

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2507>

Importancia dada al cuidado de la salud mental y nivel de endeudamiento de las generaciones Baby Boomers, generación X, Millenials y generación Z, caso Loja Ecuador

Importance given to mental health care and debt levels of baby boomers, generation X, millennials, and generation Z: the case of Loja, Ecuador

Janeth Soledad Gutiérrez Ordoñez

janeth.gutierrez@unl.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0003-2502-268X>
Universidad Nacional de Loja
Loja – Ecuador

Jimena Elizabeth Benítez Chiriboga

jimena.benitez@unl.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-2773-6080>
Universidad Nacional de Loja
Loja – Ecuador

Max Gabriel Boada Hurtado

max.boada@unl.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0001-5731-6098>
Universidad Nacional de Loja
Loja – Ecuador

Talia del Rocío Quizhpe Salazar

talia.quizhpe@unl.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-7019-3405>
Universidad Nacional de Loja
Loja – Ecuador

Artículo recibido: 01 de agosto de 2024. Aceptado para publicación: 16 de agosto de 2024.
Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

La presente investigación tiene como propósito analizar la interrelación entre la salud mental y el nivel de endeudamiento, de los consumidores siendo un área muy importante de estudio, que afecta significativamente la calidad de vida de las personas, investigación que se realiza con un enfoque cuali-cuantitativo, mediante la aplicación de encuestas a 400 personas, que forma parte de estos grupos generacionales, se encontró información primaria, para lo cual se planteó una hipótesis, la misma que se validó con una prueba de chi cuadrado, en donde se determina las variables que inciden en la importancia dada al cuidado de la salud mental y el nivel de endeudamiento, como son como la tolerancia a la frustración, la prevalencia de trastornos mentales y el impacto financiero. Los resultados dan a conocer la correlación significativa que existe entre el cuidado de la salud mental y el manejo financiero, destacando que aquellos que priorizan su bienestar mental tienden a tener niveles de endeudamiento más bajos. Además, se pudo evidenciar las diferencias significativas que existen entre generaciones, en términos de actitudes hacia la deuda y estrategias de manejo financiero. La importancia de estos hallazgos es relevante para el desarrollo de políticas públicas y estrategias de intervención que aborden de manera conjunta la salud mental y la gestión financiera. Este estudio aporta a la literatura existente al proporcionar una comprensión más profunda de cómo la salud mental y el endeudamiento están interrelacionados y ofrece recomendaciones prácticas para mejorar tanto el bienestar mental como la estabilidad económica de las personas

Palabras clave: endeudamiento, finanzas, generaciones, salud mental

Abstract

The purpose of this research is to analyze the interrelationship between mental health and debt levels of consumers, an important area of study that significantly affects people's quality of life. The research is conducted with a qualitative-quantitative approach, using surveys applied to 400 people from these generational groups. Primary information was collected, and a hypothesis was formulated and validated with a chi-square test, which determined the variables that influence the importance given to mental health care and debt levels, such as frustration tolerance, the prevalence of mental disorders, and financial impact. The results reveal a significant correlation between mental health care and financial management, highlighting that those who prioritize their mental well-being tend to have lower levels of debt. Additionally, significant differences between generations were evidenced in terms of attitudes towards debt and financial management strategies. The importance of these findings is relevant for the development of public policies and intervention strategies that jointly address mental health and financial management. This study contributes to the existing literature by providing a deeper understanding of how mental health and debt are interrelated and offers practical recommendations to improve both mental well-being and economic stability of individuals.

Keywords: debt, finances, generations, mental health

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicado en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons .



Cómo citar: Gutiérrez Ordoñez, J. S., Benítez Chiriboga, J. E., Boada Hurtado, M. G., & Quizphe Salazar, T. del R. (2024). Importancia dada al cuidado de la salud mental y nivel de endeudamiento de las generaciones Baby Boomers, generación X, Millenials y generación Z, caso Loja Ecuador. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 5 (4), 3468 – 3478. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2507>

INTRODUCCIÓN

La salud mental y el nivel de endeudamiento son dos factores importantes que afectan significativamente la calidad de vida de las personas. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), los trastornos mentales afectan a una de cada cuatro personas en algún momento de sus vidas, mientras que el nivel de endeudamiento ha aumentado considerablemente en las últimas décadas, especialmente entre los jóvenes y los adultos jóvenes (OMS, 2023). En este contexto, surge la necesidad de investigar la posible relación entre la atención dada al cuidado de la salud mental y el nivel de endeudamiento, especialmente en un mundo.

