

## PREDICCIÓN DEL RIESGO SUICIDA DESDE LA REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES MUJERES DE PSICOLOGÍA

Pedro David Rosas Fuentes<sup>1</sup>; Karla Patricia Valdés García<sup>2</sup>; Felipe Sebastián Balderas-Pérez<sup>3</sup>; Alondra Sofía Paredes-Valdés<sup>4</sup>

(Recibido en enero 2026, aceptado en abril 2026)

<sup>1</sup>Maestría en Psicología Clínica y Doctorado en Psicología de la Salud, Universidad Autónoma de Coahuila, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7912-4190>.

<sup>2</sup>Maestría en Psicología Clínica y Doctorado en Psicología, Universidad Autónoma de Coahuila, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1681-1954>. <sup>3</sup>Maestría en Psicología Clínica, Universidad Autónoma de Coahuila, ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-2741-297X>. <sup>4</sup>Maestría en Psicología Clínica, Universidad

Autónoma de Coahuila, ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-2843-8541>

[pedro\\_rosas@uadec.edu.mx](mailto:pedro_rosas@uadec.edu.mx); [karlavaldes@uadec.edu.mx](mailto:karlavaldes@uadec.edu.mx); [felipeperez@uadec.edu.mx](mailto:felipeperez@uadec.edu.mx); [alondraparedesvalde@uadec.edu.mx](mailto:alondraparedesvalde@uadec.edu.mx)

**Resumen:** El suicidio es un problema a nivel mundial, siendo los jóvenes de 15 a 29 años el grupo de edad que más suicidios comete alrededor del mundo. En México sucede algo similar, más del 65 % de las muertes por suicidio son en menores de 40 años, uno de los factores de riesgo es la desregulación emocional. Al mismo tiempo, se han observado que los universitarios suelen tener riesgo de suicidio de moderado a alto y presentan deficiencias para la regulación emocional. El objetivo fue generar un modelo explicativo del riesgo suicida partiendo de los componentes de la regulación emocional en estudiantes universitarias de psicología. Se utilizó un estudio cuantitativo no experimental, de corte transversal con alcance predictivo, teniendo como muestra a 222 estudiantes mujeres de la carrera de psicología. Se observó que más de la mitad de las estudiantes de psicología presentaron niveles moderados y altos de riesgo suicida. Además, se encontró que la regulación emocional correlaciona de manera negativa y significativa con el riesgo suicida. Asimismo, se obtuvo un modelo predictivo del riesgo suicida, el cual se predice al 33 % ante la ausencia de conocimiento emocional, tolerancia emocional, modificación emocional y la presencia de sensación emocional. En conclusión, se cumplió el objetivo del presente estudio, generando un modelo predictivo del riesgo suicida partiendo de la regulación emocional, además se observa la importancia de enseñar estrategias que ayuden a mejorar las habilidades de regulación emocional para disminuir el riesgo suicida.

**Palabras clave:** riesgo suicida; regulación emocional; predicción; suicidio

## PREDICTING SUICIDE RISK BASED ON EMOTIONAL REGULATION IN FEMALE PSYCHOLOGY STUDENTS

**Abstract:** Suicide is a global problem, with young people aged 15 to 29 being the age group with the highest suicide rate worldwide. A similar situation exists in Mexico, where over 65% of suicide deaths occur in individuals under 40 years of age. One of the risk factors is emotional dysregulation. At the same time, it has been observed that university students tend to have a moderate to high risk of suicide and exhibit deficiencies in emotional regulation. The objective of this study was to generate an explanatory model of suicide risk based on the components of emotional regulation in female university psychology students. A quantitative, non-experimental, cross-sectional study with predictive scope was used, with a sample of 222 female psychology students. It was observed that more than half of the psychology students presented moderate to high levels of suicide risk. Furthermore, it was found that emotional regulation correlates negatively and significantly with suicide risk. Furthermore, a predictive model of suicide risk was obtained, which predicts a 33% increase in suicide risk in the absence of emotional knowledge, emotional tolerance, emotional modification, and the presence of emotional sensation. In conclusion, the objective of this study was met, generating a predictive model of suicide risk based on emotional regulation. The study also highlights the importance of teaching strategies that help improve emotional regulation skills to reduce suicide risk.

