	Cuantitativo correlacional. Instrumentos: RSES, SAS, cuestionario sociodemográfico.	120 adolescentes (60 mujeres, 60 varones)	Correlación negativa entre autoestima y ansiedad social. Mujeres y alumnos de secundaria presentaron mayor ansiedad.

---

Bhatt & Mitra (2023)	Determinar la relación entre autoestima y ansiedad social en adolescentes escolares.	India.	Autoestima y ansiedad social.	Cuantitativo, transversal correlacional. Instrumentos: Escala de Autoestima de Rosenberg, Escala de Ansiedad Social (Watson & Friend)	100 adolescentes (51 mujeres, 49 varones)	Se confirmó la relación negativa entre autoestima y ansiedad social. No se observaron diferencias significativas por género.
Zhang, et al (2019)	Estimar la relación global entre autoestima y ansiedad social en estudiantes chinos y explorar variables moderadoras como región, tipo de escuela y género.	China (66 estudios, múltiples regiones).	Autoestima, ansiedad social, género, ubicación geográfica.	Metaanálisis. Instrumentos: Diversos instrumentos estandarizados (principalmente RSES y SAS)	45.847 estudiantes (género distribuido por estudios individuales)	Relación negativa significativa ( $r = -0.41$ ). Mayor ansiedad social en zonas urbanas. Mujeres mostraron menor autoestima y mayor

---

ansiedad  
social.

---

### **Evaluación del riesgo de sesgo**

Al observar la Tabla 3 se puede apreciar un extracto de la evaluación del sesgo en los estudios incluidos, esto se logró gracias a la herramienta del Joanna Briggs Institute (JBI), utilizada principalmente en estudios observacionales y transversales, por lo cual llega a ser ampliamente utilizada en revisiones sistemáticas como la nuestra (Aromataris et al., 2015). Esta herramienta permitió valorar la validez de cada documento para la investigación, considerando criterios como los objetivos, el diseño metodológico, la muestra y la adecuación de los instrumentos utilizados.

Por lo que, la mayoría de estudios presentados en esta investigación, presentan un bajo riesgo de sesgo al definir criterios de inclusión en poblaciones de adolescentes, y al usar instrumentos psicométricos válidos, para medir los niveles de ansiedad social como de autoestima; además de aplicar un análisis estadístico adecuado para nuestros objetivos planteados previamente. Sin embargo, en algunos estudios se pudo observar una limitante persistente en las muestras, la escasa información acerca de los participantes, (condiciones psicológicas previas, contexto familiar o escolar), esto podría llegar a tener fuertes influencias internas en la validez de los hallazgos.

### **Resultados de estudios individuales**

En esta revisión sistemática se incluyen los estudios de manera consistente al presentar de manera clara la correlación inversa que llega a tener la ansiedad social y la autoestima en los adolescentes, además de ver las diferencias geográficas y de género que llegan a tener.

Por ejemplo, en el estudio de Chong et al. (2022), en China se analizó el factor protector que tiene la autoestima en la ansiedad social y la crianza consciente, se concluyó adolescentes con una percepción positiva más alta de sí mismos llegaban a tener niveles de ansiedad social más bajos, además de observar diferencias relacionadas con el género, ya que las mujeres adolescentes tenían una tendencia a mostrar mayor nivel de ansiedad social confirmando así que llegaban a tener una sensibilidad emocional más alta que los varones y provocando en ellas mayor vulnerabilidad ante factores de evaluación social.

Por otra parte, Seema y Kumar (2017) en India con una población de 100 estudiantes de secundaria, hallaron una correlación negativa entre autoestima y ansiedad social, en donde nuevamente se encontró un patrón en las mujeres al estas presentar niveles más bajos de

autoestima que los hombres y mayores niveles de ansiedad social, lo que reafirma la influencia que tiene factores culturales y contextuales en la autopercepción y el miedo a la evaluación negativa en la adolescencia.

