

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

**“AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL E
IDEACIÓN SUICIDA EN ESTUDIANTES DE LA
FACULTAD DE SALUD DE UNA UNIVERSIDAD
PRIVADA DE LIMA, 2022”**

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autor:

Andrea Estefany Velasquez Martinez

Asesor:

Mg. Maritza Elizabeth Somocurcio Aranguri

<https://orcid.org/0000-0002-9520-8386>

Lima - Perú

2024

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	JORGE ALBERTO FLORES MORALES	
	Nombre y Apellidos	N.º DNI

Jurado 2	JANETH MOLINA ALVARADO	
	Nombre y Apellidos	N.º DNI

Jurado 3	MARITZA ELIZABETH SOMOCURCIO ARANGURI	
	Nombre y Apellidos	N.º DNI

Informe de Similitud



Página 2 of 64 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trnoid::1:3075880914




13% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Coincidencias menores (menos de 8 palabras)

Fuentes principales

- 13%  Fuentes de Internet
- 9%  Publicaciones
- 10%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Dedicatoria

Dedico este logro a mis padres Elisabeht Martinez y Andres Velasquez, porque son el motivo de mi esfuerzo para lograr todo lo que me propongo, los que me enseñaron a luchar por mis metas y jamás rendirme, por transmitirme su sabiduría a través de consejos valiosos, los cuales me han permitido tomar decisiones acertadas. Asimismo, por brindarme todo el amor, paciencia, fortaleza y que los sueños se logran con esfuerzo y sacrificio.

A mi hermano Alvaro Velasquez, por su apoyo incondicional y por motivarme a cumplir con cada una de mis metas.

Agradecimiento

A Dios, por ser quien me guio en este camino, dándome fuerza y sabiduría.

Agradezco a mi asesora Mg. Maritza Elizabeth Somocurcio Aranguri por guiarme con sus conocimientos los cuales me ayudaron a elaborar mi investigación. También agradezco a la UPN por la formación y calidad educativa que he recibido.

Finalmente agradezco al Lic. Italo Beas Lecca por el apoyo constante, motivación, paciencia y orientación durante todo el proceso de desarrollo de mi investigación.

Tabla de contenidos

Jurado Evaluador	2
Informe de Similitud	3
Dedicatoria	4
Agradecimiento	¡Error! Marcador no definido.
Tabla De Contenidos.....	6
Indice De Tablas	7
Resumen.....	8
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN	9
1.1. Realidad problemática.....	9
1.2. Formulación del problema.....	22
1.3. Objetivos.....	23
1.4. Hipótesis.....	23
CAPÍTULO II. METODOLOGÍA.....	25
CAPÍTULO III. RESULTADOS.....	33
CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	39
REFERENCIAS.....	45
ANEXOS	58

Índice de tablas

Tabla 1. Características sociodemográficas de la muestra de estudio.	33
Tabla 2. Frecuencias y porcentajes de los niveles de las variables y dimensiones.....	34
Tabla 3. Normalidad de los grupos de datos por variables y dimensiones	35
Tabla 4. Correlación Rho de Spearman entre la autorregulación emocional e ideación suicida	36
Tabla 5. Correlación Rho de Spearman entre la autorregulación emocional y Actitud hacia la vida-muerte	36
Tabla 6. Correlación Rho de Spearman entre la autorregulación emocional y pensamientos o deseos suicidas	37
Tabla 7. Correlación Rho de Spearman entre la autorregulación emocional y proyecto de intento suicida	37
Tabla 8. Correlación Rho de Spearman entre la autorregulación emocional y desesperanza	38

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo principal determinar la relación entre la autorregulación emocional y la ideación suicida en estudiantes de la Facultad de Salud de una Universidad Privada de Lima, 2022. El enfoque metodológico fue cuantitativo, de diseño no experimental, corte transversal y nivel de alcance correlacional. Para la recolección de datos se utilizó la Escala de Ideación Suicida (SSI) y el Cuestionario de Autorregulación Emocional (ERQ). En relación con los resultados, para la comprobación de hipótesis se realizó con la correlación de Rho Spearman, donde se encontró que el valor de sig. bilateral obtenido es $p=.000$ y una rho de Spearman obtenido fue $r= -.332$. Por lo tanto, se concluye que existe una correlación significativa, negativa, inversa y de intensidad débil, lo que significa que las variaciones en el nivel de ideación suicida se relacionan con las variaciones en los niveles de autorregulación emocional de manera inversa.

PALABRAS CLAVES: Ideación suicida, Autorregulación emocional, estudiantes universitarios

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

1.1 Realidad problemática

El fenómeno del suicidio se manifiesta como una preocupante crisis global que trasciende fronteras y impacta diversas comunidades alrededor del mundo. Esta creciente incidencia en las tasas de suicidio se posiciona como un serio desafío para la salud mundial, lo que insta a una acción conjunta y coordinada en el ámbito internacional. Según un informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021), se destaca que aproximadamente 800.000 individuos optan por el suicidio anualmente en el mundo, equivalente a una persona cada 40 segundos. Este aumento es notorio, observando un alza del 60% en algunas zonas, supera, en términos numéricos, a las muertes resultado de actos homicidas.

La aparición de pensamientos suicidas representa un importante reto en el ámbito de la salud mental dentro de la comunidad estudiantil a nivel internacional. Diversos estudios indican que los alumnos de instituciones de educación superior enfrentan niveles elevados de estrés y ansiedad, circunstancias que, en varios contextos, pueden conducir a consideraciones suicidas (Granieri et al., 2022). Además, el proceso de ajuste al ambiente universitario, abarcando tanto retos académicos como sociales, podría agravar las vulnerabilidades psicológicas previamente existentes en los estudiantes (Miri et al., 2022).

A pesar de que diversas investigaciones han evidenciado la presencia de pensamientos suicidas en estudiantes de nivel superior globalmente, se observa una considerable variación en los resultados, debido a que las manifestaciones de ideación suicida son reportadas en distintos intervalos de prevalencia. Por ejemplo, en una universidad de Corea, se registró una prevalencia del 9,8% de ideación suicida (Ha & Park, 2022), mientras que, en contraste, el 10,72% de la población estudiantil china ha manifestado dichos pensamientos (Wu et al., 2022).

En el marco de la crisis sanitaria generada por la pandemia de COVID-19 en Bangladesh, se llevó a cabo una investigación con una muestra de 3.366 estudiantes universitarios. Los resultados de este estudio revelaron que un 12,8% de los participantes reportó haber experimentado ideación suicida (Tasnim et al., 2020). En contraposición, en Japón, de una muestra de 11.133 estudiantes, el índice se ubicó en el 7,3% (Zhou et al., 2021). Mientras que, un análisis realizado en Lituania y Polonia con estudiantes de educación superior reveló patrones diversos de ideación suicida en el marco del surgimiento de COVID-19, dado que el 68,1% no evidenció ideación suicida, pero el 16,2% presentó un nivel bajo y estable de ideación suicida, el 8,9% experimentó un incremento. Resulta inquietante observar que el número de estudiantes con un incremento en la ideación suicida supera al de aquellos que presentaron una disminución.

En el contexto latinoamericano, diversos estudios resaltan la preocupante realidad del suicidio. Según un informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021), esta problemática causa anualmente alrededor de 700,000 muertes en la región. Centrando la atención en México, el suicidio emerge como la cuarta causa principal de defunción entre jóvenes de 15 a 19 años. Además, resulta alarmante que, en 2020, se registraron 7,818 casos de lesiones autoinfligidas, cifra superior a la del año anterior. Analizando los datos por género, se muestra que, por cada 100,000 habitantes, el 10.4 % (correspondiente a 6,383 hombres) y el 2.2% (equivalente a 1,427 mujeres) se vieron afectados. Asimismo, la tasa de suicidios más alta se presenta entre los 18 y 29 años, seguida de un 7.4% en el grupo de 30 a 59 años (INEGI, 2021). Complementariamente, un estudio realizado en la Ciudad de México, enfocado en una muestra de 258 universitarios de 18 a 24 años, mostró que el 31% de los participantes experimentó ideación suicida (Bojórquez et al., 2021).

En cuanto al Perú, según la información proporcionada por el sistema de vigilancia centinela del Centro Nacional de Epidemiología, Prevención y Control de Enfermedades (CDC) adscrito al Ministerio de Salud (Minsa, 2022), en el Perú, el 71,5% de los intentos de suicidio ocurrieron entre los 15 y los 34 años. Esta estadística destaca una tendencia preocupante que afecta principalmente a la población adulta y jóvenes del país, lo que demuestra la importancia de tomar medidas específicas para abordar esta problemática en este grupo etario. Así también podemos ver que, entre los años 2020 y 2022 se registraron 6 115 muertes a causa del suicidio, esto vendría ser un 31% del total acumulado que va desde los últimos diez años, siendo el género víctimas los varones con un 68% y las mujeres con un 32%, a estos datos también se reflejan las edades que predominan con más casos son de 21 a 30 años (SINADEF, 2022).

A nivel global, la autorregulación emocional en estudiantes universitarios se ha identificado como un factor clave para su bienestar y éxito académico. Chen y Lin (2022) en Taiwán encontraron que alrededor del 55% de los estudiantes poseían un nivel adecuado de autorregulación emocional, lo cual estaba correlacionado positivamente con su rendimiento académico y bienestar psicológico. Sin embargo, De la Fuente et al. (2022) observaron que aproximadamente la mitad de los estudiantes tenían dificultades significativas en la regulación emocional, enfrentando problemas como disfunciones ejecutivas y retos en el manejo emocional que afectaban negativamente su adaptación académica. Paralelamente, en Italia, Bottaro y Faraci (2022) informaron que, si bien más de la mitad de los estudiantes mantenían una motivación positiva durante la segunda ola de COVID-19, un porcentaje significativo experimentaba estrés emocional elevado y una disminución en la motivación.

En Brasil, un estudio de Cunha et al. (2022) destacó que durante la pandemia aproximadamente el 60% de los estudiantes con buenas habilidades de regulación emocional

reportaron mayores niveles de felicidad subjetiva y un sentido de vida más definido. Esta situación también se refleja en Ecuador, donde Rodrigo et al. (2022) revelaron que casi el 50% de los estudiantes universitarios demostraban habilidades efectivas de autorregulación emocional, que son importantes para la adaptación académica y personal. No obstante, durante la pandemia de COVID-19, el estudio de Molina (2022) en Chile demostró que aproximadamente el 65% de los estudiantes universitarios tenían baja autorregulación emocional, lo que se asoció con un incremento en la ansiedad y depresión.

Al analizar los estudios realizados en Perú, según Porras (2022) analizó una muestra que tuvo un alcance de 80.5% residentes en Lima y el 19.5% procedentes de los departamentos de Amazonas, Ancash, Apurímac, Arequipa, Cajamarca, Callao, Cusco, Huánuco, Ica, Junín, La Libertad, Lambayeque, Piura, Puno, San Martín, a quienes por su minoría se le clasificó en el Interior del País, y halló que cerca del 50% de los adultos tuvieron dificultades en la regulación emocional durante la pandemia, pero el riesgo suicida se incrementó hasta un 35% en este grupo. Por otro lado, Calagua (2022) identificó que, en Lima Sur, el 45% de los adultos lidiaban con problemas de desregulación emocional, y de este porcentaje, cerca del 30% presentaba síntomas de rumiación e ideación suicida. Adicionalmente, la investigación de Auris (2022) en Lima Metropolitana reveló que el 40% de estudiantes tenían valores bajos de autorregulación emocional, lo que se correlacionaba con un incremento del 25% en el riesgo de conductas suicidas.

Estudios desde una perspectiva internacional, como el realizado en Colombia por Rodríguez et al. (2023) cuyo propósito, mediante un estudio cuantitativo, no experimental, transversal y de nivel correlacional, fue analizar la relación entre regulación emocional, la depresión y la ideación suicida en una muestra conformada por 353 estudiantes de pregrado, quienes fueron evaluados con la prueba Escala de Ideación Suicida (SSI) y

Escala Dificultades en la Regulación Emocional (DERS). Los resultados mostraron un $p=.000$ y $\rho = 0.364^{***}$, lo cual significa que existe una correlación significativa, positiva, y de intensidad moderada entre la ideación suicida y las dificultades de regulación emocional.