**Keywords:** Suicide risk; emotional regulation; prediction; suicide.

## PREVISÃO DO RISCO DE SUICÍDIO A PARTIR DA REGULAÇÃO EMOCIONAL EM ESTUDANTES DE PSICOLOGIA DO SEXO FEMININO

**Resumo:** O suicídio é um problema global, sendo a faixa etária de 15 a 29 anos a que apresenta a maior taxa de suicídio em todo o mundo. Uma situação semelhante ocorre no México, onde mais de 65% das mortes por suicídio acontecem em indivíduos com menos de 40 anos. Um dos fatores de risco é a desregulação emocional. Ao mesmo tempo, observa-se que estudantes universitários tendem a apresentar risco moderado a alto de suicídio e demonstram deficiências na regulação emocional. O objetivo deste estudo foi gerar um modelo explicativo do risco de suicídio baseado nos componentes da regulação emocional em estudantes universitárias de psicología. Foi utilizado um estudo transversal quantitativo, não experimental, com caráter preditivo, com uma amostra de 222 estudantes de psicología. Observou-se que mais da metade das estudantes de psicología apresentaram níveis de risco de suicídio moderado a alto. Além disso, constatou-se que a regulação emocional correlaciona-se negativa e significativamente com o risco de suicídio. Ademais, obteve-se um modelo preditivo de risco de suicídio, que prevê um aumento de 33% no risco de suicídio na ausência de conhecimento emocional, tolerância emocional, modificação emocional e na presença de sensação emocional. Em conclusão, o objetivo deste estudo foi alcançado, gerando um modelo preditivo de risco de suicídio baseado na regulação emocional. O estudo também destaca a importância do ensino de estratégias que auxiliem no aprimoramento das habilidades de regulação emocional para reduzir o risco de suicídio.

**Palavras-chave:** Risco de suicídio; regulação emocional; previsão; suicídio.

## INTRODUCCIÓN

El suicidio es un problema que está presente a nivel global, cada año se registran un aproximado de 720 mil muertes por suicidio (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2025). Si bien es cierto, este problema es un fenómeno que afecta a todas las edades, el grupo de 15 a 29 años son quienes mayor riesgo presentan, ya que es la tercera causa de muerte en este grupo de edades (OMS, 2025). Por otra parte, en México, el número de suicidios por año ha ido en aumento, según el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) en el 2013 hubo un total de 5,909 muertes por suicidio en el país, número que aumentó para el 2023 con un total de 9,072 (INEGI, 2025). Además, la mayoría de los suicidios en 2023 fueron cometidos por personas menores de 40 años, y en el caso de las mujeres, de todos los suicidios registrados para este sexo, más del 75 % fueron cometidos por menores de 40 años (INEGI, 2024).

Como se puede observar, tanto a nivel mundial como nacional, ser joven puede fungir como un factor de riesgo para los comportamientos suicidas, esto se puede afirmar debido a los datos estadísticos de muertes por suicidio por la OMS e INEGI, además, diversos estudios han encontrado que las y los universitarios también presentan niveles riesgo suicida (Gómez y Montalvo, 2021; INEGI, 2025; Martínez et al., 2024; OMS, 2025; Rosero et al., 2023). En ese sentido, Martínez et al. (2024) encontraron que más del 32 % de los universitarios de una escuela pública de Costa Rica habían presentado riesgo de suicidio alto. Aunado a lo anterior, Rosero et al. (2023) realizaron un estudio en estudiantes de medicina de Ecuador, encontrando un 33 % de riesgo suicida; más del 14 % eran de riesgo moderado y más del 18 % se encontraban en riesgo alto.

Otro estudio que confirman lo anterior es el de Castaño et al. (2022), en el que en una muestra de universitarios colombianos encontró que cerca del 45 % de ellos tenían riesgo suicida; 25 % riesgo moderado y 19 % riesgo alto. A su vez, los autores Gómez y Montalvo (2021) realizaron otra investigación aplicando pruebas a 422 estudiantes de psicología en Colombia, en el que encontraron que más de 25 % presentaban riesgo suicida, y más de 5 % era riesgo alto, asimismo, un

9 % había referido haberlo intentado. Por su parte, en México se realizó un estudio, en donde la muestra eran estudiantes universitarios, en su mayoría de psicología, trabajo social y enfermería, encontrando diferencias significativas por sexo, siendo las mujeres quienes presentaban mayor riesgo y la dimensión que mayor tuvo diferencia por sexos por la incapacidad para afrontar emociones (Hernández y Santana, 2024). De la misma manera, otro estudio demuestra que, en estudiantes de bachillerato en Aguascalientes, México, el riesgo de suicidio es del 19 % (Paramo y Herrera, 2022).

Las investigaciones anteriores, confirman que ser estudiante universitario y tener entre 18 a 29 años podría ser un factor de riesgo, sin embargo, existen muchos otros factores que también aumentan la probabilidad de incrementar el riesgo al suicidio. Por ejemplo, se ha encontrado que experimentar síntomas depresivos, ansiosos, de desesperanza, estrés y el consumo de sustancias suelen ser factores de riesgo (Santana et al., 2024; Soriano y Jiménez, 2022), asimismo, realizar actos temerarios y la falta de autocuidado (Carmona et al., 2022). Además, dentro de los factores de riesgo, suele aparecer de manera constante la desregulación emocional (Bolaños y Hurtado, 2024; Santana et al., 2024).