A su vez el estudio experimental de Amin et al. (2020) realizó una intervención autoasistida de enfoque cognitivo-conductual (CACBT-GSH), en donde sus resultados reflejaron un incremento de la autoestima post-intervención y una menores niveles referentes a la ansiedad social; aunque el estudio no haya reportado diferencias de género, sus hallazgos logran evidenciar que al elevar la autoestima de los adolescentes por medio de técnicas cognitivo-conductuales la ansiedad social llegó a disminuirse lo que resulta útil para futuras intervenciones, con pacientes que sufran de ansiedad social, enfocarse en el autoconcepto que tiene el paciente.

Haciendo énfasis en la diferenciación de género, Shuai et al. (2024) encontró en su estudio que la autoestima llega a ser más baja en mujeres y quienes presentaron mayores niveles de ansiedad social. Lo que evidencio una fuerte correlación negativa entre estas dos variables. Estos resultados refuerzan la influencia que tiene el género en la construcción de la autoimagen y el desenvolvimiento social.

Así mismo Bhatt y Mitra (2023) una correlación negativa moderada entre la ansiedad social y la autoestima, aunque no se detalló demasiado en las diferencias de género y región, el análisis estadístico logro confirmar una relación inversa entre ambas variables, utilizando la Escala de Autoestima de Rosenberg y la Escala de Ansiedad Social para respaldar las conclusiones.

Por último, el estudio de Zhang et al. (2019), recopiló datos de 66 estudios, con una muestra de 45.847 participantes, los resultados evidenciaron una correlación promedio de  $r=0.41$  entre la autoestima y ansiedad social lo que es una correlación negativa moderada; además el estudio reveló que la relación fue más fuerte en mujeres y en adolescentes de zonas urbanas.

Aunque la mayoría de estos estudios no mencionaron intervalos de confianza ni tamaños de efecto estandarizados, los hallazgos indican un patrón claro y replicable: los adolescentes con menor autoestima tienen una mayor ansiedad social, y estas diferencias se acentúan en función del género y la ubicación geográfica.

### **Síntesis de los resultados.**

De los estudios incluidos, la mayor parte se centró en adolescentes de un rango de edad de entre los 12 y 18 años, de ambos géneros. Aunque varios estudios mencionaron que no había una diferencia relevante entre géneros, si existía una mayor predisposición en mujeres a tener rasgos de ansiedad social, pero no llegaban a una significancia estadística alta. Estas

investigaciones fueron realizadas en diversos contextos y países como China, India y Pakistán, lo cual es un aporte gran aporte al análisis del fenómeno al ser multicultural.

Con respecto a las variables en las que estamos centrados, ansiedad social y autoestima, todos los estudios llegaron a evaluar la esta correlación, al emplear instrumentos estandarizados. Logrando así observar que en varios estudios se repetía la asociación negativa de la autoestima con la ansiedad social, indicando que entre una variable sea más alta la otra variable disminuye, este hallazgo se sostuvo en contextos educativos, clínicos y comunitarios, y en diversas regiones, lo cual aporta solidez al patrón observado.

En cuanto a la evaluación del riesgo de sesgo, para este mismo se hizo uso de la herramienta Joanna Briggs Institute (JBI), en donde los estudios tuvieron como resultado un riesgo moderado en el manejo de variables de confusión, al no presentar reportes en torno a estrategias para controlar factores como antecedentes emocionales, contextos escolares y condiciones familiares. Sin embargo, se obtuvo un bajo riesgo en la validez de los instrumentos y la aplicación de análisis de datos.

En donde se pudo observar que todos utilizaron procedimientos estadísticos de tipo correlacional, con énfasis en coeficientes de correlación de Pearson o Spearman, según el tipo de variable y distribución muestral. Estos análisis permitieron cuantificar la dirección y fuerza de la relación entre autoestima y ansiedad social. En el caso de estudios experimentales como el de Amin et al. (2020), se usaron pruebas para muestras relacionadas (pretest-postest) y análisis de varianza (ANOVA), lo que fortaleció la validez interna de sus conclusiones.

También los estudios muestran de forma consistente las mujeres en esta población llegan a presentar niveles altos de ansiedad social y niveles más bajos de autoestima en comparación con los varones. Esto se repitió en los estudios de Seema & Kumar (2017), Chong et al. (2022), y el meta-análisis de Zhang et al. (2019) en donde se observó que las mujeres llegan a tener una mayor vulnerabilidad emocional frente a la evaluación social, lo cual llega a influir de manera directa en su autoimagen; lo cual llega a hacer más evidente que el género femenino tenga una relación más fuerte entre autoestima baja y niveles altos de ansiedad social.