Adicionalmente, en Colombia Tabares et al. (2020) indagaron, según un estudio cuantitativo, no experimental, transversal y de alcance correlacional, fue examinar la relación entre regulación emocional e ideación suicida en una muestra conformada por 1414 universitarios de dos ciudades colombianas, quienes fueron evaluados con la prueba Escala de Riesgo Suicida de Plutchik y la Escala Meta-Conocimiento emocional (TMMS-24). Los hallazgos señalan que existe una correlación significativa, negativa y de intensidad moderada entre ambas variables ($\rho=-.381$; $p=.000$). Se concluye que, la inteligencia emocional es un factor del riesgo suicida.

Por otro lado, Salcido et al. (2020) en México, realizaron una investigación de enfoque metodológico cuantitativo, transversal, con un nivel de alcance correlacional, tuvo como objetivo determinar la asociación entre regulación emocional e ideación suicida, en 109 estudiantes de educación media superior. A quienes se los evaluó con la Escala de Ideación Suicida de Roberts (EIS) y la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS). Los hallazgos señalan una relación significativa entre el puntaje de las escalas de (DERS) y (EIS) ($\rho=-.460$, $p < .001$). Se concluye que, la regulación emocional es un factor protector ante la ideación suicida.

A nivel nacional Rivas (2022) indagó la relación entre la regulación emocional y el riesgo suicida en una muestra de 369 estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. La metodología presentó un enfoque cuantitativo, no experimental, con un alcance correlacional y transversal, utilizando como instrumentos la escala de ideación suicida OKASHA y la escala DERS-S SF. Los hallazgos revelaron una correlación significativa y negativa de magnitud

media ($p < 0.001$; $Rho = -0.495$) entre regulación emocional y riesgo suicida. De esta manera, se infiere que una adecuada regulación emocional tiende a disminuir el riesgo suicida en estudiantes universitarios.

De igual forma, en Lima Sur, Calagua (2022) indagó; según un enfoque cuantitativo de diseño no experimental con un enfoque transversal y correlacional, tuvo como objetivo establecer la conexión entre la desregulación emocional, la rumiación y la ideación suicida en una muestra de 311 adultos, quienes fueron evaluados con la prueba (DERS) y (PANSI). Los resultados mostraron una correlación significativa y de magnitud alta entre desregulación emocional e ideación suicida positiva ($\rho = -.662$; $p = .000$), así como una correlación de dirección positiva y también de alta magnitud con la ideación suicida negativa ($\rho = .631$; $p = .000$). Concluyendo, que niveles altos de riesgo de ideación suicida se relaciona con valores elevados de desregulación emocional.

Adicionalmente, Rojas y Centeno (2022), realizaron un estudio en Lima Metropolitana, cuyo estudio se apoyó en una metodología cuantitativa que utilizó un diseño transversal y correlacional, tuvo como objetivo establecer una relación entre las creencias actitudinales sobre el comportamiento suicida y regulación emocional cognitiva en una muestra conformada por 174 adultos jóvenes. A quienes se los evaluó con el cuestionario de Regulación Emocional Cognitiva (CERQ-36) y el cuestionario de Creencias Actitudinales frente al Comportamiento Suicida (CCCS-18). Los resultados demostraron una correlación significativa en varias dimensiones. En particular, se encontró una correlación significativa entre la dimensión Propio Suicidio y Reinterpretación Positiva ($\rho = -0,278^*$; $p = 0,000$) y Catastrofización ($\rho = 0,303^*$; $p = 0,000$). En conclusión, el estudio establece que ciertas dimensiones mantienen relaciones significativas entre sí, sugiriendo una interacción notable entre las creencias actitudinales acerca del comportamiento suicida y los mecanismos de regulación emocional cognitiva.

Por otro lado, Velásquez et al., (2020) en Lima Sur, realizaron una investigación de enfoque metodológico cuantitativo, de corte transversal, con un nivel de alcance correlacional, tuvo como objetivo determinar la relación entre desregulación emocional, rumiación e ideación suicida, en una muestra compuesta por 1330 estudiantes de educación superior con edades comprendidas entre los 16 y 31 años, quienes fueron evaluados con la prueba Escala de Dificultades de la Regulación Emocional (DERS-E), y la Escala (PANSI). Los hallazgos del estudio subrayan la existencia de una correlación significativa, evidente al nivel 0,01 bilateral, entre la desregulación emocional y la ideación suicida, con un Rho de Spearman de -0.300. En conclusión, se puede inferir que existe una relación inversa en la que un incremento en la desregulación emocional es acompañado de un aumento en la rumiación y en la ideación suicida.

De igual forma, Alvarado (2020) en la ciudad de Trujillo indagó, según un enfoque cuantitativo de diseño correlacional de corte transversal, el grado de relación existente entre ideación suicida y regulación emocional en una población adolescente, específicamente en una muestra compuesta por 202 estudiantes. A quienes se los evaluó con SSI y DERS-E. Los hallazgos del estudio mostraron una correlación directa y de magnitud mediana entre ideación suicida y regulación emocional, indicada por un coeficiente de correlación de Spearman de 0.440 y una significancia estadística de $p=.000$. Adicionalmente, el estudio pudo desvelar que existen relaciones directas y de grado mediano entre las distintas dimensiones que conforman las variables analizadas.

En otra instancia, respecto a las bases teóricas que definen a la ideación suicida, varios estudios han abordado la compleja naturaleza de la ideación suicida, realizando un análisis conceptual profundo. Entre ellos, Landrault et al. (2020) caracterizan este fenómeno como un espectro de pensamientos que pueden manifestarse de diversas maneras, extendiéndose desde

el simple deseo de morir hasta la formulación de un plan suicida meticulosamente detallado. Dentro de esta definición, se pueden distinguir varias fases en el desarrollo de la ideación suicida. Inicialmente, aparece el deseo de morir; luego, se generan pensamientos suicidas sin un plan concreto; a continuación, surge la creación de un esquema suicida más vago; y finalmente, se llega a la etapa de la ideación suicida acompañada de un plan exhaustivamente elaborado.

En una perspectiva complementaria a la ya mencionada, Rodas et al. (2021) abordan la ideación suicida desde un ángulo diferente. Ellos describen esta ideación como cualquier acción que surge con una intención de suicidio, ya sea esta explícita o implícita. Este enfoque engloba cualquier grado de intención, pensamiento o ideación que posea el potencial de culminar en la muerte del individuo. Esta visión amplía la comprensión del fenómeno, al considerar no solo los pensamientos detallados o los planes específicos, sino también cualquier inclinación o indicio que pueda llevar a un acto suicida.

Adicionalmente, Reeves et al. (2022) amplían aún más esta conceptualización de la ideación suicida. Ellos postulan que esta se compone de una serie de comportamientos, actitudes y proyectos que emergen como respuesta a situaciones problemáticas o de crisis. Según esta visión, tales elementos no solo incluyen pensamientos o planes, sino que también se orientan hacia la generación de ideas y sentimientos negativos. Estos sentimientos y pensamientos pueden progresar hasta llevar a la autolesión o incluso al acto de consumar el suicidio. Este enfoque destaca la naturaleza multifacética de la ideación suicida, reconociendo que esta puede abarcar una amplia gama de manifestaciones, desde actitudes y comportamientos iniciales hasta acciones concretas.

Para comprender la ideación suicida, diversos marcos teóricos ofrecen explicaciones desde distintas perspectivas, siendo notable el enfoque de las teorías sociales, particularmente

representadas por Durkheim (1982). Estas teorías enfatizan la importancia de la relación entre el individuo y su entorno social, sugiriendo que la disolución de la conexión comunal puede ser un precursor de trastornos emocionales. Mueller et al. (2021) amplían esta idea, explicando que, en ciertas situaciones, el deterioro de las relaciones sociales puede llevar a la contemplación del suicidio, ya sea como un sacrificio por el bien de la sociedad o como un escape de una comunidad vista como obstáculo para el crecimiento personal, resaltando así el impacto significativo de las dinámicas sociales en la ideación suicida.

La teoría del aprendizaje social de Bandura (2002), enfocada en la indefensión aprendida, sugiere que las actitudes hacia el suicidio pueden desarrollarse y reforzarse socialmente desde etapas tempranas de la vida, a veces percibiéndose como una táctica manipulativa. Dawkins et al. (2021) añaden que la ausencia de refuerzos positivos o metas vitales puede conducir a la depresión, desregulación emocional, rumiación y desorganización ideacional, enfatizando el rol significativo del entorno social y las experiencias de aprendizaje en el desarrollo de comportamientos y pensamientos suicidas.

Desde la perspectiva de la teoría cognitiva sobre la depresión, Beck (1980) propone que la ideación suicida surge en individuos que muestran tendencias autolesivas con la intención de finalizar su vida, originadas por el deseo de huir de desafíos vitales, agotamiento emocional y una percepción negativa de sí mismos. Beck también señala que una visión pesimista del futuro puede intensificar los riesgos suicidas. Bajo estrés y ansiedad, las personas pueden contemplar el final de sus vidas, enfrentando una dualidad entre el deseo de vivir y la posibilidad de acabar con su existencia. Zaiden et al. (2024) añaden que el comportamiento suicida puede ser ambiguo, fluctuando entre el deseo de continuar viviendo y el de no hacerlo, destacando así la complejidad y los matices que caracterizan a la ideación suicida desde esta perspectiva cognitiva.

En 2005, Beck profundizó su teoría sobre la depresión y la ideación suicida, destacando la relación intrínseca entre la desesperanza y percepciones distorsionadas sobre uno mismo, el mundo y el futuro. Sugiere que las personas en este estado suelen magnificar sus problemas y ven el suicidio como una salida viable. Existe una variedad en la severidad de los síntomas: algunos individuos muestran niveles elevados de desesperanza y depresión, mientras que otros presentan síntomas menos graves, enfocados en influir en su entorno social. Sueki (2022) complementa esta idea, resaltando que la desesperanza, a menudo equiparada a la sensación de indefensión o una actitud pesimista, es crucial en esta dinámica, con la expectativa de fracaso jugando un papel clave en la perspectiva de las personas hacia el suicidio.

Desde la perspectiva cognitivo-conductual, Beck (1979) identifica cuatro dimensiones clave en la ideación suicida. La primera es la actitud hacia la vida/muerte, que abarca comportamientos cambiantes influenciados por el desarrollo personal y el entorno sociocultural. Esta fase incluye aspectos como la reticencia, desesperanza y expectativas de vida reducidas, llevando a una consciencia disminuida y la contemplación de la muerte (Yu et al., 2022).

La segunda dimensión se centra en los pensamientos/deseos suicidas, marcados por la dificultad para manejar situaciones adversas y una tendencia creciente hacia la ideación suicida recurrente. Según, Yu et al. (2022) la tercera dimensión del proyecto de intento suicida implica la predisposición del individuo a formular un plan estratégico para terminar su vida.

Finalmente, la dimensión de desesperanza se relaciona con la incapacidad percibida de establecer metas y planes futuros viables, donde los resultados previstos conducen a acciones que facilitan el acto suicida. Yu et al. (2022) subrayan que en esta dimensión, los individuos están constantemente involucrados en reflexiones y planificaciones orientadas hacia el suicidio, resaltando la complejidad y la profundidad de estas dimensiones en la comprensión de la

ideación suicida.

Por otro lado, respecto a las precisiones conceptuales que definen a la autorregulación emocional Gross (1998) definió la regulación emocional como un proceso dinámico en el cual los individuos intervienen activamente tanto en la manifestación como en la experiencia de sus emociones a medida que surgen. En una etapa posterior, Harley et al. (2019) revisaron este concepto, proponiendo una definición de autorregulación emocional como un mecanismo que facilita la adaptación continua en la experiencia psicológica y el comportamiento emocional. Dicha adaptación tiene como objetivo intensificar o atenuar las emociones en contextos específicos, con el fin de promover un bienestar tanto a nivel intrapersonal como interpersonal.