La regulación emocional es una habilidad psicológica que por lo regular puede trabajarse dentro de las intervenciones clínicas, la cual se refiere a los esfuerzos que se realizan para influir en la intensidad, duración y expresión de las emociones, suele ir acompañada de estrategias que ayuden a gestionar la emoción para alcanzar metas y adaptarse a las demandas del medio (Gross y Thompson, 2022). Esta habilidad de regular las emociones se ha visto que influye en el bienestar psicológico, intelectual e interpersonal (De los Santos, 2022) y en los universitarios, se ha encontrado que suelen tener dificultades para regular y eso provoca insatisfacción con la vida (Castro et al., 2021), por ejemplo, Coronado et al. (2023) encontraron en muestra con universitarios de Sonora, que más de la mitad de los estudiantes tenía deficiencia y necesitaban mejorar en relación a la atención emocional, siendo el sexo femenino quién más tenía dificultades.

De la misma manera, Caguana y Ponce (2023)

buscaban conocer la asociación entre la regulación emocional y el bienestar psicológico de 210 estudiantes universitarios en Ecuador y encontraron que más del 60 % de los estudiantes solían utilizar la estrategia de supresión emocional y esta estrategia no saludable de regulación emocional, correlacionó de manera negativa con el bienestar psicológico. Debido a esto, se puede inferir que la regulación emocional, además de ser importante para el bienestar psicológico, también lo es para la prevención del suicidio, sin embargo, esto no queda en inferencias, también existen estudios que comprueban esta asociación. Uno de estos es el realizado por Velásquez et al. (2020) en el que encontraron que en una muestra de 1330 estudiantes universitarios de Perú la desregulación emocional correlacionaba de manera positiva y significativa con la ideación suicida.

Otro estudio que comprueba la asociación entre la regulación emocional y el riesgo suicida es el publicado por Ardiles et al. (2022), ya que encontraron que en 201 estudiantes de enfermería en Chile existió correlación negativa entre la inteligencia emocional y el riesgo suicida. Aunado a esto, Sánchez et al. (2022) lograron predecir la ideación suicida en un 22 % con la presencia de desregulación emocional en 109 jóvenes de educación media superior en Sinaloa, México. Por otra parte, también se encontró un modelo explicativo sobre la ideación suicida y se encontró que un elemento importante dentro de los factores próximos de las ideas de muerte es la desregulación emocional, esto se encontró gracias al estudio realizado por Liévanos et al. (2024) en el que buscaban identificar factores proximales y contextuales de la ideación suicida en 165 estudiantes universitarios en Guadalajara.

Con lo anterior descrito, se puede observar la importancia de estudiar el riesgo suicida y la regulación emocional en estudiantes universitarios, por lo que el objetivo del presente artículo es generar un modelo predictivo del riesgo suicida partiendo de los distintos factores de la regulación emocional en estudiantes universitarias de psicología. Ante esto, la pregunta de investigación fue: ¿se puede predecir el riesgo suicida en estudiantes universitarias de psicología partiendo de los factores de la regulación emocional? Teniendo como hipótesis que se podrá generar un modelo que logre

predecir el riesgo suicida partiendo de los factores de la regulación emocional en estudiantes universitarias de psicología.

## **MÉTODO**

### **Diseño**

El presente trabajo es un estudio cuantitativo no experimental, de corte transversal con alcance predictivo (Creswell, 2014).

### **Muestra**

Se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, en el que participaron un total de 222 estudiantes mujeres de la facultad de psicología de una universidad del norte de México. Las edades variaban desde los 18 a los 28 años, teniendo una media de 20 años. Los criterios de inclusión fueron: 1) ser estudiante activa (estar inscrita) de la carrera de psicología, 2) ser mujer, 3) ser mayor de edad. Por su parte, los criterios de exclusión fueron: 1) no firmar el consentimiento informado, 2) no responder de manera completa el instrumento, 3) tener alguna discapacidad cognitiva. La muestra fue recolectada en la facultad de psicología de la Universidad Autónoma de Coahuila. Unidad Sureste, Campus Saltillo.

### **Instrumentos**

Se utilizaron dos instrumentos para medir las variables del estudio, una para medir el riesgo suicida y el otro para regulación emocional.

