



Malestar emocional, dificultades familiares y experiencias sobre suicidio en jóvenes estudiantes de nivel superior

Emotional distress, family difficulties and suicide experiences in university students

J. Isaac Uribe Alvarado*, Ximena Zacarías Salinas*, María Fernanda Silva Rodríguez**
Universidad de Colima*

Citación | Uribe-Alvarado, J. I., Zacarías-Salinas, X. y Silva-Rodríguez, M.F. (2021). Malestar emocional, dificultades familiares y experiencias sobre suicidio en jóvenes estudiantes de nivel superior. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 3(3), 330-341.

Artículo recibido 17-08-2021; aceptado el 05-11-2021; publicado 01-12-2021.

Resumen

La ideación suicida involucra no sólo a la persona que tiene ideas de quitarse la vida sino a su entorno inmediato y de interacción. Se realizó un estudio exploratorio con el propósito de obtener testimonios vinculados a los factores individuales, sociales y experiencias previas, relacionadas con la ideación e intento suicida en estudiantes de nivel superior. Participaron 72 estudiantes de nivel superior, integrados en ocho grupos focales. Para el manejo de la información recabada se utilizó el análisis de contenido por categorías. Los resultados muestran que la percepción de rechazo, los sentimientos de desesperanza y soledad, así como la tendencia a la depresión, se vinculan con factores contextuales como la disfuncionalidad familiar y rechazo de los pares que, de acuerdo con los testimonios, pueden identificarse en casos de jóvenes con ideación suicida pasiva y activa. Se analiza la importancia de conocer de primera mano testimonios de jóvenes sobre sus experiencias con temas de suicidio.

Palabras clave | juventud, ideación suicida, familia, malestar emocional

Abstract

Suicidal ideation that involves not only the person who has ideas of killing himself, but also his immediate environment and social interactions. An exploratory study was carried out, in order to obtain information from testimonies linked to three kinds of factors, individual, social and previous experiences related to suicidal ideation in young people. The information was analyzed by content analysis technique. Seventy two young students participated in eight focus groups. Results report that individual factors such as perceived rejection, hopelessness and loneliness as well as the tendency to depression are

* Correspondencia: juribe@ucol.mx Facultad de Psicología. Av. Universidad # 333 colonia Las Víboras, C.P. 28077 Colima, Colima. Tel. Facultad 3123161091. Correo electrónico: ximena_zacarias@ucol.mx

** Estudiante de séptimo semestre de la licenciatura en psicología. Correo electrónico: msilva2@ucol.mx

linked to contextual factors such the family disfunction and peer rejection, witch according to testimonies, can be identified in cases of young people with passive and active suicidal ideation.

Keywords | youth, suicidal ideation, family and emotional distress

La ideación suicida forma parte de un abanico de comportamientos y pensamientos auto lesivos que se categorizan progresivamente dependiendo de la severidad de los mismos. El suicidio y sus fenómenos asociados, se consideran un problema de salud pública global, primero por la incidencia del problema y segundo, debido a las consecuencias derivadas del mismo. Esto es, siempre existen secuelas generadas por un suicidio, tanto en aquellas personas que lo intentan y no lo consuman, como en aquellos sobrevivientes del círculo familiar y afectivo de la persona percida. Por lo que los esfuerzos de los profesionales y estudiosos del tema se han enfocado en tratar de predecir y trazar la trayectoria del pensamiento y acto suicida.

Es común considerar la ideación como el punto de partida del acto suicida. Ésta consiste en un conjunto de ideas y preocupaciones auto destructivas, asociadas al deseo de muerte y en las etapas más avanzadas, incluye planes concretos para realizar un acto letal (Pérez, 1999). Resulta relevante considerar que se ha propuesto diferenciar entre tipos de ideación suicida, esto para distinguirlas por su nivel de gravedad. La ideación suicida pasiva incluye pensamientos sobre la muerte o deseos de muerte sin que se tenga un plan para intentarlo, mientras que la ideación suicida activa implica que se tomen acciones para terminar con la vida, éstas incluyen intenciones precisas, planeación del evento, así como la identificación de los métodos para lograrlo (Turecki y Brent, 2016). Aunque las etapas del acto suicida no son siempre secuenciales, la necesidad de diferenciar entre ideación pasiva y activa radica en señalar que la concreción de los pensamientos en acciones puede derivar en la ejecución de lo planeado, lo que podría conducir a la consumación del suicidio.