Por otra parte, la región geográfica implicó una variabilidad en los datos, en el estudio de Zhang et al. (2019) observo diferencias entre zonas rurales y urbanas, haciendo una diferenciación en que las personas en zonas urbanas llegan a tener un nivel más alto de ansiedad social a diferencia de las que viven en el campo, esto debido a una mayor exposición a presiones; como estándares de éxito y validación social.

A su vez, estudios realizados en India y Pakistán identificaron patrones similares, aunque en menor escala, lo que sugiere que los factores demográficos, pueden moderar esta



Shuai, et al., 2024	1	0	1	1	1	1	1	1	9
Bhatt & Mitra., 2023	1	1	1	1	0	0	1	1	6
Zhang, et al., 2019	1	0	1	1	1	1	1	1	9

### Discusión.

El propósito de la revisión sistemática que se presenta fue examinar el vínculo entre la autoestima y la ansiedad social en los adolescentes, teniendo en cuenta las potenciales diferencias por género y lugar geográfico. En conjunto, los seis estudios mostraron de manera consistente una relación inversa y significativa entre las dos variables. Sin embargo, es fundamental aclarar que la mayor parte de los estudios fueron correlacionales y transversales, así que los resultados deben ser analizados en términos de correlación y no de causalidad. Los hallazgos indicaron que, en la población adolescente, una mayor ansiedad social se vinculó con niveles de autoestima más bajos.

Con respecto al primer eje de análisis, los estudios coincidieron en informar que la autoestima y la ansiedad social tienen una correlación negativa. Un estilo de crianza consciente se asoció con niveles más altos de autoestima en adolescentes malasio, al mismo tiempo que se relacionó con niveles más bajos de ansiedad social (Chong et al., 2022). Aunque los autores propusieron que la dinámica de los padres podría tener un impacto en estas variables, los datos mostrados fueron asociaciones estadísticas, lo cual no permite determinar direccionalidad. De forma semejante, Bhatt y Mitra (2023) informaron que puntuaciones más bajas en autoestima se asociaban con niveles más altos de síntomas de ansiedad social, utilizando la “Rosenberg Self-Esteem Scale” y el “Social Anxiety Scale for Adolescents”, lo cual confirma que esta conexión es consistente en variados contextos culturales.

Desde la perspectiva del género, múltiples investigaciones apuntaron a que existen diferencias importantes. Seema y Kumar (2017) descubrieron que, entre los adolescentes de la India, las mujeres experimentaban más ansiedad social y tenían menos autoestima que los hombres. Chong et al. (2022) informaron hallazgos análogos, indicando que estas disparidades podrían estar relacionadas con elementos socioculturales como las expectativas sociales y los

estándares de conducta. Igualmente, Shuai et al. (2024) encontraron que, en las mujeres, la correlación negativa entre las dos variables fue mayor. En general, estos resultados indican que el género podría funcionar como una variable moderadora en cuanto a la intensidad de la relación entre autoestima y ansiedad social. No obstante, no se pueden determinar mecanismos explicativos definitivos con la evidencia disponible.

Algunos estudios mostraron variaciones entre las áreas rurales y urbanas en términos de ubicación geográfica. Amin et al. (2020), en una investigación experimental fundamentada en métodos de tipo cognitivo-conductuales auto asistidos, notaron que los individuos de áreas urbanas mostraban niveles más altos de ansiedad social al principio que los sujetos de las áreas rurales. De manera parecida, Shuai et al. (2024) informaron que los adolescentes que viven en zonas urbanas presentaban más síntomas. Estos hallazgos indican que las variables de contexto, como el ambiente académico y social, pueden estar relacionadas con la gravedad de los síntomas; sin embargo, los estudios analizados no se concentraron en variables estructurales que podrían ayudar a entender estas disparidades.