### ***Escala de Riesgo Suicida de Plutchik***

(Plutchik et al., 1989; validado en Latinoamérica por Suárez et al., 2019). Cuenta con 15 ítems, las cuáles miden solamente un factor (riesgo suicida). Se contesta de manera dicotómica, teniendo como opciones de respuesta: no y sí. La primera opción es igual a una puntuación de 0 y la segunda opción es igual a una puntuación de 1. Si la suma de los 15 ítems da 6 o más se dice que hay presencia de riesgo suicida. A mayor puntuación, mayor presencia de riesgo suicida. En población mexicana ha mostrado un Alpha de Cronbach de .749 (Santana y Santoyo, 2018).

### ***Cuestionario de Habilidades de Regulación Emocional ERSQ***

(Berking y Znoj, 2008; validado en México por Orozco et al., 2021). Cuenta con 27 ítems.

Posee 9 categorías, cada una de ellas mide un elemento de la regulación emocional: conciencia emocional, el cual se refiere a la habilidad de identificar las emociones, las cuales se encuentran en las preguntas 1, 12 y 19. Sensación, la cual se refiere a identificar las experiencias fisiológicas que se asocian con la emoción, las cuales se encuentran en las preguntas 7, 14 y 24. Claridad, la cual se refiere a la capacidad de ponerle nombre a la emoción, esto se mide en las preguntas 6, 13 y 25. Conocimiento, la cual se refiere a identificar el motivo de su emoción, esta categoría se mide en las preguntas 3, 11 y 20. Aceptación, la cual se refiere a no luchar contra la emoción, esto se mide en las preguntas 5, 17 y 23. Tolerancia, la cual se refiere a la capacidad aguantar la experiencia emocional, misma que se mide en las preguntas 4, 18 y 26. Disposición a confrontar, misma que hace referencia a actuar de acuerdo a sus metas y no dejarse llevar por la emoción, esto se mide en las preguntas 8, 16 y 22. Autoayuda, lo cual se refiere a animarse a sí mismo, categoría que se mide con las preguntas 9, 15 y 27. Y Modificación, lo cual se refiere a la habilidad de influenciar sobre sus emociones, esto se mide en las preguntas 2, 10 y 21. Esta prueba se responden mediante una escala Likert, que va desde no del todo = 0 hasta casi siempre = 4. A mayor puntuación, mayor habilidad para regular sus emociones. En población mexicana ha mostrado un Alpha de Cronbach de .96 (Orozco et al., 2021).

### **Procedimiento**

Para la aplicación de las pruebas, se solicitó el permiso a diversos docentes de la Facultad de Psicología para poder compartir con los estudiantes la batería de pruebas, misma que estaba en línea mediante los formularios de Google. Se aseguró que un docente por semestre compartiera el formulario, de esa manera se buscó que en todos los grupos se compartiera la batería de pruebas. Se aplicó la batería en el mes de septiembre del 2024, después, se observaron datos demográficos y se encontró que en su mayoría habían respondido mujeres (n=222), por ello se decidió tomar la muestra solo con ese sexo. Una vez que se observaron en las respuestas que estudiantes de todos los semestres habían contestado la batería, se cerró el formulario y no se permitieron más entradas.

### **Análisis estadístico**

Para el análisis estadístico se hizo uso del paquete estadístico SPSS en su versión 24. Se optó por el análisis de estadística paramétrica debido a que los datos presentaban una distribución normal, esto se determinó con las pruebas de Kolmogorov-Smirnov, el análisis de simetría y curtosis (Field, 2013). Se realizaron análisis descriptivos para determinar los porcentajes de riesgo suicida, así como los niveles de regulación emocional. Posteriormente se realizaron correlaciones de Pearson entre el riesgo suicida con el puntaje total de regulación emocional, así como de cada categoría de la regulación emocional (Field, 2013). Por último, se realizó una regresión lineal múltiple con el método por pasos sucesivos para lograr predecir el riesgo suicida desde las categorías de regulación emocional que había correlacionado de forma significativa con el riesgo suicida (Cohen et al., 2013).

### **Consideraciones éticas**

El estudio fue aprobado por el Comité de Ética del Programa de Doctorado en Psicología de la Salud, programa que se ofrece en la misma Universidad en la que fue realizado el estudio. Además, se aseguró el cumplimiento de los principios éticos para la investigación con seres humanos establecidos en la Declaración de Helsinki (World Medical Association, 2024). Se obtuvo el consentimiento informado de todos los participantes, así como se informó del derecho a retirarse en cualquier momento sin represalia alguna.

### **RESULTADOS**

Para obtener la distribución de los datos se realizó la prueba Kolmogorov-Smirnov, en el que se encontró que la escala de riesgo suicida no contaba con una distribución normal, sin embargo, la magnitud del efecto era menor a .20 lo que indica que las diferencias no son significativas y por lo tanto se puede utilizar análisis paramétrico. Por su parte, el cuestionario de habilidades de regulación emocional sí contaba con una distribución normal (Field, 2013).