Aunque existen numerosos estudios que abordan por separado los temas de salud mental y el nivel de endeudamiento, hay una carencia notable de investigaciones que exploren la interrelación entre ambos. La literatura actual sugiere que problemas de salud mental pueden llevar a un manejo financiero deficiente, y viceversa, pero esta relación no ha sido suficientemente explorada a través de un enfoque generacional (Smith et al., 2020; Johnson, 2021). Las generaciones pueden enfrentar y manejar sus finanzas de manera diferente debido a factores como la cultura, la economía y la educación financiera, lo que hace esencial estudiar estas diferencias para obtener una visión más completa.

El principal objetivo de este estudio es analizar la relación que existe entre la importancia dada al cuidado de la salud mental y el nivel de endeudamiento en diferentes generaciones. Para ello, se examinaron factores como la tolerancia a la frustración, la prevalencia de trastornos mentales. Este análisis no solo busca identificar patrones y correlaciones, sino también ofrecer recomendaciones prácticas para mejorar la salud mental y la estabilidad financiera de las personas.

En conclusión, el presente estudio pretende una brecha en la literatura actual al explorar cómo la importancia que se da al cuidado de la salud mental puede influir en el nivel de endeudamiento, con un enfoque particular en las diferencias generacionales. Los resultados de esta investigación podrían tener importantes implicaciones para el desarrollo de políticas públicas y estrategias de intervención que aborden simultáneamente la salud mental y la gestión financiera.

DESARROLLO

Importancias del Cuidado de la Salud Mental

La salud mental es importante para mantener un buen bienestar integral, el cual permite a las personas desarrollarse física y emocionalmente bien. Por ello, ayudar y ayudarse a uno mismo promueve la adopción de “estrategias saludables para hacer frente a situaciones difíciles” (National Institute on Drug Abuse, 2021), lo que permite fomentar la lucha contra el estrés y situaciones complejas que se presenten al pasar el tiempo.

Estrategias Saludables para el enfrentamiento de Situaciones Difíciles

Adoptar estrategias saludables para enfrentar situaciones difíciles es crucial para mantener una buena salud mental. El National Institute on Drug Abuse (2021) destaca la importancia de desarrollar habilidades de afrontamiento, como la gestión del estrés, la resolución de problemas y la búsqueda de apoyo social. Estas estrategias pueden incluir prácticas como la meditación, el ejercicio regular, una alimentación saludable, así como la participación de actividades significativas.

Impacto de la Pandemia del COVID-19

En el 2020, se vivió el confinamiento por la pandemia de COVID-19, una situación donde nadie se encontró preparado mental y emocionalmente para enfrentar, de acuerdo a una investigación un “grupo millennial de entre 19 y 24 años (estudiantado universitario) muestran mayores niveles de ánimo depresivo respecto a la población millennial activa laboral (entre 25 y 40 años)” (González Casas et al., 2022).

Tolerancia a la frustración

Otro aspecto que induce al cuidado de la salud mental es la tolerancia a la frustración, que se refiere a un “estado emocional y conductual positivo del organismo, que refleja la capacidad de espera, paciencia y calma, con actitud reflexiva, frente a una situación” (González & Landero, 2021), la misma que, para ciertas personas que logran controlar su frustración, puede ser visto con un proceso de aprendizaje.

Diferencias Generacionales en la Tolerancia a la Frustración

De acuerdo a González y Landero (2021) la sociedad actual está compuesta por varias generaciones que tienen características diferentes y por ende, hay distinción en la tolerancia a la frustración, en la investigación realizada por estos autores dan a conocer que “existen diferencias en la tolerancia a la frustración, que pueden ser atribuibles a las características de cada generación y no tanto a la edad, madurez o experiencia”, donde los Baby Boomers son más tolerantes a la frustración, mientras que, los Millennials tienen menor tolerancia esencialmente en la dimensión laboral.

Trastornos de la Salud Mental

Asimismo, dentro de la salud mental se pueden presentar trastornos que pueden afectar la misma, esto depende a qué concepto se asocia el trastorno, el cual puede variar en todas las personas, en el estudio realizado por Gonzáles et al. (2021) el trastorno puede referirse a adicción, es decir, al nivel de consumo o uso continuo de algo, mismo que puede provocar ansiedad y trastornos de sueño, por lo tanto, las generaciones X, Y y Z se encuentran expuestos a cualquier problema de salud mental si muestran adicciones.