Lane y Smith (2021) argumentan que la regulación emocional consiste en una serie de procesos internos diseñados para optimizar la gestión de nuestras respuestas emocionales, buscando alcanzar objetivos de manera adaptativa y adecuada. Esto implica adoptar una actitud abierta y estimulante hacia el cambio, lo que significa desarrollar estrategias enfocadas tanto en modificar como en mantener los estados de ánimo influenciados por nuestras emociones.

Según Becerra et al. (2024), las características de la autorregulación emocional son fundamentales para el rendimiento individual, ya que el autoconocimiento emocional permite identificar respuestas tanto positivas como negativas. El control sobre las emociones facilita el desarrollo de estrategias de afrontamiento, contribuyendo a la autorregulación y la resistencia a impulsos momentáneos. Además, la automotivación es clave para alcanzar metas personales, superando obstáculos mediante soluciones creativas. La integración efectiva y el fortalecimiento de la autorregulación emocional resultan en la adquisición de habilidades sociales avanzadas, las cuales incluyen el trabajo en equipo y la consideración de necesidades tanto individuales como colectivas.

Petrova y Gross (2023) sostienen que la autorregulación involucra una serie de respuestas aprendidas, donde el individuo absorbe y adapta elementos de su entorno social. Algunos de estos elementos son identificados de manera natural, mientras que otros se integran por exigencias sociales. Por su parte, Suri y Gross (2022) argumentan que la autorregulación conlleva cambios en aspectos como la ideología, la estimulación, el interés y el comportamiento. Esto implica que mediante la gestión de ciertos factores y el desarrollo de habilidades relacionadas, el individuo adquiere aprendizajes que orientan su conducta adecuada. Las personas con alta capacidad de autorregulación tienden a ser más eficaces en la expresión y el logro de metas, así como en la reflexión sobre sus propias acciones, lo cual a su vez influye en sus emociones.

El enfoque teórico desarrollado por Barrett y Gross (2001) ofrece una visión compleja de las emociones, considerándolas como una integración de procesos tanto conscientes como inconscientes. Esta perspectiva fue posteriormente expandida por Barrett y Westlin (2021), quienes identificaron tres aspectos fundamentales dentro de este modelo. El primero se centra en cómo las personas construyen mentalmente sus emociones, un procedimiento que implica tres componentes clave. El primero de ellos es lo que se denomina recursos o habilidades cognitivas emocionales, que se refiere a la capacidad natural de un individuo para interpretar y controlar sus emociones de manera eficaz (Barrett y Westlin, 2021). Luego, la accesibilidad se presenta como un elemento crucial, enfatizando la facilidad con la que una persona puede acceder a sus emociones y a los procesos emocionales subyacentes, lo cual permite una modulación más ajustada de las respuestas emocionales (Barrett y Westlin, 2021). El tercer aspecto, la motivación para generar experiencias emocionales, subraya la iniciativa del individuo en fomentar ciertos estados emocionales, lo que afecta significativamente la expresión y manifestación de las emociones (Petrova y Gross, 2023)

Gross y John (2003) describen meticulosamente el proceso de regulación emocional, identificando dos dimensiones fundamentales. La primera, la reevaluación cognitiva, se presenta como un método eficaz para gestionar las emociones en su etapa inicial. Esta estrategia permite a la persona alterar su interpretación de una situación dada, siendo aplicable en diversas fases del ciclo emocional, especialmente porque su efecto ocurre antes de que se desencadene una respuesta emocional concreta (Gross, 2018). Por otro lado, la segunda dimensión, la supresión emocional, se enfoca en limitar la manifestación de respuestas emocionales, con el fin de reprimir su exhibición exterior. Cabe destacar que, aunque esta técnica modifica la respuesta a la emoción, no afecta la naturaleza intrínseca de la emoción negativa subyacente. Así, podría reducir la expresión de ira, pero no necesariamente altera el sentimiento subyacente de incomodidad (Preece et al., 2019).

La investigación que aquí se propone aspira a ser un pilar significativo en el ámbito de los estudios sobre autorregulación emocional e ideación suicida, una intersección temática de gran relevancia, pero aun insuficientemente explorada. Esta indagación se vuelve particularmente pertinente dada la evidencia correlacional entre las dos variables en cuestión, especialmente en lo que refiere a ciertas conductas de riesgo que se manifiestan en diversos segmentos de la población. Hasta la fecha, los estudios que vinculan específicamente a la autorregulación emocional e ideación suicida en el contexto de estudiantes universitarios son escasos. Por tanto, este estudio tiene la meta no solo de llenar esa laguna en la literatura científica, sino también de proporcionar un análisis crítico y comparativo de las teorías prevalcientes y de los datos extraídos de investigaciones anteriores.

En una dimensión práctica, la relevancia de este estudio es palpable. Su realización podría catalizar la formulación de nuevas hipótesis y, en consecuencia, promover una comprensión más nítida y detallada de la relación entre las variables bajo examen. Los

hallazgos de este estudio podrían fungir como una herramienta invaluable para las autoridades pertinentes, asistiendo en la elaboración de políticas y programas orientados a la prevención, atención e intervención en este ámbito crítico de la salud mental. Además, busca facilitar una mayor sinergia entre los profesionales de la salud y la comunidad educativa, brindando un enfoque renovado para mitigar el riesgo suicida y robustecer los mecanismos de autorregulación emocional en la población joven.

Adicionalmente, la presente investigación se configura como un recurso invaluable para la sociedad, particularmente en los entornos universitarios. Tiene el potencial de inaugurar una senda de indagaciones futuras que profundicen en la misma problemática, contribuyendo así a un cuerpo de conocimientos más amplio y robusto. Al desentrañar y elucidar la asociación entre autorregulación emocional e ideación suicida, aspira a iluminar aspectos hasta ahora poco explorados de la salud mental.

1.2 Formulación del problema

Debido a lo expuesto, el presente estudio plantea la siguiente interrogante: ¿Existe relación significativa entre la autorregulación emocional e ideación suicida en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima?

Asimismo, para un mayor análisis del problema, se plantea las siguientes interrogantes específicas: a) ¿Existe relación significativa entre la autorregulación emocional y la actitud hacia la vida / muerte en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima? b) ¿Existe relación significativa entre la autorregulación emocional y los pensamientos / deseos suicidas en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima? c) ¿Existe relación significativa entre la autorregulación emocional y el proyecto de intento suicida en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima?

d) ¿Existe relación significativa entre la autorregulación emocional y la desesperanza en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima.

1.3 Objetivos

A partir de lo previamente descrito, la presente investigación tiene como objetivo principal determinar si existe relación entre la autorregulación emocional e ideación suicida en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada de Lima. Asimismo, a partir de este objetivo principal se derivan los siguientes objetivos secundarios: a) Determinar si existe relación entre la autorregulación emocional y la actitud hacia la vida / muerte en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima. b) Determinar si existe relación entre la autorregulación emocional y los pensamientos / deseos suicidas en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima. c) Determinar si existe relación entre la autorregulación emocional y el proyecto de intento suicida en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima. d) Determinar si existe relación entre la autorregulación emocional y la desesperanza en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima.

1.4 Hipótesis

Ante este contexto, surge la siguiente hipótesis general que se plantea como punto de partida para la investigación: Existe relación entre la autorregulación emocional e ideación suicida en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima. Asimismo, se van a desarrollar las siguientes hipótesis secundarias con el fin de complementar y respaldar la hipótesis general: H_{1a} Existe relación entre la autorregulación emocional y la actitud hacia la vida / muerte en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima. H_{1b} Existe relación entre la autorregulación emocional y los pensamientos / deseos suicidas en

los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima. H_{1c} Existe relación entre la autorregulación emocional y el proyecto de intento suicida en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima. H_{1d} Existe relación entre la autorregulación emocional y la desesperanza en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

El estudio en cuestión adopta una metodología de investigación cuantitativa, fundamentada en la utilización de instrumentos psicométricos para la obtención de datos. Estos datos, de naturaleza numérica, se someten posteriormente a un procesamiento y análisis estadístico, con el propósito de alcanzar las metas propuestas en el estudio (Hernández - Sampieri y Mendoza, 2018).

En cuanto al diseño investigativo, se clasifica como no experimental. Esta elección responde a que no se interviene ni manipula las variables en estudio; además, no se hace uso de asignaciones aleatorias para los participantes. Este diseño se complementa con un enfoque transversal, ya que la recolección de datos se realiza en un solo instante temporal, sin prolongarse a lo largo del tiempo (Arias et al., 2021). Por lo tanto, este diseño permite examinar, en un punto específico, las características o propiedades de las variables en cuestión.

Dentro de los parámetros de clasificación de investigaciones, el estudio se categoriza con un alcance correlacional. La razón de esto radica en la intención del estudio de explorar y determinar posibles correlaciones o relaciones estadísticas entre las variables de interés. La finalidad es discernir si las variables mantienen algún tipo de asociación y en qué medida. Es importante destacar que, en este estudio, la información sobre las variables se recoge de forma autónoma, sin que una dependa de la otra, lo que respalda la naturaleza correlacional de la investigación (Hernández - Sampieri y Mendoza, 2018).

La población se categoriza como la totalidad de entidades sometidas a estudio, agrupadas por compartir determinadas propiedades o atributos significativos para el análisis, facilitando así la demarcación de campos específicos de interés para ser explorados (Sánchez et al., 2018). En este contexto, la población de la actual investigación estuvo constituida por 3794 estudiantes

de la Facultad de Salud de una universidad privada situada en Lima, incorporando a individuos de ambos géneros, inscritos en programas de pregrado tradicionales y activos durante el semestre académico 2022-2.

Zuñiga et al. (2023) describen el proceso de selección de la muestra de su estudio, empleando una técnica de muestreo que pudo ser probabilística o no probabilística. En este contexto, la muestra se constituyó de 363 estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada en Lima. Esta incluyó a individuos de ambos géneros, inscritos en cursos de pregrado regulares y que estaban activos durante el período académico 2022-2.

Adicionalmente, la elección de los participantes se llevó a cabo mediante una técnica de muestreo no probabilístico de naturaleza intencional, dado que no se pudo garantizar la probabilidad de seleccionar a todos los estudiantes, sino que la recolección se fundamentó en específicos criterios de inclusión y exclusión (Medina et al., 2023).

En relación con los criterios de inclusión, se seleccionaron estudiantes de 18 a 47 años, matriculados en la Facultad de Salud de una universidad privada en Lima durante el año académico 2022. Además, era requisito que los participantes hubieran firmado el consentimiento informado, residieran en Lima durante el período del estudio y tuvieran disponibilidad para involucrarse en todas las fases del estudio. Por otro lado, los criterios de exclusión contemplaron a aquellos estudiantes que hubieran egresado o estuvieran en proceso de titulación, así como a estudiantes pertenecientes a facultades distintas a la Facultad de Salud.

En el desarrollo de esta investigación, se empleó el método de recolección de datos a través de encuestas, una técnica ampliamente recurrida en los estudios cuantitativos en el campo de las ciencias sociales. Este método indaga, mediante un conjunto de preguntas estructuradas, las creencias, actitudes y opiniones referentes a las variables en cuestión, dentro

de una muestra determinada de estudio (Bernal, 2020).

Para la medición de variables se empleará como instrumento al cuestionario, que se basa en un conjunto de reactivos presentados en modo preguntas objetivas que exploran indicadores y dimensiones de una o más variables estudiadas (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

En relación con la definición operacional de la ideación suicida, el constructo será medido a través de la escala de ideación suicida de Beck compuesta por 4 dimensiones denominadas, actitud frente a la muerte, pensamientos suicidas, intento suicida y desesperanza.