Aunado a lo anterior, las puntuaciones de asimetría y curtosis de ambas pruebas fueron de .021 y -.719 para la escala de riesgo suicida y de .040 y .463 para el cuestionario de habilidades de regulación emocional. Esto indica que existe una distribución mesocúrtica, los datos tienen una distribución normal (George y Mallery,

2010). Asimismo, se realizó una prueba de fiabilidad, en el que la escala de riesgo suicida obtuvo un Alpha de Cronbach de .769 y el cuestionario de habilidades de regulación emocional un .928, ambas puntuaciones se consideran como aceptables (Tavakol, 2011).

Una vez obtenidos esos puntajes, se pasó a revisar las frecuencias de las puntuaciones en preguntas sociodemográficas y en las pruebas. Dentro de los datos sociodemográficos se preguntó si habían pensado seriamente quitarse la vida en el último año, a

lo cual el 34 % respondió que sí. Además, se preguntó si el último año habían intentado quitarse la vida y el 4 % (9 personas) respondieron de manera afirmativa. Con relación a las pruebas aplicadas, se encontró que en la *Escala de Riesgo Suicida de Plutchik* más de la mitad de las estudiantes encuestadas presentaban riesgo suicida, ya que la sumatoria del riesgo moderado y el riesgo alto es de casi el 56 %, siendo el 16 % quienes presentaron un riesgo suicida alto. Por su parte, únicamente el 44 % refiere tener riesgo suicida bajo (tabla 1).

**Tabla 1.** Frecuencia y porcentaje de riesgo suicida

	Frecuencia	Porcentaje
Riesgo bajo	98	44.1
Riesgo moderado	88	39.6
Riesgo alto	36	16.2
Total	222	100.0

Asimismo, en el *Cuestionario de Habilidades de Regulación Emocional* se encontró que casi la mitad de las estudiantes encuestadas reportan niveles medio de regulación emocional, y tanto el nivel bajo como en nivel alto de regulación emocional poseen

un porcentaje similar, por lo que se puede decir que un cuarto de las estudiantes tiene una puntuación baja de regulación emocional y el otro cuarto posee una puntuación alta (tabla 2).

**Tabla 2.** Frecuencia y porcentaje de regulación emocional

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	57	25.7
Medio	109	49.1
Alto	56	25.2
Total	222	100.0

Por otra parte, se realizó un análisis de correlación de Pearson (tabla 3), debido a que existía una distribución normal de los datos. En dicho análisis se encontró que la única categoría de la regulación emocional que no tuvo correlación significativa con el riesgo suicida fue la de sensación emocional. Asimismo, se puede afirmar que la regulación emocional tiene correlación significativa y negativa con el riesgo suicida, lo que significa que, a mayor regulación emocional, menor riesgo suicida o a menor regulación emocional, mayor

riesgo suicida. Además, la categoría de la regulación emocional que tuvo mayor correlación con el riesgo suicida fue la tolerancia emocional, la cual fue negativa y significativa, esto indica que, a mayor tolerancia emocional, menor riesgo suicida, o en su defecto, a menor tolerancia emocional, mayor riesgo suicida. Seguido por la modificación emocional y el conocimiento emocional, presentando ambas correlaciones negativas y significativas.

**Tabla 3.** Correlaciones entre riesgo suicida y regulación emocional

	Riesgo suicida
Conciencia emocional	-.353**
Sensación emocional	-.095
Claridad emocional	-.327**
Conocimiento emocional	-.440**
Aceptación emocional	-.329**
Tolerancia emocional	-.470**
Disposición a confrontar	-.286**
Autoayuda emocional	-.302**
Modificación emocional	-.441**
Regulación emocional total	-.454**

\*\* La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Al realizar las medidas de correlación se observó que se cumplía con el supuesto de asociación lineal entre el riesgo suicida y la regulación emocional, por ello, se continuó con la realización de una regresión lineal para obtener un modelo predictivo del riesgo suicida (tabla 4), partiendo de las categorías de la regulación emocional, esto trajo como resultado un modelo predictivo del riesgo suicida.

El modelo constó de cuatro predictores: conocimiento emocional ( $\beta = -3.23$ ), sensación emocional ( $\beta = .270$ ), tolerancia emocional ( $\beta = -2.58$ ) y modificación emocional ( $\beta = -2.12$ ). Este modelo obtuvo una R2 de .331, lo que quiere decir que el riesgo suicida se logra predecir en un 33 % debido a la ausencia de conocimiento emocional, tolerancia emocional y modificación emocional, así como de la presencia de sensación emocional.