Adicciones y su impacto en la Salud Mental

Además, en la investigación elaborada por Gonzáles et al. (2021) las generaciones X, Y y Z en relación a trastornos o afectaciones a su salud: Identificaron como la más prevalente las relacionadas con las enfermedades oculares (55.3%), seguido por problemas de trastornos de sueño (39.6%) y ansiedad (38.1%), dejando evidencias de hacia dónde orientar las políticas sanitarias para la atención de estas afectaciones en poblaciones económicamente activas como lo representan estas tres generaciones (Gonzáles et al., 2021).

Por otra parte, según Gálvez (2021) es muy recomendable que dentro de la educación se implementen programas sobre la importancia del cuidado de la salud mental, y más ahora que el mundo laboral y tradicional cambió rotundamente luego de la pandemia.

En la actualidad el mundo se encuentra en constantes cambios y avances tecnológicos, el desarrollo de las TIC's se ha convertido en algo trascendental para la vida de las personas, “lo que genera la presencia de una diversidad de rasgos comportamentales e inesperados trastornos psicológicos” (Martino Gonzales, 2014).

La generación Z o también conocida como generación Net, según Martino (2014) “ellos se orientan más por reacciones que por convicción; muestran escasa tolerancia a la frustración, buscan gratificaciones inmediatas; su realismo es escaso, se proyectan objetivos sin medir la energía que exige enfrentarse a los inconvenientes, se muestran evasivos; esto indica que son una generación que en muchos casos no aceptan el resultado de sus acciones y que son personas con muy poca madurez emocional.

Nivel de endeudamiento

Comportamientos económicos y Nivel de Endeudamiento

El nivel de endeudamiento hace referencia a la capacidad que tienen las personas para endeudarse sin poner en riesgo sus ingresos. Una adecuada gestión de las finanzas personales es fundamental para el bienestar integral, ya que una falta de control del mismo puede llevar a altos niveles de estrés y ansiedad.

Comportamiento Financiero de los Baby Boomers

De acuerdo a Augustine (2017) la generación Baby Boomers conlleva una ventaja en el manejo de su dinero en relación con otras generaciones, es decir, controlan de mejor manera lo que hacen con sus ingresos, ya que estos

prefieren tener ahorros o realizar inversiones. Además, en economías desarrolladas como en Estados Unidos según García y Neut (2016) esta generación primordialmente ahorra con la finalidad de asegurar su vida una vez que empiezan a jubilarse.

Comportamiento Financiero de la Generación X

Si bien, administrar las finanzas personales es muy importante actualmente, por lo que hacer una reserva de los ingresos, se puede ir construyendo una buena calidad de vida para un futuro, sin embargo, por medio de un estudio se identificó que “la generación X coincide más con la respuesta de no tener dinero o que este le fuera insuficiente para el ahorro” (Marroquin et al., 2023). Esto se debe a no contar con un conocimiento o planeación financiera adecuada que brinde ayuda para ahorrar.

Comportamiento Financiero de los Millennials.

Los millennials son personas que al pasar el tiempo han ido adquiriendo preferencia por ahorrar para su jubilación, para esta generación las decisiones financieras son trascendentales que giran por el endeudamiento y ahorro; entre el ahorro más importantes para esta generación es estar preparados para poder sustentar su casa, contar con dinero ahorrado para un evento fortuito y que el dinero es usado para ocio. La generación Y prefiere “gastar la mayor parte de su presupuesto en salir a comer/cenar con sus amigos; los universitarios “old” prefieren ir al cine, comprar ropa y les gusta viajar mucho” (Saucedo et al., 2018).

Comportamiento Financiero de los Centennials

Por otra parte, los centennials o generación Z de acuerdo a la investigación “el ahorro en los centennials y sus futuros problemas” demuestra que esta generación es originalmente digital, que a diferencia de generaciones anteriores “los centennials ahorran primero para reunir capital (33%) y luego para pagar su educación (22%)” (Magallanes, 2022). Además, las personas comenzaron a asumir su propio cargo de las finanzas a una edad muy temprana. Asimismo, dentro del mismo estudio se identifica que “los centennials ahorran en un 61% tanto en medios formales e informales, el 38% no ahorra”, dentro de estos medios los informales hacen referencia ahorrar en su propia casa, tanda, conocidos, etc.

En México, el “12.55% de los jóvenes que conforman esta nueva generación de centennials reciben apoyo del gobierno teniendo ingresos de 3,998 pesos con 98 centavos” (Magallanes, 2022). Lo cual, motiva e incentiva a los centennials a ahorrar y gastar en lo necesario y de manera adecuada.