La Escala de Ideación Suicida, desarrollada por Beck et al. (1979) en el Albert Einstein College of Medicine en Estados Unidos, fue creada con el objetivo de medir y evaluar la seriedad, intención e intensidad de los pensamientos suicidas en los individuos, basada en la teoría cognitiva de la conducta suicida propuesta por Beck (1998). Este instrumento, compuesto por 21 ítems distribuidos en cuatro dimensiones significativas: actitud frente a la vida/muerte (ítems 1-5), pensamientos o deseos suicidas (ítems 6-11), planificación de intento suicida (ítems 12-15) y sensación de desesperanza (ítems 16-21), permite cuantificar el grado de ideación suicida. Las respuestas a cada ítem pueden variar entre 0, 1 y 2. Además, la puntuación de este instrumento se interpretó de acuerdo con el siguiente baremo: una puntuación entre 0 y 17 indicó un nivel bajo de ideación suicida, una puntuación entre 18 y 30 indicó un nivel medio de ideación suicida, y una puntuación entre 31 y 36 indicó un nivel alto de ideación suicida. El instrumento, que puede ser administrado tanto de manera individual como colectiva en aproximadamente 10 a 15 minutos, está destinado a adolescentes y adultos de la población general.

En relación a la adaptación del instrumento, Landeo (2022) investigó las propiedades psicométricas del SSI en una muestra de estudiantes universitarios en Lima. Para el análisis de validez de contenido, se emplearon el método de criterio de expertos y el coeficiente V de Aiken. Los resultados indicaron que todos los ítems fueron válidos en términos de claridad, relevancia y pertinencia. Los índices de acuerdo para cada ítem en estas dimensiones alcanzaron un valor de 1.00, con una significancia (Sig.) de .008. Además, se evaluó la consistencia interna del instrumento mediante el coeficiente Alpha de Cronbach, obteniéndose un puntaje de .799, considerado como adecuado.

Se realizó una prueba piloto para evaluar la consistencia interna del instrumento con el alfa de Cronbach, mostrando alta confiabilidad en las dimensiones de Ideación Suicida y Pensamientos Suicidas ($\alpha = .842$) y buena en Actitud hacia la Vida/Muerte ($\alpha = .725$) y Desesperanza ($\alpha = .763$). La dimensión Proyecto de Intento Suicida registró el valor más bajo ($\alpha = .609$). Estos resultados son consistentes con los criterios de Oviedo y Campo (2005) y Ruiz (2002). Adicionalmente, la prueba KMO indicó una excelente adecuación de la muestra (0.952) y la prueba de esfericidad de Bartlett confirmó la aptitud de los datos para un análisis factorial ($\chi^2 = 4225.150, p < 0.001$).

Por otro lado, en relación con la definición operacional de la regulación emocional, será evaluada de acuerdo con lo propuesto por Gross y John (2003) en el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ). Este instrumento consta de 10 preguntas, las cuales están organizadas en dos dimensiones.

El Instrumento de Regulación Emocional creado por Gross y John (2003) en Estados Unidos de América. Este cuestionario comprende 10 ítems, distribuidos de tal manera que 6 ítems se destinan al análisis de la reevaluación cognitiva y los 4 restantes, a la medición de la supresión. Se aplica una escala Likert de siete puntos, que varía desde totalmente en desacuerdo

(1) hasta totalmente de acuerdo (7), lo que facilita la captura de la experiencia emocional de los participantes. Todos los ítems son formulados de manera directa. En cuanto a la adaptación cultural del instrumento, se ha notado una variabilidad en los puntajes medios entre los géneros, especialmente en las subescalas. Las categorías de evaluación se clasifican en tres niveles: alta, con puntajes de 50 a 70, indicando una autorregulación emocional intensa; media, con puntajes de 40 a 49, reflejando una regulación emocional moderada; y baja, con puntajes de 10 a 39, representando una mínima autorregulación emocional.

En relación con la adaptación del instrumento, Morales y Tito (2021) desarrollaron un estudio para examinar las propiedades psicométricas del ERQ en una muestra integrada por 1001 estudiantes universitarios de la ciudad de Lima. En términos de confiabilidad, tanto el coeficiente alfa como el omega fueron superiores a .70 para la escala en su totalidad y para sus respectivas dimensiones. Los hallazgos sobre la validez de contenido resultaron ser satisfactorios para todos los ítems, con un V de Aiken superior a .80. Adicionalmente, el Análisis Factorial Confirmatorio validó el modelo bifactorial correlacionado, que comprende la reevaluación cognitiva y la supresión expresiva, mostrando índices de ajuste aceptables ($\chi^2/gf=2.30$, $RMSEA=.0503$, $SRMR=.0190$, $CFI=.986$ y $TLI=.982$).

En el estudio actual, se llevó a cabo una prueba piloto, donde el análisis de la consistencia interna, utilizando el coeficiente alfa de Cronbach para determinar la confiabilidad de las dimensiones del instrumento evaluado. La dimensión autorregulación emocional registró una confiabilidad robusta con un alfa de .725, y la dimensión reevaluación cognitiva mostró una confiabilidad aún mayor, con un alfa de .763. en contraste, la dimensión supresión emocional obtuvo el coeficiente más bajo (.623), que aún se considera dentro de un rango aceptable. Estos valores, situados generalmente entre 0.6 y 0.8, cumplen con los estándares de confiabilidad propuestos por Oviedo y Campo (2005) y son clasificados como de alta

confiabilidad según Ruiz (2002). Adicionalmente, la prueba KMO indicó una excelente adecuación de la muestra con un valor de 0.982, y la prueba de esfericidad de Bartlett validó la aptitud de los datos para un análisis factorial, con un χ^2 de 42322.140 y un valor p menor a .001.

En el marco de esta investigación, la iniciativa se desarrolló mediante una colaboración estrecha con los coordinadores de las diferentes carreras profesionales pertenecientes a la Facultad de Salud. Se estableció una comunicación formal con estas autoridades académicas a través de correos electrónicos, donde se les solicitó la aprobación necesaria para llevar a cabo la investigación. Posteriormente, se organizó con varios docentes con el objetivo de conciliar los horarios de clases y establecer fechas y horas propicias para las visitas a los salones de clases, durante las cuales se clarificó el propósito del estudio.

En lo que respecta a la recolección de datos, se obtuvo el permiso del docente a cargo del aula pertinente, y se procedió a informar a los estudiantes universitarios acerca de las metas de la investigación. Además, se destacó que, antes de acceder a participar, debían expresar su consentimiento mediante un documento de consentimiento informado. Este documento subrayaba que la información recopilada tendría como único fin contribuir a objetivos académicos, garantizando así la confidencialidad de los datos. Se enfatizó, además, que la participación era voluntaria y que se garantizaría el anonimato de todos los participantes. Las instrucciones se comunicaron verbalmente, brindando respuestas a las inquietudes surgidas en el transcurso de la aplicación. Como parte de los instrumentos seleccionados, se incluyó un formulario anónimo de datos personales que recopilaba información general, tal como sexo, edad, carrera, ciclo de estudio y estado civil.

En la fase subsiguiente a la adquisición de datos, se inicia una crucial etapa de integración de la información recopilada a través de diversos métodos investigativos. En este

tramo, es esencial emprender una meticulosa tabulación, donde cada segmento de datos es fielmente registrado dentro de un sistema organizado, proceso que se ejecuta utilizando el software Microsoft Office Excel 2019, garantizando así eficiencia y precisión. No obstante, este acto representa solo una parte de una serie de procedimientos necesarios para realizar un análisis integral. En un paso estratégico ulterior, se planifica una meticulosa transición de datos hacia IBM SPSS versión 26.0, una plataforma reconocida que facilita una gestión y análisis de datos avanzados, optimizando así el tratamiento y la profundidad del análisis de los datos recabados.

En una fase subsecuente, se emprende una minuciosa evaluación de la normalidad de los datos a través de la implementación de la prueba Kolmogorov-Smirnov (K-S), considerando una muestra significativa de 363 participantes. En este sentido, se plantean dos posibles escenarios: por un lado, la hipótesis nula, que postula una distribución normal de los datos, y por otro, la hipótesis alternativa que sugiere una distribución no normal. Consecuentemente, la aceptación o rechazo de estas hipótesis depende intrínsecamente del valor p derivado de la prueba K-S. Así, si se registra un valor p igual o superior a 0.05, se mantiene la hipótesis nula, indicando una distribución normal de los datos; no obstante, en el caso de obtener un valor p inferior a 0.05, se desecha la hipótesis nula, señalando una distribución no normal de los datos.

Acorde con los resultados obtenidos en la presente investigación, donde se evidencia un valor p de 0.00 en todos los casos, se concluye de manera inequívoca la no normalidad de los datos, lo que conlleva a la aplicación de técnicas no paramétricas para el análisis de correlaciones. En este marco, se opta por utilizar la correlación de Spearman, una medida no paramétrica que permite discernir la intensidad y dirección de la relación entre dos variables sin presuponer una distribución específica de los datos.

La presente investigación ha sido meticulosamente realizada respetando cada uno de los estatutos delineados en el código de ética para la investigación científica en UPN (2023), asumiendo con gran responsabilidad el deber de adherirse a los principios y buenas prácticas establecidos por el Código Nacional de Integridad Científica emitido por Concytec. En primer lugar, se ha otorgado una especial atención al artículo 2, garantizando el respeto a la autonomía y los derechos fundamentales de los participantes, conforme a lo establecido en la Ley N° 30364 y el Plan Nacional contra la Violencia de Género 2016-2021, cuidando además de proteger especialmente a aquellos individuos en situación de vulnerabilidad, quienes han participado únicamente con la autorización correspondiente de un tutor o representante legal, evitando así cualquier violación a su autonomía personal. Adicionalmente, en consonancia con las expectativas de responsabilidad y respeto a la propiedad intelectual, se ha garantizado una gestión ética de los datos y la información, evitando en todo momento el uso indebido de información proveniente de otras investigaciones sin las citas correspondientes, lo que resalta una adhesión intransigente a los valores de honestidad y transparencia académica, tal como lo estipula el mencionado código ético.

En lo que respecta al consentimiento informado, este estudio ha procurado que cada participante estuviera debidamente informado y que pudieran ejercer su derecho de retirarse en cualquier momento, siguiendo así de manera estricta los principios de autonomía y respeto establecidos en el artículo 6. Por último, se ha guiado por los principios de autonomía, justicia, beneficencia y no maleficencia, tal como fueron propuestos por Beauchamp y Childress (1979).

CAPÍTULO III: RESULTADOS

En la presente sección se presentan los resultados obtenidos en esta investigación según los objetivos establecidos.

Tabla 1

Características sociodemográficas de la muestra de estudio

Variables	Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Masculino	64	18%
	Femenino	299	82%
Carrera	Obstetricia	72	20%
	Enfermería	72	20%
	Terapia F.R.	73	20%
	Nutrición	71	20%
	Psicología	75	20%
Edad	18-22	274	75%
	23-27	66	18%
	28-32	21	6%
	33-37	0	0%
	38-42	0	0%
	43-47	2	1%
Ciclo académico	Primer ciclo	6	2%
	Segundo ciclo	33	9%
	Tercer ciclo	49	13%
	Cuarto ciclo	97	27%
	Quinto ciclo	61	17%
	Sexto ciclo	55	15%
	Séptimo ciclo	42	12%
	Octavo ciclo	19	5%
	Noveno ciclo	1	0%
	Décimo ciclo	0	0%
Estado civil	Soltero (a)	278	77%
	Casado (a)	9	2%
	En relación	76	21%

Nota. Se presenta las características sociodemográficas de la muestra
Continua en la página siguiente.

Se delimitan las características sociodemográficas de la cohorte investigada, constituida por 363 alumnos. Se nota una distribución cíclica de los participantes, con un 27% cursando el cuarto ciclo, un 17% en el quinto ciclo, y un 14% en el sexto ciclo. En términos de género, predomina el femenino con un 82%, mientras que el género masculino representa un 18%. En lo que concierne a la edad, la mayoría se concentra en el grupo de 18-22 años, abarcando un 75%.