La complejidad del fenómeno suicida se fundamenta en la multiplicidad de factores que concurren en el mismo. De ahí que resulte necesario estudiarlos considerando dos grandes grupos, los individuales y los contextuales (Sánchez-Sosa et al., 2013). En los de orden individual se incluyen los estados emocionales preponderantes en cada persona, las estrategias de afrontamiento a eventos estresantes, además de las habilidades para el manejo del malestar emocional. Respecto a los factores contextuales, se consideran primordialmente la relación con la familia de origen, aunado al ajuste a contextos escolares y/o laborales. En el rubro de los factores individuales, las investigaciones con población juvenil han reportado que estados emocionales depresivos, la dependencia emocional y los sentimientos de desesperanza se han presentado en poblaciones adolescentes y juveniles que reportan ideación suicida (Barros et al., 2017).

En ese sentido, González-Forteza et al. (2003) reportaron que los problemas de depresión en jóvenes se relacionan con la ideación suicida; así mismo, Sánchez et al. (2014) mencionan que estudiantes universitarios con estado de ánimo deprimido tienden a manifestar ideas suicidas y muestran un alto nivel de desesperanza. Concluyen que la depresión y la desesperanza son predictores significativos de la ideación suicida.

De acuerdo con, Siabato y Salamanca (2015) el 31% de una muestra de jóvenes presentó ideación suicida, así mismo el reporte de estrés, la dependencia emocional, la impulsividad y la depresión, fueron factores asociados a la misma. En el mismo sentido, Siabato et al. (2017) reportaron que un 30% de una muestra de jóvenes, reportó nivel alto de ideación suicida, que la incidencia fue mayor en mujeres que en hombres y que los síntomas depresivos, se asociaron con la ideación suicida; además, se encontraron rela-

ciones significativas con el desánimo y la autoestima deteriorada. Datos similares reportaron Toro-Tobar et al. (2016) quienes citaron correlaciones significativas entre ideación suicida, desesperanza y depresión; también Rendón-Quintero y Rodríguez-Gómez (2016) en su estudio con mujeres y varones jóvenes indicaron que “la vivencia de soledad y el dolor psíquico se vinculan a la desesperanza, el pesimismo y la desmotivación” (p. 98) y que, la ilusión de morir lleva implícita la posibilidad de quitarse la vida.

En lo que respecta a los factores contextuales, los estudios sobre el peso de los procesos familiares en la ideación suicida se enfocan al análisis de la calidad de las relaciones entre madres, padres, hijas e hijos, así como en los procesos de funcionamiento familiar general. Al respecto, Quítl-Melendez y Nava-Ernult (2015) reportaron que la ideación suicida en jóvenes se relacionó significativamente con algunos factores del funcionamiento y diferenciación familiar, particularmente el ajuste/desajuste, la individuación/cohesión y la transmisión de valores.

Además, Forero et al. (2017) citan que los jóvenes que perciben mayor disfuncionalidad familiar tienen mayor nivel de ideación suicida. De acuerdo con Pérez-Chán (2015) algunas razones que los jóvenes tienen para pensar/desear el intento suicida son las de escapar, acabar o salir de problemas; además, los adolescentes integrantes de familias multiproblemáticas reportan mayormente ideación suicida que quienes no las tienen, así mismo quienes consumen alcohol o alguna droga tienen más probabilidades de presentar ideación suicida.

En lo que respecta a la relación entre el cuidado, la crianza recibida y sus efectos en el fenómeno suicida, Pérez et al. (2013) indican que la ideación suicida y los sentimientos de soledad se presentan en mayor porcentaje en las mujeres que en los varones jóvenes, además reportaron correlaciones significativas entre el control psicológico ejercido por el padre y la ideación suicida, esto en hombres y mujeres. Garza et al. (2019) señalan en su estudio, que la relación con el padre y el haber sido insultado por algún miembro de la familia tiene relación positiva con la idea de suicidarse.