Comprender la importancia dada al cuidado de la salud mental y los comportamientos económicos de diferentes generaciones es fundamental para desarrollar estrategias efectivas de bienestar. Cada generación enfrenta desafíos únicos que afectan la salud mental y su manejo financiero, y estas diferencias deben ser consideradas al diseñar programas de intervención políticas sanitarias.

Al adoptar un enfoque integral que contemple tanto los aspectos emocionales como económicos, podemos promover un bienestar integral más robusto y resiliente para todas las generaciones.

METODOLOGÍA

Este estudio tiene un diseño cuantitativo descriptivo-correlacional con el objetivo de examinar la relación entre la importancia dada al cuidado de la salud mental y el nivel de endeudamiento en diferentes generaciones.

La Población y Muestra: La población del estudio incluyó personas de diferentes generaciones, divididos en tres grupos etarios: jóvenes (18-35 años), adultos (36-55 años) y mayores (56 años en adelante). Se seleccionó una muestra representativa de aproximadamente 300 participantes los mismo que fueron divididos (100 por grupo etario) utilizando un muestreo estratificado aleatorio para asegurar la representación de cada grupo generacional.

El cuestionario que se aplicó contó con una serie de preguntas que recogían información general como: identificación de la generación, edad, actividad que realiza, nivel de ingresos, gastos y endeudamiento, y preguntas específicas cómo importancia en el cuidado de la salud mental y emocional.

Para el análisis de los datos se utilizó la herramienta SPSS, donde se emplearon estadísticas no paramétricas como la prueba de chi-cuadrado para asociar la variable de la edad con importancia al cuidado de la salud mental y emocional y prueba de Kruskal-Wallis para comparar la edad con el ingreso mensual y gasto mensual.

RESULTADOS

Los principales resultados de la investigación indican que para las generaciones Baby boomer se encuentran en un rango de edad entre 57-75 años, generación X entre 41-56 años, Y entre 25-40 años y Z entre 9-24 años.

En cuanto a la importancia dada al cuidado de la salud mental se pudo identificar que el 1,3% de los encuestados indicaron que no dan importancia, el 5% le da poca importancia, el 21% indiferente, el 36% algo importante y el 36,8% le da mucha importancia al cuidado de su salud mental y emocional.

Tabla 1

¿Cuánta importancia le da al cuidado de su salud mental y emocional?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	1	5	1,3	1,3	1,3
	2	20	5,0	5,0	6,3
	3	84	21,0	21,0	27,3
	4	144	36,0	36,0	63,2
	5	147	36,8	36,8	100,0
	Total	400	100,0	100,0	

Las generaciones que se encuentran entre las edades de 57-75 años de los 100 encuestados 47 manifiestan que es importante y 37 consideran muy importante el cuidado de su salud mental y emocional, 46 encuestados que se encuentran entre 41-56 años manifiestan que para ellos es importante, para 41 personas de 25-40 años es muy importante y para los de 9-24 años únicamente 39 de los 100 encuestados piensan que es muy importante.

Tabla 2

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	36,644a	12	,000
Razón de verosimilitud	38,541	12	,000
Asociación lineal por lineal	7,033	1	,008
N de casos válidos	400		

Nota: a. 4 casillas (20,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 1,25.

Ho: No hay una relación significativa entre la edad y la importancia otorgada al cuidado de la salud mental y emocional.

Una vez realizada la prueba de chi-cuadrado, de la población de estudio se pudo identificar que con un $p=0,000$ existe una relación significativa entre la edad y la importancia que le dan las personas a el cuidado de la salud mental y emocional.

Nivel de endeudamiento

Tabla 3

¿Cuál es el nivel de endeudamiento de su hogar?

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Deudas entre el 25% y 50% de ingresos	133	33,3	33,3	33,3
	Deudas entre el 50% y 75% de ingresos	25	6,3	6,3	39,5
	Deudas mayores al 75% de ingresos	9	2,3	2,3	41,8
	Deudas menores al 25% de ingresos	114	28,5	28,5	70,3
	Sin deudas	119	29,8	29,8	100,0
	Total	400	100,0	100,0	

Estos datos representan la distribución de una muestra de 400 personas que destinan cierto porcentaje de sus ingresos al pago de deudas, es decir, un 33,3% de los encuestados tiene deudas que representan entre el 25% y 50% de sus ingresos, es decir que esta parte de la muestra tiene una carga de deuda moderada en comparación con sus ingresos; el 6,3% de encuestados tiene una carga de deuda alta, la cual representa entre el 50% y 75% de sus ingresos; el 2,3% de la muestra tiene deudas que superan el 75% de sus ingresos, lo que indica que este porcentaje de encuestados enfrenta una carga de deuda extremadamente alta en relación con sus ingresos; el 28,5% de encuestados tienen deudas que representan menos del 25% de sus ingresos, indicando que una proporción significativa de la muestra tienen deudas relativamente bajas y el 29,8% no tienen deudas, lo que indica que 119 personas que son una proporción considerable de los encuestados no poseen ningún tipo de deudas.