Los hallazgos del estudio experimental de Amin et al. (2020) revelaron que, después de la intervención, se observó una reducción de la ansiedad social y un aumento de la autoestima. A pesar de que estos descubrimientos indican que la autoestima podría ser un elemento clínicamente significativo en los programas de intervención, el diseño de la investigación no logró aislar del todo el impacto concreto de cada variable; por lo tanto, se debe tener precaución al interpretar los resultados. Este estudio proporcionó evidencia adicional al panorama que la revisión identificó, el cual es principalmente correlacional.

Zhang et al. (2019), en su metaanálisis que abarcó 66 investigaciones con más de 45,000 participantes, encontraron una correlación promedio moderada y estadísticamente relevante entre la autoestima y la ansiedad social ( $r \approx -0,41$ ). Asimismo, indicaron que la asociación fue más significativa en mujeres y en muestras de áreas urbanas. Se pudo poner en contexto los resultados de las investigaciones individuales gracias a la inclusión de este metaanálisis dentro de una síntesis cuantitativa más extensa. No obstante, es importante tener en cuenta que la mayor parte de los estudios incluidos en este metaanálisis también fueron transversales.

Los estudios analizados, en general, exhibieron consistencia metodológica en el empleo de instrumentos, especialmente la “Rosenberg Self-Esteem Scale” y el “Social Anxiety Scale for Adolescents”; esto aumentó la comparabilidad entre las investigaciones. Sin embargo, la importancia de diseños transversales, el escaso número de investigaciones incluidas y la concentración geográfica en contextos asiáticos son elementos que restringen la generalización de los resultados. Por lo tanto, a pesar de que la evidencia analizada sugirió una relación inversa

constante entre la autoestima y la ansiedad social en los adolescentes, se necesita más investigación multicultural y longitudinal para poder entender mejor esta asociación y sus posibles implicaciones clínicas.

### **Conclusión.**

En cuanto al objetivo general establecido, esta revisión sistemática demostró, con base en los seis estudios incorporados, que existe una relación inversa entre la autoestima y la ansiedad social en adolescentes, siendo esta asociación estadísticamente significativa. Los descubrimientos indican que la ansiedad social alta está vinculada a una autoevaluación más pesimista, lo que puede estar vinculado con problemas en el funcionamiento emocional y en las interacciones entre personas dentro de entornos sociales, académicos y familiares.

Igualmente, los hallazgos analizados hicieron posible identificar factores de protección y vulnerabilidad relacionados con esta relación. En la revisión de los estudios, se observó que una autoestima más baja estaba vinculada con un temor mayor a ser evaluado negativamente, conductas de evitación y dificultades para expresarse socialmente; en cambio, una autoestima más alta estaba relacionada con menos síntomas de ansiedad social y mejores indicadores de adaptación social. Sin embargo, dado que la mayor parte de los estudios incluidos en este análisis se basaron en un diseño transversal, estos hallazgos deben ser analizados desde un enfoque correlacional.

Por otro lado, la evidencia analizada sugirió que elementos demográficos como el género y la localización geográfica podrían influir en la intensidad de este vínculo. En múltiples investigaciones, se ha documentado de manera consistente que las mujeres tienen más ansiedad social y menos autoestima, además de que la sintomatología es más prevalente en entornos urbanos. Estos hallazgos indican que los elementos socioculturales y ambientales pueden tener un impacto en la formación del autoconcepto y su relación con la ansiedad social durante la adolescencia.

Por último, pese a que los hallazgos mostraron un patrón constante entre las variables analizadas, la escasa cantidad de investigaciones incluidas y el predominio de estudios realizados en contextos asiáticos restringen la posibilidad de generalizar los resultados. Por lo tanto, se sugiere que los futuros estudios incluyan diseños longitudinales, grupos de participantes culturalmente variados y evaluaciones de intervenciones psicológicas orientadas a fortalecer la autoestima, para así profundizar y consolidar el entendimiento de esta relación en la población adolescente.

### **Limitaciones.**

Dentro de las limitantes de esta revisión sistemática que se lograron identificar fueron,

en primer lugar, el enfoque exclusivo en la población de adolescentes, lo que llegó a impedir una generalización de hallazgos a otros grupos etarios, estos siendo niños o adultos, los cuáles también se reportaron con presencia de ansiedad social y ciertas variaciones en la autoestima, la delimitación de la investigación impidió el poder comparar el comportamiento de ambas variables a lo largo del ciclo vital.