**Tabla 4.** Modelo predictivo del riesgo suicida partiendo de las categorías de regulación emocional

Modelo	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes tipificados	T	Sig.	Intervalo de confianza de 95.0% para B		Estadísticos de colinealidad	
	B	Error típ.	Beta			Límite inferior	Límite superior	Tolerancia	FIV
Tolerancia emocional	-.321	.094	-.258	-3.425	.001	-.505	-.136	.543	1.841
Conocimiento emocional	-.417	.097	-.323	-4.319	.000	-.607	-.227	.551	1.816
Sensación emocional	.370	.093	.270	3.965	.000	.186	.553	.666	1.501
Modificación emocional	-.302	.120	-.212	-2.523	.012	-.537	-.066	.436	2.294

a. Variable dependiente: Riesgo suicida total. Nota: R = .575 [R2 = .331]

**DISCUSIÓN**

Los resultados mencionados anteriormente confirmaron una alta prevalencia del riesgo suicida en mujeres universitarias estudiantes de psicología, así como una fuerte correlación entre la regulación

emocional y el riesgo suicida; lo cual concuerda con investigaciones previas que han reportado porcentajes alarmantes en esta población (Gómez y Montalvo, 2021; Martínez et al., 2024; Rosero et al., 2023). En esta muestra, se encontró que más del 50 % de las

participantes presentaron algún nivel de riesgo suicida, y un 16 % presentó un riesgo alto, datos que resultan preocupantes considerando el impacto en la salud mental general. Uno de los resultados significativos del estudio fue la existencia de una correlación negativa entre la regulación emocional y el riesgo suicida. Tal como lo habían señalado investigaciones anteriores (Velásquez et al., 2020; Ardiles et al., 2022; Sánchez et al., 2022), una menor capacidad para regular las emociones se asocia con una mayor probabilidad de presentar riesgo suicida.

En específico, se destaca que categorías como *tolerancia emocional, modificación emocional y conocimiento emocional* son las que predicen de una manera más efectiva la presencia de riesgo suicida, esto sugiere que mientras las estudiantes presenten mayores dificultades para comprender, manejar o aceptar sus emociones, su vulnerabilidad hacia los pensamientos suicidas se incrementa. Es importante destacar que la categoría de sensación emocional, aunque no correlacionó de manera significativa de forma independiente, fue incluida en el modelo como predictor positivo, lo cual podría indicar que una alta focalización en las sensaciones fisiológicas sin el acompañamiento de estrategias de afrontamiento efectivas podría incluso contribuir a una mayor vulnerabilidad.

Este resultado se suma a lo encontrado por Caguana y Ponce (2023), quienes reportaron que estudiantes que recurren con mayor frecuencia a estrategias desadaptativas como la supresión emocional, presentan menor bienestar psicológico. Así, se refuerza la necesidad de programas institucionales que fortalezcan el manejo emocional adaptativo, especialmente entre las mujeres universitarias, quienes, según este y otros estudios (Hernández y Santana, 2024), tienden a presentar mayores dificultades en este ámbito. Asimismo, el hallazgo de que el 34 % de las participantes haya pensado en suicidarse en el último año, y un 4 % haya intentado hacerlo, subraya la urgencia de implementar protocolos de detección temprana y atención integral dentro de las universidades, que vayan más allá de lo académico y aborden directamente la salud emocional del estudiantado, de esa manera se podrá garantizar un mejor trabajo en mejoría de la salud mental.

## CONCLUSIONES

Los hallazgos del presente artículo permiten concluir que la regulación emocional es un factor clave en la predicción del riesgo suicida en mujeres universitarias estudiantes de psicología. Particularmente, se encontró que las variables de tolerancia emocional, modificación emocional y conocimiento emocional presentan correlaciones negativas y significativas con el riesgo suicida, lo que sugiere que, a mayor capacidad de regulación emocional, menor es el riesgo suicida. Estos resultados dan cumplimiento al objetivo del estudio, que consistió en generar un modelo predictivo del riesgo suicida en estudiantes universitarias de psicología. Dicho modelo logra predecir en un 33 % el riesgo suicida a partir de las variables de regulación emocional, lo que representa una aportación relevante al campo de salud mental en contextos educativos con estudiantes universitarias (mujeres) de psicología.

Por lo tanto, se resalta la necesidad de que las instituciones de educación superior implementen programas de desarrollo emocional que no solo favorezcan el bienestar psicológico de las estudiantes, sino que también funcionen como estrategias preventivas frente al riesgo suicida, especialmente en poblaciones vulnerables, ya que la necesidad que existe en abordar estas problemáticas es de naturaleza prioritaria. Es importante señalar que la muestra de este estudio se conformó únicamente por mujeres, lo que limita la posibilidad de generalizar los resultados a estudiantes hombres o personas de género diverso; en este sentido, futuras investigaciones podrían ampliar el modelo incorporando dichas poblaciones o variables relevantes que permitan aumentar y mejorar la prevención del riesgo suicida en el ámbito universitario.