Tabla 2

Frecuencias y porcentajes de los niveles de las variables y dimensiones

Variables y Dimensiones	Bajo		Medio		Alto	
	f	%	f	%	f	%
Autorregulación emocional	34	9.4%	224	61.7%	105	28.9%
Reevaluación Cognitiva	38	10.5%	233	64.2%	92	25.3%
Supresión emocional	28	7.6%	211	58.3%	124	34.1%
Ideación suicida	273	75.2%	77	21.1%	13	3.7%
Actitud hacia la vida/muerte	208	57.2%	136	37.5%	19	5.3%
Pensamientos o deseos suicidas	250	68.8%	102	28.1%	11	3.1%
Proyecto de intento suicida	289	79.5%	66	18.3%	8	2.2%
Desesperanza	331	91.3%	27	7.4%	5	1.3%

Nota. Total de encuestados= 363; f= Frecuencias; %= Porcentajes

Los resultados más relevantes de la tabla indican que la mayoría de los encuestados presentan niveles bajos en las variables relacionadas con la ideación suicida y la desesperanza, con un 75.2% y 91.3%, respectivamente. En cuanto a la autorregulación emocional, el nivel medio es predominante con un 61.7%, similar a lo observado en las dimensiones de reevaluación cognitiva (64.2%) y supresión emocional (58.3%). Esto sugiere que, aunque los

estudiantes manejan de manera moderada sus emociones, existe una preocupante prevalencia de pensamientos y sentimientos negativos relacionados con el suicidio, aunque en menor medida en valores altos.

Tabla 3

Normalidad de los grupos de datos por variables y dimensiones

VARIABLES/ dimensiones	K-S _a	gl	Sig.
Autorregulación emocional	,210	363	,001
Reevaluación Cognitiva	,156	363	,009
Supresión emocional	,233	363	,000
Ideación suicida	,164	363	,000
Actitud hacia la vida/muerte	,276	363	,001
Pensamientos o deseos suicidas	,252	363	,000
Proyecto de intento suicida	,226	363	,001
Desesperanza	,198	363	,001

Nota. K-S_a= Kolmogorov-Smirnov con corrección de significación de Lilliefors; gl= Grados de libertad; Sig.= Nivel de significancia; α = Alfa de Cronbach para la fiabilidad de los instrumentos.

Con respecto a la Tabla 3, se presentan los resultados de la prueba de bondad de ajuste a la curva de Kolmogorov-Smirnov (K-S), como se puede apreciar en la siguiente tabla los coeficientes (K-S) correspondientes a las 2 variables y sus dimensiones en su mayoría presentan una distribución no normal, dado que el coeficiente obtenido (K-S) son significativos ($p < 0.05$). Por lo tanto, se considera emplear para el tratamiento estadístico de correlación las pruebas no paramétricas, es decir, Rho de Spearman.

Tabla 4

Correlación Rho de Spearman entre la autorregulación emocional e ideación suicida

	Autorregulación emocional		
	Rho de Spearman	<i>p</i>	n
Ideación suicida	-.332**	.000	363

En virtud de los datos identificados en la Tabla 4, indica que se encontró una correlación negativa y significativa entre autorregulación emocional e ideación suicida ($p=.000$; $\rho=-.332^{**}$), con una magnitud débil de acuerdo con (Hernández et al., 2017). Esto implica que las variaciones en el nivel de ideación suicida se relacionan con las variaciones en los niveles de autorregulación emocional de manera inversa.

Tabla 5

Correlación Rho de Spearman entre la autorregulación emocional y Actitud hacia la vida-muerte

	Autorregulación emocional		
	Rho de Spearman	<i>p</i>	n
Actitud hacia la vida-muerte	-.289**	.000	363

Nota. Rho= Coeficiente de correlación de Spearman; *p*= Significancia bilateral; N= Total de encuestados

En cuanto a las hipótesis secundarias, se evidencia una correlación significativa, negativa débil (Hernández et al., 2017) entre autorregulación emocional y actitud hacia la vida/muerte ($p=.000$; $\rho=-.289^{**}$), por lo tanto, los niveles altos de la actitud hacia la vida - muerte se asocian con bajos niveles de autorregulación emocional y viceversa.

Tabla 6

Correlación Rho de Spearman entre la autorregulación emocional y pensamientos o deseos suicidas

	Autorregulación emocional		
	Rho de Spearman	<i>p</i>	n
Pensamientos o deseos suicidas	-.310**	.000	363

Nota. Rho= Coeficiente de correlación de Spearman; *p*= Significancia bilateral; N= Total de encuestados

También, se observa una correlación significativa, negativa débil (Hernández et al., 2017) entre autorregulación emocional y pensamientos / deseos suicidas ($p=.000$; $\rho=-.310^{**}$), lo que significa que niveles altos de los pensamientos / deseos suicidas se relacionan con niveles bajos de autorregulación emocional y viceversa.

Tabla 7

Correlación Rho de Spearman entre la autorregulación emocional y proyecto de intento suicida

	Autorregulación emocional		
	Rho de Spearman	<i>p</i>	n
Proyecto de intento suicida	-.211**	.000	363

Nota. Rho= Coeficiente de correlación de Spearman; *p*= Significancia bilateral; N= Total de encuestados

De igual manera, la Tabla 7 revela que existe una correlación significativa y negativa entre autorregulación emocional y proyecto de intento suicida ($p=.000$; $\rho=-.310^{**}$), con magnitud débil acorde con (Hernández et al., 2017), por consiguiente, niveles bajos de autorregulación emocional se relaciona con niveles altos de proyecto de intento suicida

Tabla 8

Correlación Rho de Spearman entre la autorregulación emocional y desesperanza

	Autorregulación emocional		
	Rho de Spearman	<i>p</i>	n
Desesperanza	-.215**	.000	363

Nota. Rho= Coeficiente de correlación de Spearman; *p*= Significancia bilateral; N= Total de encuestados

De igual forma, la Tabla 8 indica que se encontró una correlación negativa y significativa entre autorregulación emocional y desesperanza ($p=.000$; $\rho=-.215^{**}$), con una intensidad débil (Hernández et al., 2017), esto implica que niveles bajos de autorregulación emocional se relaciona con niveles altos de desesperanza y viceversa.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El estudio tuvo como objetivo establecer la correlación entre autorregulación emocional y la ideación suicida en universitarios, encontrando una correlación negativa débil entre las variables ($p=.000$; $\rho=-.332$). Los hallazgos guardan semejanza con la investigación de Rivas (2022), quien documentó una correlación significativa y de magnitud media entre la regulación emocional y el riesgo suicida, evidenciada por un valor $p=.001$ y $r_s=-.495$. De forma similar, Velásquez et al. (2020) observaron una correlación significativa con un $\rho=-.300$. Por otra parte, Salcido et al. (2020) identificaron una relación significativa entre la desregulación emocional y la ideación suicida ($r_s=-.460$; $p=.001$). Los hallazgos del estudio se interpretan a través de las perspectivas teóricas de Gross (2015) y el análisis realizado por Büscher et al. (2020), quienes argumentan que, que una autorregulación emocional eficaz, ejemplificada por estrategias como la reevaluación cognitiva, es crucial para alinear las respuestas emocionales con las metas personales. La falta de estas habilidades puede desencadenar emociones intensas y prolongadas, como la tristeza o la desesperanza, elevando así el riesgo de ideación suicida. Adicionalmente, una regulación emocional deficiente puede generar patrones de pensamiento negativos y distorsionados, incrementando la susceptibilidad a la depresión y, consecuentemente, a la ideación suicida. Esta interacción subraya que una capacidad limitada de regulación emocional podría intensificar los riesgos

Al analizar los objetivos específicos, el primer objetivo fue determinar si existía una relación entre la autorregulación emocional y la actitud hacia la vida/muerte. Se observó que el coeficiente de correlación de Spearman arrojó un valor de $\rho = -.289$, indicando una relación significativa, negativa y de magnitud débil. Estos resultados son consistentes con los hallazgos de Rodríguez et al. (2023), quien, al analizar una muestra de estudiantes universitarios, corroboró la existencia de una correlación significativa entre las dificultades de regulación

emocional y la dimensión actitud hacia la vida/muerte ($p=.000$; $\rho=-.284$). Los hallazgos del estudio se interpretan a través del el análisis realizado por Büscher et al. (2020), quienes señalan que aquellos individuos con una alta capacidad de regulación emocional son más competentes en el uso de estrategias como la reevaluación cognitiva, lo que les permite modificar la interpretación de situaciones potencialmente estresantes de manera más positiva. Esta capacidad de reinterpretar eventos estresantes está asociada con una menor tendencia a desarrollar actitudes negativas hacia la vida y la muerte, ya que los estudiantes pueden manejar mejor la ansiedad, el estrés y la depresión, que son factores de riesgo para ideaciones suicidas y actitudes fatalistas. Por el contrario, la falta de autorregulación emocional puede llevar a una mayor vulnerabilidad ante las emociones negativas, intensificando las actitudes pesimistas hacia la vida/muerte.

En relación con el segundo objetivo específico, que buscaba determinar la existencia de una relación entre la autorregulación emocional y los pensamientos o deseos suicidas, se obtuvo un valor de p de $.000$ y un coeficiente de correlación ρ de $-.310$, estos resultados indican una relación significativa, negativa y de magnitud débil entre las variables estudiadas. Los resultados obtenidos se alinean con los hallazgos de Rodríguez et al. (2023), quienes, al analizar una muestra de estudiantes universitarios, confirmaron la existencia de una correlación significativa entre las dificultades en la regulación emocional y la dimensión de deseos suicidas ($p = .000$; $\rho = -.319$). Los resultados pueden ser interpretados desde la perspectiva cognitivo-conductual, Rudd y Joiner (2021) argumentaron que una deficiente autorregulación emocional podría conducir a que los estudiantes no manejen de manera adecuada las cogniciones negativas, lo cual incrementaría el riesgo de desarrollar deseos suicidas. Por el contrario, una autorregulación emocional efectiva interrumpe o suaviza estos patrones de pensamiento negativo, reduciendo de manera significativa tanto la intensidad como la frecuencia de los pensamientos suicidas. En este contexto, los estudiantes universitarios con una alta capacidad

de autorregulación emocional tendrían una mayor habilidad para gestionar el estrés y las emociones negativas, lo que disminuiría la probabilidad de experimentar pensamientos o deseos suicidas.

En cuanto al tercer objetivo específico, que buscaba determinar la relación entre la autorregulación emocional y el proyecto de intento suicida, los resultados mostraron un valor de p de .000 y $r_s = -.211$, lo que confirma la existencia de una relación negativa y de magnitud muy débil. Los resultados obtenidos muestran coherencia con los hallazgos de Rodríguez et al. (2023), quienes, al analizar una muestra de estudiantes universitarios, confirmaron la existencia de una correlación significativa entre las dificultades en la regulación emocional y la dimensión correspondiente al proyecto de intento suicida ($p = .000$; $\rho = -.308$). De igual modo, Rivas (2020) encontró una correlación significativa entre el intento suicida y la regulación emocional en estudiantes de nivel superior ($p = .001$). Los hallazgos del estudio, interpretados de Büscher et al. (2020), sugieren que una adecuada autorregulación emocional permite gestionar de manera eficaz las emociones negativas, evitando que estas se intensifiquen y deriven en comportamientos suicidas. Este proceso no solo reduce la intensidad emocional y la rumiación, sino que también atenúa la desesperanza y la sensación de ineficacia personal, factores que incrementan el riesgo de suicidio. De este modo, la autorregulación emocional se presenta como un factor protector, lo que explica la correlación inversa observada entre ambas variables.

En relación con el cuarto objetivo específico, que buscaba determinar la existencia de una relación entre la autorregulación emocional y la desesperanza, los resultados mostraron un valor de p de .000 y el coeficiente de correlación de Spearman fue $\rho = -.215$, lo que indica una relación significativa, negativa y de magnitud débil. Los resultados pueden ser interpretados desde la perspectiva cognitivo-conductual. Los resultados obtenidos se alinean con los hallazgos de Rodríguez et al. (2023), quienes, al analizar una muestra de estudiantes

universitarios, confirmaron la existencia de una correlación significativa entre las dificultades en la regulación emocional y la desesperanza ($p = .000$; $\rho = -.342$). Rudd y Joiner (2021) sostuvieron que la desesperanza en los estudiantes universitarios se manifiesta particularmente debido a las múltiples demandas y presiones académicas, sociales y personales, así como a la independencia financiera y la incertidumbre sobre el futuro. Aquellos con una buena capacidad de regulación emocional logran manejar estas presiones de manera más eficaz, reinterpretando los obstáculos como oportunidades de crecimiento en lugar de amenazas insuperables. En contraste, los estudiantes con una regulación emocional deficiente son más vulnerables a la acumulación de estrés y a emociones negativas no resueltas, lo que puede conducir a una visión distorsionada y pesimista de su situación académica y personal, incrementando la desesperanza. Esta sensación de desesperanza no solo impacta su bienestar emocional, sino que también puede afectar negativamente su rendimiento académico y su capacidad para tomar decisiones futuras, creando un ciclo negativo difícil de romper.