Además, existe una limitación relevante dentro del estudio, correspondiente a los estudios incluidos, se observan que la mayoría de investigaciones analizadas no se desarrollaron en América Latina, sino que en contextos asiáticos y europeos. Lo que llega a limitar la extrapolación de los resultados a contextos socioculturales distintos, educativos y familiares.

Por otra parte, también se identificaron heterogeneidad metodológica en los estudios revisados, tanto en los instrumentos usados para la evaluación de la ansiedad social y la autoestima como en los diseños de investigación, si bien se tuvo uso de escalas válidas para los datos recolectados, también existió una falta de estandarización en los métodos de medición y control en las variables de confusión, como contexto familiar, ambiente, antecedentes emocionales o entorno escolar, lo que llega a afectar la comparabilidad y precisión de los resultados.

Por último, gran parte de los estudios incluidos son transversales lo que llega a limitar el establecimiento de relaciones causales entre la autoestima y la ansiedad social. Se recomienda que para futuras investigaciones se incorporen diseños longitudinales y muestras más amplias, además de una evaluación de intervenciones psicológicas dirigidas al fortalecimiento de la autoestima como parte de la prevención de ansiedad social en adolescentes.

## Referencias

- Alfaro, N., Muñoz, D., & Romero, V. (2023). Correlación entre habilidades sociales y autoestima en una muestra de estudiantes de educación superior chilenos pertenecientes a la macro zona norte durante el retorno a clases presenciales. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú. <https://doi.org/10.35622/j.rep.2023.02.004>
- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). American Psychiatric Association. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Amin, R., Iqbal, A., Naeem, F., & Irfan, M. (2020). Effectiveness of a culturally adapted cognitive behavioural therapy-based guided self-help (CACBT-GSH) intervention to reduce social anxiety and enhance self-esteem in adolescents: A randomized controlled trial from Pakistan. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*. <https://doi.org/10.1017/S1352465820000284>
- Aromataris, E., Fernandez, R., Godfrey, C., Holly, C., Kahlil, H., & Tungpunkom, P. (2015). Summarizing systematic reviews: Methodological development, conduct and reporting of an umbrella review approach. *International Journal of Evidence-Based Healthcare*, 13(3), 132–140. <https://jbi.global/critical-appraisal-tools>
- Bhatt, A., & Mitra, R. K. (2023). Social phobia and self-esteem among adolescents. *International Journal of Research and Analytical Reviews*. <https://ijrar.org/papers/IJRAR23B2991.pdf>
- Caballo, V. E., Salazar, I. C., Arias, B., Irurtia, M. J., Hofmann, S. G., & Equipo de Investigación CISO-A España. (2018). La autoestima y su relación con la ansiedad social y las habilidades sociales. Pirámide. <https://zaguan.unizar.es/record/70886>
- Chacón Delgado, E., Xatruch de la Cera, D., Fernández Lara, M., & Murillo Arias, R. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*. <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>
- Chong Wen, W., Sha Sha, L., & Xu, E. (2022). Mediating effects of self-esteem on the relationship between mindful parenting and social anxiety level in Chinese adolescents. *Medicine (Baltimore)*. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000032103>
- Díaz Falcón, D., Fuentes Suárez, I., & Senra Pérez, N. (2018). Adolescencia y autoestima: Su desarrollo desde las instituciones educativas. *Revista Conrado*, 14(6). <http://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado>
- Díaz Sicachá, D. (2019). Trastorno de ansiedad social o fobia social: Implicaciones y sus