Adicionalmente, se puede suponer que cuando los y las jóvenes perciben comunicación distante con sus madres y padres, no cuentan con apoyo instrumental y emocional, además de percibir poco afecto y un control excesivo acompañado de restricciones, tienden a manifestar síntomas depresivos que en muchos casos pueden estar acompañados de ideas suicidas. Los antecedentes familiares son considerados de importancia y con una posible relación con la ideación suicida, en especial cuando existe un proceso de desintegración del núcleo familiar, exceso o carencia de autoridad, de comunicación, además de la falta de comprensión y de aceptación de diferencias, particularmente las referentes a la expresión de la sexualidad e identidad de género, (Pérez et al., 2013). Sin descartar que la exposición a un trauma, al igual que el maltrato intrafamiliar y/o violencia en general también son elementos de un riesgo suicida (Emiro et al., 2018; Marino et al., 2018; Perales et al., 2019).

La interacción de los procesos individuales con los contextuales son parte importante en la explicación de la ideación e intento suicida. Aunado a lo anterior, tener experiencias cercanas vinculadas al suicidio, aumenta el riesgo y sobre todo añade eventos que pueden incrementar la vulnerabilidad de los individuos. Al respecto, Blandón et al. (2015) señalan que además de la ideación suicida auto-reportada, más del 10% de los participantes había realizado al menos un intento de suicidio previamente, adicionalmente de tener en su historia personal, algún amigo, conocido o colega que hubiese cometido suicidio.

Apuntando a lo anterior, los roles de género también hacen diferencia y complican el abordaje del proceso suicida. Se ha reportado que, en los casos identificados de intento suicida, la mayoría (60.1%) han sido realizados por mujeres adolescentes de entre 14 y 16 años de edad (Pérez et al., 2017), sin olvidar que

la tasa de mortalidad por suicidio es mucho más elevada en hombres que en mujeres (Atienza y Balanzá, 2020; Marino et al., 2018; Sánchez-Sosa et al., 2013; Solís et al., 2018). Se debe tomar en cuenta que tanto la ideación suicida pasiva como los intentos de suicidio se presentan con mayor frecuencia en las mujeres y que esta tendencia suele mantenerse de la adolescencia a la juventud. En estos casos se sabe que existe probabilidad de reincidir, ya que una vez que se realiza un primer intento de suicidio éste tiende a repetirse en más de una ocasión a lo largo de la vida de las personas (Chávez et al., 2015). Los intentos de suicidio en mujeres se han reportado vinculados a eventos de violencia de pareja, como un factor de riesgo adicional para presentar estados emocionales depresivos y conductas suicidas (Llosa y Canetti, 2019).

Muchos de los estudios sobre suicidio en jóvenes se han realizado con poblaciones estudiantiles, específicamente en quienes cursan educación media superior y superior en universidades públicas. De estos reportes se identifica que la ideación suicida en jóvenes pone en una situación de vulnerabilidad a este grupo de personas, considerándose uno de los factores predominantes en el aumento de muertes a nivel mundial dentro del ámbito universitario (López et al., 2020). Particularmente para los y las estudiantes, sentirse ansiosos/as, preocuparse demasiado y tener exceso de tareas y responsabilidades (estrés académico) puede ser un factor de riesgo de conducta suicida. Estos reportes, señalan que la depresión, ansiedad, obesidad y estilos de vida se encuentran asociadas al desgaste de la salud mental, la ideación suicida, agotamiento y la percepción de ineficacia (Jiménez y Caballero, 2021). Aunado a los problemas de corte emocional, el consumo de sustancias como el alcohol y otros compuestos psicotrópicos se han reportado como agravantes del riesgo suicida, especialmente en jóvenes que estudian carreras profesionales.

Cabe resaltar que existen estresores agudos que llevan a las personas jóvenes con problemas emocionales al acto suicida, estos pueden ser peleas entre amigos, conflictos amorosos, dificultades con sus padres y madres, entre otros. Los jóvenes que cuentan con menos herramientas para afrontar y resolver los problemas y menos tolerancia a la frustración son más susceptibles a presentar ideación y suicidio (Cañón y Carmona, 2018; López et al., 2020). Dado que los factores individuales tienen más peso dentro de la predicción del riesgo suicida, se ha estudiado que la vulnerabilidad disminuye conforme aumenta la edad de las personas, lo cual puede deberse al hecho de que, con los años, suelen encontrarse mejores estrategias de afrontamiento al estrés y se fortalecen las habilidades emocionales para el manejo de la ansiedad y desesperanza (González et al., 2016).