En cuanto a las limitaciones del presente estudio, se tuvo dificultad con el marco teórico ya que no hay suficientes teorías que indaguen sobre autorregulación emocional e ideación suicida y brinden sustento teórico actualizado, se incluyen el diseño de estudio, dado que los resultados hallados solo se pueden emplear como una representación de la existencia de una asociación entre ambas variables psicológicas, debido a que no se puede demostrar una relación causal entre los constructos al ser un estudio descriptivo correlacional. Asimismo, el corte transversal no propicia una comparación decisiva de las propiedades de esta correlación, lo que dificulta una mejor comprensión. Adicionalmente, la muestra donde se utilizó un muestreo no probabilístico encontrándose estudiantes mujeres en su mayoría, lo que significó que los resultados encontrados no podrían ser generalizados en contexto o población diferente, no obstante, los resultados obtenidos pueden servir de apoyo para unas próximas investigaciones con características similares a nuestro muestreo. Así también, cabe considerar se halló escasa

producción científica en torno a la publicación de artículos de investigación enfocadas en ambas variables de estudios que indiquen la relación de estas, así como la asociación entre las variables y sus respectivas dimensiones.

En primer lugar, sobre la implicancia teórica, los resultados obtenidos pueden ayudar como base de un estudio previo o antecedente de investigación para futuras investigaciones que traten sobre temas relacionados a la autorregulación emocional e ideación suicida en estudiantes universitarios, ya que permite brindar información acerca de la relación de ambas variables de estudio. Posterior a ello, en relación con la implicancia práctica, el presente estudio contribuyo con datos relevantes que permitieron caracterizar algunas asociaciones entre las dimensiones de las variables. Asimismo, se busca que el presente estudio sea un antecedente para la implementación de programas o talleres preventivos que puedan ayudar a la salud mental y desarrollo de los universitarios referente al manejo de sus emociones, a fin de mermar de forma significativa la posibilidad de que manifiesten algún tipo de ideación suicida que afecte su integridad personal. Finalmente, se recomienda realizar investigaciones similares en diversas facultades del contexto universitario privado y público, con una muestra mayor para alcanzar la generalización de los hallazgos en la población. También, llevar a cabo estudios de tipo longitudinal, que permitan una mejor comprensión de la correlación entre autorregulación emocional y la ideación suicida.

Con relación a las conclusiones, se encontró una relación significativa e inversa, de fuerza baja entre autorregulación emocional e ideación suicida en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima. Lo más relevante de este estudio fue como resultado se encontró que la ideación suicida y sus dimensiones están inversamente relacionadas con autorregulación emocional, lo que significa que las variaciones en el nivel de ideación suicida se relacionan con las variaciones de autorregulación emocional.

También se obtuvo como resultado que existe una relación significativa, inversa y una intensidad débil, entre autorregulación emocional y actitud hacia la vida/muerte, sugiere que niveles altos de actitud hacia la vida / muerte se asocian con niveles bajos de autorregulación emocional y viceversa.

Por otro lado, se encontró una relación significativa, inversa y una intensidad débil, entre autorregulación emocional y pensamientos/deseos suicidas, se acepta la hipótesis específica, esto significa que niveles altos de pensamientos/ deseos suicidas se relacionan con niveles bajos de autorregulación emocional y viceversa.

Además, se determinó una relación significativa, inversa y una intensidad baja, entre autorregulación emocional y proyecto de intento suicida, lo que significa que niveles altos del proyecto de intento suicida se asocian con niveles bajos de autorregulación emocional y viceversa.

Por último, se identificó una relación significativa, inversa y una intensidad baja, entre autorregulación emocional y desesperanza, sugiere que niveles altos de desesperanza se relacionan con niveles bajos de autorregulación emocional y viceversa.

REFERENCIAS

- Atencio, J., Paucar, W. y Condor, I. (2019). Publicación científica en especialidades de Neurología y Psiquiatría en el Perú a través del SCImago Journal and Country Rank. *Rev. Neuro- Psiquiatra*. 82(3):227-9. <http://dx.doi.org/10.20453/rnp.v82i3.3578>
- Arias, J. y Covinos, M. (2021). Diseño y metodología de la investigación. <http://hdl.handle.net/20.500.12390/2260>
- Auris Rivas, S. (2022). *Regulación emocional y riesgo suicida en estudiantes universitario de Lima Metropolitana*. (Tesis de licenciatura). Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú <https://hdl.handle.net/20.500.12692/95368>
- Baños-Chaparro, J., Ynquillay-Lima, P., Lamas Delgado, F., & Fuster Guillen, F. G. (2021). Análisis de redes de las conductas suicidas en adultos peruanos. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 50(3). <http://scielo.sld.cu/pdf/mil/v50n3/1561-3046-mil-50-03-e1450.pdf>
- Barret, L. F. y Gross, J. J. (2001). Emotional Intelligence. A process model of emotion representation and regulation. En: Mayne, T. J. y Bonano, G. A. (Eds.). *Emotions. Current issues and future directions*. New York; The Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/record/2001-16875-009>
- Barrett, L. F., & Westlin, C. (2021). Navigating the science of emotion. In *Emotion measurement* (pp. 39-84). Woodhead Publishing. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-821124-3.00002-8>
- Bauer, B. W., Hom, M. A., Karnick, A. T., Charpentier, C. J., Keefer, L. A., Capron, D. W., & Bryan, C. J. (2022). Does Hopelessness Accurately Predict How Bad You Will Feel in the Future? Initial Evidence of Affective Forecasting Errors in Individuals with Elevated

- Suicide Risk. *Cognitive Therapy and Research*, 1-18. <https://doi.org/10.1007/s10608-021-10285-7>
- Becerra, R., Naragon-Gainey, K., Gross, J. J., Ohan, J., & Preece, D. A. (2024). Beliefs about emotions: Latent structure and links with emotion regulation and psychopathology. *Journal of Affective Disorders Reports*, 16, 100728. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2024.100728>
- Bottaro, R. y Faraci, P. (2022). Experiencias emocionales y motivación de estudio entre estudiantes universitarios italianos durante la segunda ola de COVID-19. *Revista de salud del American College*, 1-8.
- Beck, A. T., M. Kovacs y A. Weissman (1979). Assement of suicida intent: The scale for suicide ideation. *Journal Consult Clinic Psychology*, 47, 343-352. <https://doi.org/10.1037/0022-006x.47.2.343>
- Bedoya, E. Y. (2021). Estrés, regulación cognitivo-emocional, adaptación y salud en universitarios. *Praxis & Saber*, 12(30), e11534-e11534. <https://doi.org/10.19053/22160159.v12.n30.2021.11534>
- Bermúdez, G. y Amaya, S. (2020). *Revisión sistemática: Regulación emocional mediante terapias de tercera generación entre los años 2014 a 2019*. (Tesis de grado). Universidad Antonio Nariño, Bogotá, Colombia. <http://repositorio.uan.edu.co/handle/123456789/2093>
- Bustamante, C. y Espinola, R. (2020). *Revisión sistemática de los factores que predisponen a la conducta autolesiva en adolescentes y jóvenes*. (Tesis de grado). Universidad Cesar Vallejo, Trujillo, Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/51466>

- Büscher, R., Torok, M., Terhorst, Y., & Sander, L. (2020). Terapia cognitivo-conductual basada en Internet para reducir la ideación suicida: una revisión sistemática y metaanálisis. *JAMA network open*, 3(4), e203933-e203933.
- Calagua Molina, C. M. (2022). *Desregulación emocional, rumiación e ideación suicida en adultos de dos distritos de Lima Sur*. (Tesis de grado). Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1943>
- Cha, C. B., Robinaugh, D. J., Schacter, D. L., Alheimer, G., Marx, B. P., Keane, T. M., ... & Nock, M. K. (2022). Examining multiple features of episodic future thinking and episodic memory among suicidal adults. *Suicide and Life-Threatening Behavior*.
- Chacaliaza, K., & Manrique, J. D. (2022). Depresión e ideación suicida en adolescentes: una revisión narrativa. *PsiqueMag*, 11(2), 108-116.
- Chen, YH y Lin, YJ (2022). Validación del cuestionario breve de autorregulación para estudiantes universitarios taiwaneses (TSSRQ). *Fronteras en Psicología* , 9 , 323362.
- Cunha, NHDA, Bonfim, CB, Santos-Lima, C. y Siquara, GM (2022). Regulación de las emociones, felicidad subjetiva y sentido de vida de estudiantes universitarios en la pandemia en brasil. *Paidéia (Ribeirão Preto)* , 32 , e3219.
- Dawkins, J. C., Hasking, P. A., & Boyes, M. E. (2021). Pensamientos y creencias sobre las autolesiones no suicidas: una aplicación de la teoría cognitiva social. *Revista de salud universitaria estadounidense*, 69(4), 428-434.
- De la Rosa-Gómez, A., Hernández-Posadas, A., Valencia, P. D., & Guajardo-Garcini, D. A. Análisis dimensional de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS-15) en universitarios mexicanos. *Revista Evaluar*, 21(2), 80-97.

- De la Fuente, J., Martínez-Vicente, JM, Pachón-Basallo, M., Peralta-Sánchez, FJ, Vera-Martínez, MM, & Andrés-Romero, MP (2022). Efecto predictivo diferencial del comportamiento de autorregulación y la combinación de self vs. Comportamiento de regulación externa sobre disfunciones ejecutivas y dificultades de regulación de emociones, en estudiantes universitarios. *Fronteras en Psicología*, 13 , 876292.
- Díaz, C. I. B., López, V. A. Q., & Saucedo, A. C. (2021). El sentimiento de soledad y su relación con la ideación suicida en estudiantes universitarios. *Revista Inclusiones*, 80-94.
- Dombrowski, A. Y., & Hallquist, M. N. (2022). Search for solutions, learning, simulation, and choice processes in suicidal behavior. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science*, 13(1), e1561.
- Fakhari, A., Allahverdipour, H., Esmaili, E. D., Chattu, V. K., Salehiniya, H., & Azizi, H. (2022). Early marriage, stressful life events and risk of suicide and suicide attempt: a case-control study in Iran. *BMC Psychiatry*, 22(1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-03700-0>
- Gelezelyte, O., Kazlauskas, E., Brailovskaia, J., Margraf, J. y Truskauskaite-Kuneviciene, I. (2022). Ideación suicida en estudiantes universitarios de Lituania en medio de la pandemia de COVID-19: un estudio prospectivo con medidas pre pandémicas. *Estudios de muerte* , 46 (10), 2395-2403. <https://doi.org/10.1080/07481187.2021.1947417>
- González, E., & Crespo, M. (2022). Revisión sistemática de la relación entre sintomatología postraumática y conducta suicida. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 27(1), 73-90. <https://doi.org/10.5944/rppc.27757>
- Granieri, A., Casale, S., Sauta, MD y Franzoi, IG (2022). Ideación suicida entre estudiantes universitarios: un modelo de mediación moderada considerando el apego, la

- personalidad y el sexo. *Revista internacional de investigación ambiental y salud pública*, 19 (10), 6167.
- Gross, J (2018). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1). doi: 10.1080/1047840X.2014.94078
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of personality and social psychology*, 85(2), 348.
- Ha, J. y Park, D. (2022). Ideación suicida e intentos de suicidio entre estudiantes universitarios en Corea del Sur durante la pandemia de COVID-19: la aplicación de la teoría psicológica interpersonal y el esquema desadaptativo temprano. *PeerJ*, 10, e13830.
- Harley, JM, Pekrun, R., Taxer, JL y Gross, JJ (2019). Regulación de las emociones en situaciones de logro: un modelo integrado. *Psicólogo Educativo*, 54 (2), 106-126. <https://doi.org/10.1080/00461520.2019.1587297>
- Hernández Bello, L., Hueso Montoro, C., Gómez Urquiza, J. L., Milanés, C., y Cogollo Milanés, Z. (2020). Prevalencia y factores asociados a la ideación e intento de suicidio en adolescentes: Revisión sistemática. *Rev Esp Salud Pública*, 94 (10) <http://hdl.handle.net/10481/63924o>
- Hernández-Vásquez, A., Azañedo, D., Rubilar González. J, Huarez, B., Grendas, L. Evolución y diferencias regionales de la mortalidad por suicidios en el Perú, 2004-2013. *Rev Peru Med Exp Salud Publica*. 2016;33(4):751-757
- Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (2004). *Estadística de intentos de suicidio y suicidios*. México: INEGI, Cuaderno núm. 10

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2021). Estadísticas a propósito del día mundial para la prevención del suicidio. Suicidios2021_Nal.pdf (inegi.org.mx).
<https://doi.org/10.21149/14815>

Jones, LB, Vereschagin, M., Wang, AY, Munthali, RJ, Pei, J., Richardson, CG, ... y Vigo, DV (2023). Ideación suicida entre estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19: tendencias temporales y factores de riesgo. *Revista Canadiense de Psiquiatría*, 68 (7), 531-546.