- diferencias con la tímidez. Universidad Manuela Beltrán. <https://bucaramanga.umb.edu.co/docs/revistas-umb/revista-de-investigacion-estudiantil-opera-prima-universidad-manuela-beltran.pdf#page=16>
- Espinosa-Fernández, L., Muela, J. A., & García-López, L. J. (2016). Avances en el campo de estudio del trastorno de ansiedad social en adolescentes: El papel de la emoción expresada. Universidad Miguel Hernández de Elche. <https://www.redalyc.org/pdf/4771/477152554011.pdf>
- Jerves Mora, R. (2020). Pandemia y ansiedad social. *Maskana*, 38(2). <https://doi.org/10.18537/ms.v38i2.3224>
- Marín-Ramírez, A. H., Martínez-Díaz, G. J., & Ávila-Avilés, J. M. (2015). Detección de sintomatología de ansiedad social y factores asociados en adolescentes de Motul, Yucatán, México. Universidad Autónoma de Yucatán. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=58187>
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D., & The PRISMA Group. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA statement. *PLOS Medicine*, 6(7), e1000097. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>
- OMS. (2017). *Descriptor en Ciencias de la Salud (DeCS)*. <https://decs.bvsalud.org/en/>
- Organización Mundial de la Salud. (2019). *Clasificación Internacional de Enfermedades, 11.ª edición (CIE-11)*. <https://doi.org/10.1007/s00127-019-00400-0>
- Ouzzani, M., Hammadi, S., Fedorowicz, Z., & Elmagarmid, A. (2016). Rayyan—A web and mobile app for systematic reviews. *Systematic Reviews*, 5, 210. <https://doi.org/10.1186/s13643-016-0384-4>
- Palacios, X. (2019). Adolescencia: ¿Una etapa problemática del desarrollo humano? *Revista Ciencias de la Salud*, 17(1). [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1692-72732019000100005&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1692-72732019000100005&script=sci_arttext)
- Pérez Villalobos, H. (2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal. Universidad ALVART. [https://redescolar.ilce.edu.mx/sitios/proyectos/nutricion\\_enfermedades\\_oto22/doc/aut\\_oestima\\_exito\\_personal.pdf](https://redescolar.ilce.edu.mx/sitios/proyectos/nutricion_enfermedades_oto22/doc/aut_oestima_exito_personal.pdf)
- Rojas Cuastumal, V. A., & Pilco Guadalupe, G. A. (2023). Autoestima y habilidades sociales en adolescentes. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.529>
- Seema, G., & Kumar Venkatesh, G. (2017). Self-esteem and social anxiety in adolescent students. *Indian Journal of Positive Psychology*.

- <https://www.proquest.com/openview/7219aaa6a8e80dfd99d4b267bd1583a4>
- Shuai, L., Zhaojun, C., Jian, M., Hui, W., Peibo, W., & Yajuan, H. (2024). The relationship between self-esteem and social phobia among college students: The mediating effect of fear of negative evaluation and the moderating effect of perfectionism. *International Journal of Mental Health Promotion*. <https://doi.org/10.32604/ijmhp.2024.048917>
- Tacca Huamán, D. R., Cuarez Cordero, R., & Quispe Huaycho, R. (2020). Habilidades sociales, autoconcepto y autoestima en adolescentes peruanos de educación secundaria. *International Journal of Sociology of Education*. <https://doi.org/10.17583/rise.2020.5186>
- Valiente Barroso, C., & Marcos Sánchez, R. (2020). Fortaleza psicológica adolescente: Relación con la inteligencia emocional y los valores. *Universidad de Oviedo*. <https://digiuv.villanueva.edu/handle/20.500.12766/335>
- Yousaf, S. (2015). The relation between self-esteem, parenting style and social anxiety in girls. *IISTE*. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1083862.pdf>
- Yu, X., Ruan, Y., Zhang, Y., Wang, J., Liu, Y., Zhang, J., & Zhang, L. (2021). Cognitive neural mechanism of social anxiety disorder. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11), 555. <https://doi.org/10.3390/ijerph18>
- Zhang, Y., Li, S., & Yu, G. (2019). The relationship between self-esteem and social anxiety: A meta-analysis with Chinese students. *Advances in Psychological Science*. <https://doi.org/10.3724/SP.J.1042.2019.01005>



**Mateo Sebastián Dután Bermeo** portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **0105383426**. En calidad de autor/a y titular de los derechos patrimoniales del trabajo de titulación **“Ansiedad social y la autoestima de los adolescentes: Una revisión sistemática”** de conformidad a lo establecido en el artículo 114 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, reconozco a favor de la Universidad Católica de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos y no comerciales. Autorizo además a la Universidad Católica de Cuenca, para que realice la publicación de éste trabajo de titulación en el Repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, **12 de marzo de 2026**

F:  .....

**Mateo Sebastián Dután Bermeo**

C.I. **0105383426**