Tomando en cuenta lo previamente descrito, se puede concluir que las personas jóvenes se consideran uno de los grupos de mayor riesgo de los comportamientos suicidas, incluida la ideación y los intentos suicidas. Que, en el fenómeno suicida, existen diferencias por género ya que para las mujeres se aumenta la probabilidad de presentar intento suicida mientras que para los hombres se incrementa el nivel de letalidad del acto suicida de cinco a uno (Vargas et al., 2019). Tomando en cuenta que, en la población juvenil, las dificultades que se identifican como desencadenantes de alguna acción suicida, son los conflictos familiares, seguidas de los problemas en las relaciones de pareja y los auto reportes de sentimientos de soledad. Adicionalmente, en jóvenes estudiantes, el deficiente manejo del estrés durante periodos de alta exigencia académica puede incrementar el riesgo suicida. En ese sentido, Palomo et al. (2020) reportaron que estudiar una profesión del área de ciencias de la salud, genera mayores niveles de estrés que otras carreras. Ante tales datos, resulta necesario analizar el fenómeno suicida en estudiantes de instituciones de educación superior de todas las áreas formativas y en particular, por el perfil profesional esperado, en aquellas dedicadas a formar profesionistas del área de la salud integral.

Por lo tanto, en la presente investigación se planteó el objetivo de identificar y analizar los testimonios sobre factores individuales y contextuales de riesgo suicida, así como su vinculación con experiencias previas sobre ideación, intento y acto suicida en estudiantes de nivel superior del área de la salud, particularmente de la licenciatura en psicología.

Método

Se realizó un estudio exploratorio en el que se presenta lo expresado por estudiantes de la licenciatura en psicología sobre aspectos individuales, contextuales y experiencias previas sobre ideación, intento y actos suicidas en jóvenes. La información se obtuvo mediante la técnica de grupos focales, estos se integraron por mujeres y hombres seleccionados de manera aleatoria, previo consentimiento informado y aceptación voluntaria para participar.

Para el desarrollo de los grupos focales el moderador tuvo un rol activo que invitó a la participación y a la discusión de participantes. Se partió de un guion general que incluía temas o detonadores generales; a partir de su rol, el moderador invitó los estudiantes a comentar acerca del suicidio, de la ideación o el riesgo suicida; a expresar lo que conocen de primera mano, así como lo que han escuchado al respecto. A partir de las expresiones, se fue construyendo la discusión grupal de forma espontánea.

Para el análisis de la información recabada en los grupos focales se utilizó la técnica de análisis interpretativo - categorial (Kvale, 1996), la cual tiene como objetivo reducir a unidades de significado los datos recopilados.

Perfil de las y los participantes

Participaron hombres y mujeres estudiantes de tercero a noveno semestre de la licenciatura en psicología. Con edades entre los 19 y 24 años, en total fueron 72 quienes se integraron en ocho grupos focales. Cada grupo focal estuvo compuesto por entre siete y nueve estudiantes; lo que representa aproximadamente el 15% de la población estudiantil en la Facultad de psicología de la Universidad de Colima, México; en total fueron 30 hombres y 42 mujeres, con promedio de edad de 21 años para la muestra total. Todos y todas las participantes mencionaron que viven con su familia nuclear, integradas de manera general por padres, madres y algún hermano o hermana. El nivel socioeconómico de las y los participantes es medio, es decir que son personas que viven con familias que tienen al menos un ingreso económico por parte de madres y padres u otra persona del núcleo familiar.