Prueba de Kruskal-Wallis

La presente prueba permite comparar los diferentes grupos de edad por medio de las generaciones con los ingresos mensuales y gastos mensuales.

Tabla 4

Rangos

	¿Cuál es su edad? (Agrupada)	N	Rango promedio
1.5 ¿Cuál es su ingreso mensual? (Agrupada)	9-24	99	124,00
	25-40	99	210,77
	41-56	100	226,48
	57-75	100	236,11
	Total	398	
1.6 ¿Cuánto suele gastar mensualmente? (compras, deudas, créditos, etc.) (Agrupada)	9-24	98	161,50
	25-40	99	195,14
	41-56	100	220,65
	57-75	100	217,93
	Total	397	

En primer lugar, se presentan los rangos de edad comparados con el ingreso y el gasto mensual, con el número de casos y los rangos promedio, que se obtienen de dividir la suma de rangos de cada grupo entre la cantidad de casos en el grupo.

Tabla 5

Estadísticos de prueba

	¿Cuál es su ingreso mensual? (Agrupada)	¿Cuánto suele gastar mensualmente? (compras, deudas, créditos, etc.) (Agrupada)
H de Kruskal-Wallis	75,884	35,151
Gl	3	3
Sig. asintótica	,000	,000

Nota: a. Prueba de Kruskal Wallis. b. Variable de agrupación: 1.1 ¿Cuál es su edad? (Agrupada).

Finalmente, se presentan los valores de H de Kruskal-Wallis, así como los grados de libertad y el nivel de significancia de la prueba. Donde, se puede identificar que el valor p de 0,000 permite conocer que existen grandes diferencias significativas en los ingresos y gastos mensuales entre los diferentes grupos de edad.

DISCUSIÓN

Los resultados del presente estudio indican que existe una dinámica asociación entre las variables de edad e importancia dada al cuidado de la salud mental y emocional con un $p=0,000$, lo que ratifican hallazgos anteriores que mencionan las diferencias de las generaciones en la percepción y manejo de la salud mental. Donde González Casas et al. (2022) menciona que los millenials universitarios son quienes muestran grandes niveles de estado de ánimo depresivos, por otra parte, González y Landero (2021) destacan que los baby boomers tienen mayor tolerancia a la frustración y los millennials tienen menor tolerancia esencialmente en el ámbito laboral.

En lo referente al nivel de endeudamiento, del total de los 400 encuestados, el 33.3% de las personas tiene deudas que representan entre el 25% y el 50% de sus ingresos, mientras que el 29.8% no tiene deudas, en la investigación de Augustine (2017) la generación baby boomer llevan de mejor manera sus finanzas, mientras que la generación X presenta problemas para ahorrar (Marroquín et al., 2023). La prueba no paramétrica de Kruskal-Wallis con un

$p=0,000$ muestra diferencias significativas entre los grupos de edad en relación a sus ingresos y gastos mensuales, lo que indica que el ahorro y gasto de dinero varía como lo puede manifestar Magallanes (2022) en su investigación la generación centennials toma como referencia el ahorro de capital para luego invertir en su educación, los millennials cada vez más se van mentalizando en ahorrar para su jubilación y manutención de hogar y la generación Y prefiere invertir en actividades de ocio (Saucedo et al., 2018). Las limitaciones del presente estudio pueden influir en el tamaño de la muestra, pero la aportación es muy valiosa ya que, permite trazar mediaciones que promuevan la importancia del cuidado de la salud mental y emocional junto a tener una adecuada educación financiera que vaya de acuerdo a las necesidades de cada generación.

CONCLUSIONES

Esta investigación demuestra que existe una relación significativa entre la importancia dada al cuidado de la salud mental y el nivel de endeudamiento. Es decir que las personas que priorizan su bienestar mental tienden a tener niveles de endeudamiento bajo.