## REFERENCIAS

- Ardiles, R., Galaz, L. M., Olivares, F. M., Pavez, T., Sanderson, A. F., & Venegas, C. B. (2022). Necesidad de potenciar la Inteligencia emocional ante el riesgo de suicidio en estudiantes de enfermería. *Salud Cienc. Tecnol.*, 2(136).1-9 <https://doi.org/10.56294/saludcyt2022136>
- Berking, M., & Znoj, H. (2008). Entwicklung und Validierung eines Fragebogens zur standardisierten Selbsteinschätzung emotionaler Kompetenzen (SEK-27). *Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie*, 52(2), 142-

153. <https://doi.org/10.1024/1661-4747.56.2.141>  
Bolaños, M., & Hurtado, L. (2024). Autolesiones en jóvenes universitarios sobrevivientes al suicidio. *Rev. Estud. Psicol.*, 4(3), 28-45. <https://doi.org/10.35622/j.rep.2024.03.002>
- Caguana, L. M., & Ponce, R. (2023). Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Revista latinoamericana de ciencias sociales y humanidades*, 4(1), 587-597. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.275>
- Carmona, J. A., Cañón, S. C., & Pineda, J. (2022). Intento de suicidio, comportamientos temerarios y negligencias en el autocuidado en estudiantes universitarios. *Archivos de medicina*, 22(1), 73-83. <https://doi.org/10.30554/archmed.22.1.4141.2022>
- Castaño, J. J., Cañón, S. C., & López, J. J. (2022). Riesgo suicida en estudiantes universitarios de Manizales (Caldas, Colombia). *Informes Psicológicos*, 22(1), 77-95. <http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v22n1a05>
- Castro, N., Suárez, X., & Barra, E. (2021). Relaciones de las dificultades de regulación emocional y los factores de personalidad con la satisfacción vital de estudiantes universitarios. *Liberabit*, 27(1), e433. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n1.02>
- Cohen, J., Cohen, P., West, S. G., & Aiken, L. S. (2013). *Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences*. Routledge. <https://www.taylorfrancis.com/books/mono/10.4324/9780203774441/applied-multiple-regression-correlation-analysis-behavioral-sciences-jacob-cohen-patricia-cohen-stephen-west-leona-aiken>
- Coronado, A., Bojórquez, C. I., & Quintana, V. A. (2023). La inteligencia emocional en estudiantes universitarios. *Know and share psychology*, 4(3), 1-16 <https://doi.org/10.25115/kasp.v4i3.9604>
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. SAGE Publications. [https://www.ucg.ac.me/skladiste/blog\\_609332/objava\\_105202/fajlovi/Creswell.pdf](https://www.ucg.ac.me/skladiste/blog_609332/objava_105202/fajlovi/Creswell.pdf)
- De los Santos, D. A. (2022). Regulación emocional y terapias psicológicas empíricamente apoyadas: Confluencias, complementariedades y divergencias. *Análisis y modificación de conducta*, 48(177), 35-72. <http://dx.doi.org/10.33776/amc.v48i177.5467>
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS Statistics*. SAGE Publications. <https://sadbhavnpublications.org/research-enrichment-material/2-Statistical-Books/Discovering-Statistics-Using-IBM-SPSS-Statistics-4th-c2013-Andy-Field.pdf>
- George, D., & Mallery, P. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*. Pearson. [https://books.google.com.ec/books/about/SPSS\\_for\\_Windows\\_Step\\_by\\_Step.html?id=KS1DPgAACAAJ&redir\\_esc=y](https://books.google.com.ec/books/about/SPSS_for_Windows_Step_by_Step.html?id=KS1DPgAACAAJ&redir_esc=y)
- Gómez, A. S., & Montalvo, Y. B. (2021). Orientación suicida y su relación con factores psicológicos y sociodemográficos en estudiantes universitarios. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 12(2), 469-493. <https://doi.org/10.21501/22161201.3236>
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2022). *Emotion regulation: Conceptual foundations*. The Guilford Press. [https://www.researchgate.net/publication/303248970\\_Emotion\\_Regulation\\_Conceptual\\_Foundations](https://www.researchgate.net/publication/303248970_Emotion_Regulation_Conceptual_Foundations)
- Hernández, I. R., & Santana, M. A. (2024). Habilidades para la vida, variables sociodemográficas y riesgo de suicidio en estudiantes universitarios. *Journal of Basic and Applied Psychology Research*. 6(11). 32-40. <https://doi.org/10.29057/jbapr.v6i11.13172>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2024). Estadísticas a propósito del día mundial para la prevención del suicidio. 10 de septiembre. *INEGI*. Comunicado de prensa núm. 547/24. [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2024/EAP\\_Suicidio24.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2024/EAP_Suicidio24.pdf)
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2025). Defunciones registradas por suicidio por entidad federativa y causa según sexo, serie anual de 2010 a 2023. *INEGI*. [https://www.inegi.org.mx/app/tabulados/interactivos/?px=Mental\\_07&bd=Salud](https://www.inegi.org.mx/app/tabulados/interactivos/?px=Mental_07&bd=Salud)
- Liévanos, F. J., González, F., Hermsillo, A. E., & Sánchez, L. M. (2024). Modelo de factores proximales para la ideación suicida de estudiantes universitarios mexicanos. *Psicumex*, 14(1), 1-23. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v14i1.662>
- Martínez, D., Quesada, P., Quesada, Y., Solano, A. L., & Muñoz, D. (2024). Condiciones de salud mental