Khakpoor, S., Saed, O., & Armani, A. (2019). Emotion regulation as the mediator of reductions in anxiety and depression in the Unified Protocol (UP) for transdiagnostic treatment of emotional disorders: double-blind randomized clinical trial. *Trends Psychiatry Psychother*, 41(3).
http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S223760892019000300227&lang=es

Kiosses, D. N., Monkovic, J., Stern, A., Czaja, S. J., Alexopoulos, G., Arslanoglou, E., ... & Putrino, D. (2022). An emotion regulation tablet app for middle-aged and older adults at high suicide risk: feasibility, acceptability, and two case studies. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 30(5), 575-584.

Landeo L.(2022). *Ideación Suicida y el Afrontamiento al Estrés en estudiantes universitarios en época de pandemia Covid-19 en Piura, 2021*. (Tesis de grado). Universidad Cesar Vallejo, Piura, Perú.

Landrault, H., Jaafari, N., Amine, M., Malka, G., Selimbegović, L. y Chatard, A. (2020). Ideación suicida en escuelas de élite: una prueba de la teoría interpersonal y la teoría de escape del suicidio. *Suicidio y conductas que ponen en peligro la vida*, 50 (1), 201-210.

<https://doi.org/10.1111/sltb.12578>

Lane, RD y Smith, R. (2021). Niveles de conciencia emocional: teoría y medición de una habilidad socioemocional. *Revista de Inteligencia* , 9 (3), 42.

<https://doi.org/10.3390/jintelligence9030042>

Lara, G. A. G., Zúñiga, J. O., Pérez, O. C., Solís, S. H., Jiménez, C. E. P., & Méndez, M. C. (2018). Variables predictoras de la ideación suicida y sintomatología depresiva en adolescentes de Chiapas, México. *Ciência & Saúde Coletiva*, 23, 1089-1096.

Llievanos-Ruiz, F. J., Betanzos, F. G., de la Torre, A. E. H., & Sánchez-Loyo, L. M. (2022). Prevalencia de ideación suicida en estudiantes de medicina: Una revisión sistemática. *Uaricha*, 19, 1-13.

Ma, Z., Wang, D., Zhao, J., Zhu, Y., Zhang, Y., Chen, Z., ... y Fan, F. (2022). Asociaciones longitudinales entre múltiples problemas de salud mental e ideación suicida entre estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19. *Revista de trastornos afectivos* , 311 , 425-431.

McNally, A. M., Palfai, T. P., Levine, R. V., & Moore, B. M. (2019). Attachment dimensions and drinking-related problems among young adults: The mediational role of coping motives. *Addictive behaviors*, 28(6), 1115-1127.

Medina, M., Rojas, R., & Bustamante, W. (2023). *Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación*. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú. <http://coralito.umar.mx:8383/jspui/handle/123456789/1539>

Merino-Soto, C., Chávez-Ventura, G., López-Fernández, V., Chans, GM y Toledano, F. (2022). Cuestionario de Autorregulación del Aprendizaje (SRQ-L): Evidencia

- Psicométrica y de Invarianza de Medición en Estudiantes Universitarios Peruanos. *Sostenibilidad* , 14 (18), 11239.
- Michellini, Y., & Godoy, J. C. (2022). Análisis factorial confirmatorio de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional Estado en una muestra argentina. *Revista Costarricense de Psicología*, 41(1), 23-42.
- Miri, M., Rezaeian, M. y Ghasemi, SA (2022). Una revisión sistemática sobre la prevalencia y las causas del suicidio (pensamientos y acciones) en estudiantes escolares y universitarios iraníes. *Revista de la Universidad de Ciencias Médicas de Rafsanjan* , 21 (5), 551-574.
- Moreira, R. C., Pinto, L. A., Cortez, E. N., de Almeida, C. S., & Andrade, S. N. (2022). Ideação suicida na população universitária. *Research, Society and Development*, 11(2), e2711225318-e2711225318.
- Mueller, AS, Abrutyn, S., Pescosolido, B. y Diefendorf, S. (2021). Las raíces sociales del suicidio: teorizar cómo el mundo social externo es importante para el suicidio y la prevención del suicidio. *Fronteras en psicología* , 12 , 621569.
- Navarrete, J., García-Salvador, M. Á., Cebolla, A., & Baños, R. (2022). Impact of Mindfulness Training on Spanish Police Officers' Mental and Emotional Health: A Non-Randomized Pilot Study. *Mindfulness*, 1-17.
- Ning, K., Yan, C., Zhang, Y. y Chen, S. (2022). Ejercicio regular con ideación suicida, plan suicida e intento de suicidio en estudiantes universitarios: datos de la encuesta Health Minds 2018-2019. *Revista internacional de investigación ambiental y salud pública*, 19 (14), 8856.

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2021, 17 de junio). Suicidio.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>.

Pérez, S. (1999). El suicidio, comportamiento y prevención. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 15(2), 196-21

Petrova, K. y Gross, JJ (2023). El futuro de la investigación sobre la regulación de las emociones: ampliando nuestro campo de visión. *Ciencia afectiva*, 4 (4), 609-616.
<https://doi.org/10.1007/s42761-023-00222-0>

Porras Meza, L. M. (2022). *Riesgo suicida y regulación emocional en adultos en contexto de pandemia*.

Preece, DA, Becerra, R., Robinson, K. y Gross, JJ (2019). El cuestionario de regulación de las emociones: propiedades psicométricas en muestras de la comunidad general. *Revista de evaluación de la personalidad*, 102 (3), 348-356. <https://doi.org/10.1080/00223891.2018.1564319>

Pupo, A. S., Astudillo, J. R. H., & Cruz, R. E. B. (2021). La educación emocional en las aulas universitarias, un reto a alcanzar. *Opuntia Brava*, 13(2), 391-402.

Reeves, K. W., Vasconez, G., & Weiss, S. J. (2022). Characteristics of suicidal ideation: a systematic review. *Archives of suicide research*, 26(4), 1736-1756.

Rivas, A., & Ursula, S. (2022). *Regulación emocional y riesgo suicida en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana*. Universidad César Vallejo.
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/95368>

Rodas Vera, N. M., Toro, R., & Flores Kanter, P. E. (2021). Inventario de ideación suicida positiva y negativa (PANSI): propiedades psicométricas en universitarios peruanos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*; 60; 3; 7-2021; 27-39.

<http://dx.doi.org/10.21865/RIDEP60.3.03>

Rodríguez Sanchez, K. D., Laguna Martínez, L. J., & Silva Rueda, K. T (2023). *Regulación emocional, depresión e ideación suicida en estudiantes de pregrado de la Universidad Santo Tomás sede Villavicencio Meta* (Doctoral dissertation, Universidad Santo Tomás).

Rodríguez, A., & Esther, M. (2020). *Ideación suicida y regulación emocional en adolescentes de instituciones educativas estatales de Trujillo*. Universidad Privada del Norte. <https://hdl.handle.net/11537/23963>.

Rodrigo, MH, Mónica, PP, Diego, VQ, Hernán, SV, Pamela, CB, Fabricio, VDLB, & Thomas, CR (2022). Nueva evidencia psicométrica de una estructura bifactorial del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) en estudiantes universitarios ecuatorianos. *Psicología en Rusia: Estado del arte*, 15 (1), 120-134.

Rojas Palacios, D. N., & Centeno Quispe, A. F. (2023). *Creencias actitudinales sobre el comportamiento suicida y regulación emocional cognitiva en jóvenes adultos de Lima Metropolitana* (Tesis de grado). Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. <http://hdl.handle.net/10757/661012>

Rudd, M. D., & Joiner, T. E. (2021). Treating suicidal behavior: An effective, time-limited approach. *Cognitive and Behavioral Practice*

Salcido-Cibrián, L. J., Chapa-Romero, A. C., Sánchez-Cabada, M., & Elizalde-Monjardin, M. (2023). The temporality of psychological constructs, suicidal ideation and emotional dysregulation: a longitudinal study in Mexican adolescents. *Escritos de Psicología*, 16(2), 104–111. <https://doi.org/10.24310/escpsi.16.2.2023.16764>

Sampieri, R. H. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y*

mixta. McGraw Hill México.

Sánchez Cabada, M. E., Elizalde Monjardin, M., & Salcido Cibrián, L. J. (2022). Regulación emocional como factor protector de conductas suicidas. *Revista Psicología y Salud*, 32(1).

Sánchez, J. & Botella, J. (2010). Revisiones sistemáticas y metaanálisis: Herramientas para la práctica profesional. *Papeles del psicólogo*, 12(3), 23-34.
<http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1792.pdf>

Sueki, H. (2022). Relación entre la Escala de Desesperanza de Beck y la ideación suicida: un estudio longitudinal a corto plazo. *Estudios de muerte*, 46 (2), 467-472.

Suri, G. y Gross, JJ (2022). ¿Qué es una emoción? Una perspectiva conexionista. *Revisión de emociones*, 14 (2), 99-110. <https://doi.org/10.1177/17540739221082203>

Tabares, A. S. G., Núñez, C., Osorio, M. P. A., & Caballo, V. E. (2020). Riesgo suicida y su relación con la inteligencia emocional y la autoestima en estudiantes universitarios. *Terapia Psicológica*, 38(3), 403–426. <https://doi.org/10.4067/s0718-48082020000300403>

Tasnim, R., Islam, M. S., Sujan, M. S. H., Sikder, M. T., & Potenza, M. N. (2020). Suicidal ideation among Bangladeshi university students early during the COVID-19 pandemic: Prevalence estimates and correlates. *Children and Youth Services Review*, 119(105703), 105703. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105703>

Velásquez, C., Montalvo, A. G., López, V. M., Montgomery, W., & Vásquez, K. E. (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.

- Velázquez, L. G., Gómez, F. L. R., Rodas, Y. V., & Falcón, M. A. H. Capítulo 10. Emociones negativas y estrés académico en estudiantes universitarios mexicanos en tiempos del COVID-19. *Educación y Pedagogía en Latinoamérica 2021*, 139.
- Villafaña, J. N. R., & Cárdenas, S. J. (2022). Definición de suicidio y de los pensamientos y conductas relacionadas con el mismo: una revisión. *Psicología y Salud*, 32(1), 39-48.
- Wu, O., Lu, X., Yeo, KJ, Xiao, Y. y Yip, P. (2022). Evaluación de la prevalencia y los factores de riesgo únicos de ideación suicida entre estudiantes universitarios de primer año en China utilizando un inventario de personalidad universitaria multidimensional único. *Revista internacional de investigación ambiental y salud pública*, 19 (17), 10786. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710786>
- Yu, T., Hu, D., Teng, F., Mao, J., Xu, K., Han, Y., ... & Wu, M. (2022). Effectiveness of internet-based cognitive behavioral therapy for suicide: a systematic review and meta-analysis of RCTs. *Psychology, Health & Medicine*, 27(10), 2186-2203.
- Zaiden, FB y Mahfar, MB (2024). Depresión entre adolescentes: una revisión de la teoría del comportamiento cognitivo de Beck. *Revista Malaya de Ciencias de la Salud/Jurnal Sains Kesihatan Malasia*, 22 (1).
- Zamora Becerra, W. H. (2022). *Inteligencia emocional y riesgo de ideación suicida en estudiantes universitarios de Lima Este*. (Tesis de licenciatura). Universidad Peruana Unión, Lima, Perú. <http://hdl.handle.net/20.500.12840/5524>
- Zúñiga, P. I. V., Cedeño, R. J. C., & Palacios, I. A. M. (2023). Metodología de la investigación científica: guía práctica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 9723-9762.