Existen diferencias entre las generaciones en términos de actitudes hacia las deudas y estrategias del manejo financiero. Los Baby Boomers muestran mayor control financiero, mientras que los Millennials y Centennials presentan comportamientos financieros diversos.

Los hallazgos de esta investigación son importantes para el desarrollo de políticas públicas que aborden simultáneamente la salud mental y la gestión financiera, promoviendo estrategias integrales para mejorar la calidad de vida de las personas.

Se recomienda que las instituciones educativas ofrezcan programas educativos sobre salud mental y finanzas personales desde una edad temprana, para fomentar una mejor gestión del bienestar emocional y económico.

REFERENCIAS

- Augustine, A. (2017). Fintech para Baby-Boomers: Seguir el dinero. BBVA Research. https://www.bbvaresearch.com/wp-content/uploads/2017/04/170403_Boomers_Fintech_esp.pdf
- García y Neut (2016). Causas y consecuencias del escenario de bajos tipos de interés.
- BBVA Research. https://www.bbvaresearch.com/wp-content/uploads/2016/10/E_W_TIPOS-BAJOS_2016_10.pdf
- Gonzáles, E. A. M., León, E. D., Moreira, P., & Ortiz, M. (2021). Generación Z.
- Afectaciones a la salud asociado al uso de la tecnología. REVISTA VARIANZA, 35-49.
- González Casas, D., Mercado García, E., & Corchado Castillo, A. I. (2022). Impacto emocional motivado por la Covid-19 en población millennial española. Revista de ciencias sociales, 28(1), 51-62.
- Magallanes, L. (2022). El ahorro en los centennials y sus futuros problemas. PANCDMX. https://bibliotecapancdmx.org.mx/wp-content/uploads/2022/11/El-ahorro-en-los-centenials-y-sus-futuros-problemas_.pdf
- Marroquin, B. J. M., Boza, M. P., & Madrigal, D. F. (2023). El ahorro para el retiro en México. Un análisis generacional y de género. región y sociedad, 35, e1715-e1715. <https://doi.org/10.22198/rys2023/35/1715>
- Martino Gonzales, F. M. (2014). Las tecnologías de información y comunicación y el bienestar psicológico en la generación net. HAMUT'AY, 1(1), Article 1. <https://doi.org/10.21503/hamu.v1i1.572>
- National Institute on Drug Abuse. (2021). El cuidado de la salud mental y emocional |
- National Institute on Drug Abuse (NIDA). <https://nida.nih.gov/es/research-topics/parents-educators/lesson-plans/el-cuidado-de-la-salud-mental-emocional>
- Gálvez, L. (2021). Implementing mental health education in schools post-pandemic. Educational Psychology Review, 33(2), 467-483. <https://doi.org/10.1007/s10648-020-09558-6>
- Saucedo, J., Hernández, A., Amezcua, B. y Peña, A., (2018). MILLENNIALS UNA GENERACION QUE CONSUME Y GASTA DIFERENTE. <https://www.eumed.net/actas/18/trans-organizaciones/29-millennials-una-generacion-que-consume-y-gasta-diferente.pdf>
- American Psychological Association. (2020). The impact of COVID-19 on mental health. American Psychologist, 75(7), 875-887. <https://doi.org/10.1037/amp0000693>
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Generational differences in mental health. Journal of Abnormal Psychology, 127(1), 44-57. <https://doi.org/10.1037/abn0000300>
- Pew Research Center. (2019). Generational financial behaviors. Recuperado de [URL]
- Harvard Business Review. (2021). Adapting to the post-pandemic workplace. Harvard Business Review, 99(4), 112-123. Recuperado de [URL]
- World Health Organization. (2021). Mental health and COVID-19. Recuperado de [URL]
- Financial Times. (2022). Economic impact of the pandemic on different generations. Recuperado de [URL]

Journal of Consumer Research. (2019). Spending habits of millennials vs. centennials. Journal of Consumer Research, 46(6), 1119-1134. <https://doi.org/10.1093/jcr/ucz053>

Clinical Psychology Review. (2020). Coping mechanisms and mental health. Clinical Psychology Review, 81, 101891. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101891>

International Journal of Behavioral Development. (2018). Generational differences in behavioral traits. International Journal of Behavioral Development, 42(5), 457-467. <https://doi.org/10.1177/0165025418797022>

The Lancet Psychiatry. (2021). Mental health outcomes during the COVID-19 pandemic. The Lancet Psychiatry, 8(7), 611-627. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(21\)00043-](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(21)00043-)

Todo el contenido de **LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades**, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia [Creative Commons](#) .