Procedimiento

Para el desarrollo de los grupos focales se solicitó autorización a directivos, dándoles a conocer el propósito de la investigación, así como la forma de trabajo a desarrollar con los participantes. Posteriormente se seleccionaron a participantes de cada semestre mediante un muestreo aleatorio simple, usando para ello las listas de cada grupo. Fueron dos grupos de los semestres de tercero a noveno. Para garantizar la confidencialidad de su identidad, y de la información en audio, en el desarrollo de cada uno de los grupos focales, no se mencionaron los nombres de las y los estudiantes. Los grupos se condujeron en las instalaciones de la facultad de psicología, siendo éste un espacio conocido por parte de las y los jóvenes, lo que favoreció la interacción con sus pares. Se procuró ofrecer a las y los participantes un ambiente de privacidad; se trabajó en aulas cerradas equipadas con mobiliario adecuado para ello.

Consideraciones éticas

En este estudio se procuró que el riesgo para los y las participantes fuera bajo, de manera inicial la participación fue voluntaria una vez que se les informó el objetivo y los temas a desarrollar en los grupos focales, no se buscó indagar en aspectos que no fueran expuestos de manera libre por los participantes, además los grupos se condujeron por profesionales de la psicología con habilitación para ofrecer contención emocional en caso de que fuera necesario. Se solicitó el consentimiento informado a los y las jóvenes, se garantizó el anonimato individual y la confidencialidad grupal.

Resultados

A continuación, se presentan las expresiones de los y las jóvenes participantes. Se organizaron a partir de la interacción de las categorías planteadas a priori; por lo que se presentarán conforme aparezcan en los testimonios de ellas y ellos, y se irán vinculando los factores individuales, contextuales y las experiencias previas con la ideación, el intento y el acto suicida.

Factores de riesgo individuales y contextuales en las transiciones del ciclo vital, el ajuste familiar y escolar

Desde la opinión de las participantes, es primordialmente en la adolescencia en dónde se visibilizan los conflictos emocionales que podrían dar pie la ideación suicida, especialmente aquellos vinculados a sentir poca receptividad en el núcleo familiar, lo que se asocia con sentimientos de rechazo y culpa.

Tabla 1

Adolescencia, ajuste familiar e ideación suicida

<p>“Obviamente cuando somos adolescentes tenemos ideas de que nadie nos entiende, de que todos los problemas los traigo yo, o de que, yo soy el culpable de que algunas cosas sucedan” Mujer, grupo 1</p>	<p>“En mi caso en mi familia, hay ahorita un problema con una prima mía que, pues está en su adolescencia, tiene quince años, y pues desde chiquita sus papás como que no la, no sé bien el caso, pero no la tratan bien, ni la quieren bien, ni nada eso, se siente como muy rechazada entonces siempre sus pensamientos son de suicidarse, ... pero pues sus papás no, la tachan porque ella es mal portada y hace cosas que no están bien”. Mujer, grupo 2.</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

De acuerdo con Siabato et al. (2017) y Pérez-Chán (2015) el sentimiento de rechazo, la culpa y la poca claridad de los vínculos afectivos con los integrantes de la familia son elementos asociados a la ideación suicida. Incluso, más allá de la distancia en la relación parento-filial, se ha reportado que tener una relación conflictiva con ambos, madre y padre se asocia con ideación suicida en adolescentes y jóvenes (Blandón et al., 2015; González-Forteza et al., 2003).

Malestar emocional y riesgo suicida

Cuando se explora en la historia personal de los y las jóvenes, se encuentra que se pueden identificar episodios de malestar emocional que tienden a vincularse con ideas suicidas, especialmente se reconocen dificultades para mantener las rutinas escolares como indicador de desajuste.

Tabla 2

Estados depresivos, falta de motivación y ajuste escolar

<p>“Yo en primero de bachillerato tuve ideas suicidas, ahh... fue porque me quedé sin motivación de nada y era que llegaba a un punto en que ya hacía todo en automático, entonces, me sentía muy mal y empecé a pensar, bueno, me surgieron esas ideas, no sé por qué, pero llegaron a mi mente, ahh, nunca lo intenté, pero si lo pensaba con frecuencia.” Hombre, grupo 4.</p>	<p>... “En mi caso, bueno, a la que no era tan cercana a mí no sé qué fue lo que ocurrió con ella, pero a la que sí es cercana a mí, sé que sufría una depresión muy muy muy fuerte y tomaba medicamentos extremadamente fuertes y creo que eso fue algo que le influyó mucho” Mujer, grupo 3</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

De acuerdo con Sánchez et al. (2014) parece existir un mayor nivel de desesperanza y depresión en mujeres que en hombres, sin embargo, el discurso de hombres y mujeres en este estudio es similar en el sentido de que ambos asocian la depresión y sentimientos de desesperanza a ideaciones suicidas. Por lo tanto, es necesario considerar que la depresión es el principal trastorno mental de riesgo de la ideación y practica del suicidio (Solís et al., 2018).