Zhang, S., Litvak, V., Tian, S., Dai, Z., Tang, H., Wang, X., ... & Lu, Q. (2022). Spontaneous transient states of fronto-temporal and default-mode networks altered by suicide attempt in major depressive disorder. *European archives of psychiatry and clinical neuroscience*, 272(8), 1547-1557. <https://doi.org/10.1007/s00406-021-01371-8>

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de Consistencia Interna

Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	Variables	Dimensiones	Metodología
¿Existe relación significativa entre la autorregulación emocional e ideación suicida en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima?	Determinar si existe relación entre la autorregulación emocional e ideación suicida en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima.	Existe relación entre la autorregulación emocional e ideación suicida en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima.		Actitud hacia la vida/muerte Pensamientos o deseos suicidas Proyecto de intento de suicidio Desesperanza	Enfoque Cuantitativo Alcance Correlacional Diseño No experimental de corte transversal Población 3794 estudiantes Muestra 363 estudiante, muestreo no probabilístico y de tipo intencional Técnica Encuesta Instrumentos Escala de ideación suicida (SSI) Cuestionario de autorregulación emocional (ERQP) Análisis de datos Programa informático Excel 2019 de Microsoft Office Sistema informático de estadística IBM SPSS en su versión 26.
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas			
¿Existe relación significativa entre la autorregulación emocional y la actitud hacia la vida / muerte en los estudiantes de la Facultas de Salud de una universidad Privada de Lima?	Determinar si existe relación entre la autorregulación emocional y la actitud hacia la vida / muerte en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima.	Existe relación entre la autorregulación emocional y la actitud hacia la vida / muerte en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima.			
¿Existe relación significativa entre la autorregulación emocional y los pensamientos / deseos suicidas en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima	Determinar si existe relación entre la autorregulación emocional y los pensamientos / deseos suicidas en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima.	Existe relación entre la autorregulación emocional y los pensamientos / deseos suicidas en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima.	Ideación suicida		
¿Existe relación significativa entre la autorregulación emocional y el proyecto de intento suicida en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima?	Determinar si existe relación entre la autorregulación emocional y el proyecto de intento suicida en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima.	Existe relación entre la autorregulación emocional y el proyecto de intento suicida en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima.	autorregulación emocional	Reevaluación Cognitiva Supresión emocional	
¿Existe relación significativa entre la autorregulación emocional y la desesperanza en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima?	Determinar si existe relación entre la autorregulación emocional y la desesperanza en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima.	Existe relación entre la autorregulación emocional y la desesperanza en los estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad Privada de Lima.			

Anexo 2. Matriz de Operacionalización de las variable autorregulación emocional

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles
Autorregulación emocional	Es el modo y el interés buscado en las estrategias para suprimir, mantener o aumentar ciertas sensaciones en la mayoría de las emociones que involucran en cierto grado el desequilibrio o pasividad en las personas Gross y John (2003)	será evaluada de acuerdo con el modelo propuesto por Gross y John (2003) en el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ). Este instrumento consta de 10 preguntas, las cuales están organizadas en dos dimensiones.	Reevaluación Cognitiva	Modificación de la situación	1	7-29, Bajo 30-49, Medio 50-70, Alto
				Modificación de la atención	3, 5	
			Supresión emocional	Modificación de la evaluación	7, 8	
				Modulación a la respuesta emocional	10, 2, 4, 6, 9	

Anexo 3. Matriz de Operacionalización de las variable ideación suici

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles
Ideación suicida	Beck, Rush, Shaw y Emery (1979) definen la ideación suicida como aquellos pensamientos o imaginaciones que tienen los individuos constantemente de acabar con su vida, asimismo, en esas ideas va planificado como se podrían quitar la vida pero que aún no realizan la acción.	El constructo fue medido mediante el Inventario de Ideación Suicida de Beck, el cual estuvo compuesto por 19 reactivos distribuidos en cuatro dimensiones.	Actitud hacia la vida/muerte	Comportamientos inadecuados entre la vida y muerte.	1,2,3,4,5	0-17, Bajo 18-30, Medio 31-36, Alto
			Pensamientos o deseos suicidas	Pensamientos, ideas de autoeliminarse.	6,7,8,9,10,11	
			Proyecto de intento de suicidio	Planificación, uso de métodos para acabar con su propia vida.	12,13,14,15	
			Desesperanza	Sentimiento de falta de motivación hacia la proyección del futuro.	16,17,18,19,20,21	

Anexo 4. Consentimiento informado

Autorregulación emocional e ideación suicida en estudiantes de la Facultad de Salud de una Universidad Privada de Lima, 2022

Estimado(a) participante:

Le extiendo un cordial saludo antes que nada me presento, soy la estudiante *Andrea Velasquez Martinez* del 10mo ciclo de la carrera de psicología de la Universidad Privada del Norte – Los Olivos. En la actualidad me encuentro realizando una investigación titulada “*Autorregulación emocional e ideación suicida en estudiantes de la Facultad de Salud de una Universidad Privada de Lima, 2022*”.

El proceso consiste en la aplicación de dos pruebas psicológicas: *Escala de ideación suicida y el Inventario de Autorregulación Emocional*.

Cabe señalar que, la participación en esta investigación es de forma voluntaria, el llenado del cuestionario es de carácter anónimo y le tomará aproximadamente 15 minutos de su tiempo. Toda la información que se recoja será confidencial y solo para uso de la investigación.

La aceptación de este documento significa que ha leído la información proporcionada y que usted brinda su autorización del desarrollo de esta investigación. Finalmente, como parte del mensaje se agradece su participación y el interés de esta investigación proporcionando datos de la realidad y formando parte de un proceso de investigación.

Requisitos para realizar los cuestionarios:

- Ser alumno(a) de la Facultad de ciencias de la Salud
- Estar matriculado en el semestre 2022-II
- Pertenecer algún ciclo académico

En caso tenga alguna duda con respecto a algunas preguntas, puede consultar en cualquier momento durante su participación en el.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación. Reconozco que la información que yo provea en esta investigación es confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento.

Firma del participante

Anexo 5. Instrumento SSI

Cuestionario SSI

En este cuestionario encontrarás una serie de enunciados con diferentes respuestas, donde tendrás que marcar una de ellas de acuerdo a la que más se asemeje a tu deseo, actitud o pensamiento. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde lo que crees que se ajusta mejor a tu forma de pensar, sentir o actuar.

I. ACTITUDES HACIA LA VIDA / MUERTE.

1). Deseo de vivir.

- Moderado a intenso.
- Débil
- Ninguno

2). Deseo de morir.

- Ninguno
- Débil
- Moderado

3). Razones para vivir/morir

- Las razones para vivir son superiores a los de morir
- Iguales
- Las razones para morir son superiores a las de vivir

4). Deseo de realizar un intento de suicidio activo

- Ninguno
- Débil
- Moderado a intenso

5). Intento pasivo de suicidio

- Tomaría precauciones para salvar su vida
- Dejaría la vida/muerte en manos del azar (cruzar sin cuidado una calle muy transitada)
- Evitaría los pasos necesarios para salvar o mantener su vida (por ejemplo: dejar de tomar su medicina).

II. PENSAMIENTOS / DESEOS SUICIDAS

6). Dimensión temporal: Duración

- Breves, periodos pasajeros.
- Periodos más largos
- Continuos (crónicos), o casi continuos.

7). Dimensión temporal: Frecuencia

- Rara, ocasionalmente
- Intermitente
- Persistentes o continuos

8). Actitud hacia los pensamientos/deseos

- Rechazo
- Ambivalente, indiferente
- Aceptación

9). Control sobre la acción del suicidio o el deseo de llevarlo a cabo

- Tiene sensación de control No tiene seguridad de control
- No tiene sensación de control.

10). Por qué no lo harías (familia, religión, posibilidad de quedar seriamente lesionado si fracasa el intento, irreversible).

- No intentaría el suicidio debido a algún factor persuasivo, algo lo detiene Los factores persuasivos tienen una cierta influencia.
- Influencia mínima o nula de los factores persuasivos.

11). Razones de pensar en el proyecto de intento.

- Manipular el medio, llamar la atención, venganza.
- Combinación de ambos.
- Escapar, acabar, salir de problemas.

III. PROYECTO DE INTENTO SUICIDA

12). Método: Especificación/planes

- No lo ha considerado.
- Lo ha considerado, pero sin detalles específico.
- Los detalles están especificados/bien formulados.

13). Método: Disponibilidad/oportunidad de pensar el intento

- Método no disponible, no hay oportunidad.
- El método llevaría tiempo/esfuerzo; la oportunidad no es accesible fácilmente Método y oportunidad accesible del método proyectado.

14). Sensación de "capacidad" para llevar a cabo el intento

- No tiene coraje, demasiado débil, temeroso, incompetente.
- Inseguridad de su coraje, competencia.
- Seguro de su competencia, coraje.

15). Expectativa/anticipación de un intento real.

- No.
- Incierto, no seguro.
- Sí.

IV. ACTUALIZACIÓN DEL INTENTO O DESESPERANZA

16). Preparación real

- Ninguna.
- Parcial (ejemplo: empezar a recoger píldoras).
- Completa (tener las píldoras, la navaja, la pistola cargada).

17). Notas acerca del suicidio

- No escribió ninguna nota.
- Empezaba, pero no completa, solamente pensó en dejarla.
- Completa.

18). Preparativos finales: anticipación de muerte (escribir una carta de despedida a mis familiares y amigos, realizar donación de bienes)

- Ninguno.
- Pensamiento de dejar algunos asuntos arreglados.
- Hacer planes definidos o dejaría todo arreglado.

Anexo 6. Instrumento EQR

Inventario de Autorregulación Emocional

Instrucciones:

Las preguntas que se presenta a continuación están relacionadas con su vida emocional, en particular cómo controla o cómo maneja y regula sus emociones. El cual, ya que nos interesa ver dos aspectos principales: por un lado, su experiencia emocional, o cómo siente las emociones; y por otro, la expresión emocional o como muestra sus emociones en su forma de hablar o de comportarse. Aunque algunas de las siguientes preguntas pudieran parecer similares, difieren en aspectos bastante importantes. Para cada pregunta utilice la siguiente escala de respuesta:

1	2	3	4	5	6	7
Totalmente en desacuerdo			Neutral			Totalmente de acuerdo

N°		1	2	3	4	5	6	7
1	Cuando quiero sentir más una emoción positiva (por ejemplo, alegre o divertido), modifico lo que pienso sobre ello.							
2	Trato de mantener ocultos mis sentimientos.							
3	Cuando quiero sentir menos una emoción negativa (por ejemplo, tristeza o enfado), modifico lo que pienso sobre ello.							
4	Cuando estoy sintiendo emociones positivas, tengo cuidado de no expresarlas.							
5	Cuando hago frente a una situación estresante, pienso en ella de una manera que me ayude a mantener la calma							
6	Controlo mis emociones no expresándolas.							
7	Cuando quiero sentir más una emoción positiva, cambio la manera de pensar sobre esa situación.							
8	Controlo mis emociones cambiando la manera de pensar sobre la situación en la que me encuentro.							

9	Cuando estoy sintiendo emociones negativas, me aseguro de no expresarlas.							
10	Cuando quiero sentir menos una emoción negativa, cambio la manera de pensar sobre esa situación.							