- y riesgo de suicidio en estudiantes universitarios costarricenses. *Revista Cuidarte*, 15(1): e3427. <http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.3427>
- Organización Mundial de la Salud. (2025). Suicidio. Datos y cifras. *Organización Mundial de la Salud*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
- Orozco-Vargas, A. E., García-López, G. I., Aguilera-Reyes, U. y Venebra-Muñoz, A. (2021). Versión en español del emotion regulation skills questionnaire: análisis de su fiabilidad y validez. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 4(61), 189-203. <https://doi.org/10.21865/RIDEP61.4.13>
- Paramo, D., & Herrera, A. (2022). Barreras que perciben estudiantes con y sin riesgo suicida para solicitar ayuda profesional. *Revista Estudios Psicológicos*, 2(1). 24-42 <https://doi.org/10.35622/j.rep.2022.01.006>
- Plutchik, R., & Van Praag, H. (1989). The measurement of suicidality, aggressivity and impulsivity. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 13, 23-34. [https://doi.org/10.1016/0278-5846\(89\)90107-3](https://doi.org/10.1016/0278-5846(89)90107-3)
- Rosero, S. F., Reinoso, D. R., & Flores, P. R. (2023). Evaluación de riesgo suicidas en estudiantes universitarios. *Salud y vida*, 7(13), 15-27. <https://doi.org/10.35381/s.v.v7i13.2297>
- Sánchez, M. E., Elizalde, M., & Salcido, L. J. (2022). Regulación emocional como factor protector de conductas suicidas. *Psicología y Salud*, 32(1), 49-56. <https://doi.org/10.25009/pys.v32i1.2710>
- Santana, M. A., & Santoyo, F. (2018). Propiedades psicométricas de la escala riesgo suicida de Plutchik en una muestra de jóvenes mexicanos privados de la libertad. *Avances en Psicología*, 26(1), 57-64. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2018.v26n2.1127>
- Santana, M. A., Valdés, K. P., Sánchez, M. L., de Luna, L. E., & Reynoso, O. U. (2024). Protection and Risk Factors for Attempted Suicide in Mexican Students Majoring in Psychology. *Salud Mental*, 47(2), 73-80. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2024.010>
- Soriano, J. G. & Jiménez, D. (2022). Factores asociados a la ideación suicida en estudiantes. *Revista Revoluciones*, 4(10), 48-63. <https://doi.org/10.35622/j.r.2022.010.005>
- Suárez-Colorado, Y., Palacio-Sañudo, J., Caballero-Domínguez, C. C. y Pineda-Roa, C. A. (2019). Adaptación, validez de constructo y confiabilidad de la escala de riesgo suicida Plutchik en adolescentes colombianos. *Revista latinoamericana de psicología*, 51(3), 145-152. <http://dx.doi.org/10.14349/rlp.2019.v51.n3.1>
- Tavakol, M., & Dennick, R. (2011). Making sense of Cronbach's alpha. *International Journal of Medical Education*, 2, 53-55. <https://doi.org/10.5116/ijme.4dfb.8dfd>
- Velásquez, C., Grajeda, A., Montero, V., & Montgomery, W. (2020). Desregulación emocional, rumiación e ideación suicida en estudiantes que cursan estudios generales en una universidad pública de Lima Metropolitana. *Revista de Investigación en Psicología*, 23(1), 5-22. <http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v23i1.18090>
- World Medical Association. (2024). Declaración de Helsinki de la AMM – Principios éticos para las investigaciones médicas con participantes humanos. *WMA*. <https://www.wma.net/es/polices-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>