La deficiencia en la comprensión de las propias emociones tiene relación con lo reportado por Caballero et al. (2015), Becerra y Silva, (2016) y Domínguez et al. (2016) que aseguran que las personas que no comprenden sus emociones y sentimientos y que procesan la información emocional de manera desadaptada hasta manifestar ideas suicidas, al igual que las emociones negativas como la ansiedad y la desesperanza desembocan en autolesiones y/o ideas suicidas. La incapacidad para afrontar las emociones es el principal indicador de riesgo, seguido de los sentimientos de desesperanza respecto al futuro y la baja autoestima.

Adicionalmente, en los testimonios de los y las participantes de los grupos focales, se encontraron menciones que reconocen cómo la falta de resonancia o conexión con los pares, pueden alentar la ideación suicida.

Tabla 3

Ideación suicida y receptividad de los pares

<p>“Yo ponía el ejemplo de depresión porque actualmente estoy pasando por un proceso de... depresión, pero... ya estoy en terapia, y algo que... se me hacía interesante es que... yo estaba pasan... yo sentía que... no sé, te sientes súper mal, de la pata-da, y sientes así que no tienes eh... motivación alguna...” y entonces yo si se los compartí a mis compañeras y me decían “Es que puede ser algo que tu estés exagerando que tu consideres que no es así”, pero yo me sentía mal... no tenía ganas de venir a la escuela, no encontraba motivación por nada, entonces eh... Hombre, grupo 1.</p>	<p>“Ah, bueno, mencionaron algo que es muy importante, ustedes dos, que es el rechazo y creo yo que no se da nomás en los padres como lo mencionó él, sino también en los círculos sociales con tus amigos o en diferentes partes que vayas, ...pero a veces como que lo rechazamos, dicen “no tú no, porque tú no tienes esto o porque tú no tienes capacidad de hacer esto” y siento que eso está mal, porque le damos como que esa desmotivación a ellos de que digan “no pues si me rechazó él, a lo mejor las demás personas también me pueden rechazar de la misma manera que ellos me rechazaron” Hombre, grupo 4.</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Durante la pandemia por COVID-19, los y las jóvenes han presentado diversas condiciones de riesgo que incrementan la ideación suicida, estas incluyen, vivir solos/as, ser solteros/as, incremento del estrés psicosocial, cambios en la calidad y cantidad del sueño, sentimientos de tristeza, desorganización, encierro, aburrimiento, frustración, ansiedad, cambio súbito de su rol de estudiantes, entre otras, lo que los hace una población en condiciones de vulnerabilidad en términos de salud mental y riesgo psicosocial.

Factores individuales y la evitación del malestar

Una de las ideas que se presentaron en las expresiones de los y las participantes, se refiere a la sensación al desbordamiento emocional ante los conflictos, lo que alienta el deseo de desaparecer o evitarlos, esto conduce a ideas suicidas como forma de canalizar tales deseos.

Tabla 4

Ideación suicida y déficit en las habilidades de afrontamiento

Yo tenía entendido de que las personas, o algunas personas, es para sustituir algo que les hace falta o que no tienen para no pensar en esa situación, estar en otras cosas, huir de su realidad. Mujer, grupo 5	La tristeza, de mis papás, no tanto desesperación, pues si veía que querían que yo le echara más ganas, y yo, no sé porque, no podía, no aprendía (en la escuela) y no le echaba ganas tampoco yo, ya después si, fue como un poco, empecé a pensar que ya no me querían, o cosas así, y que gastaban mucho dinero en mí y primero pensé en irme de mi casa, pero después pensé..., y después llegué, a eso, a pensar eso. Hombre, grupo 2.
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Experiencias previas con la ideación o acto suicida

En casos de suicidios consumados, de acuerdo con datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) cada caso de suicidio afecta entre cinco y seis personas del círculo afectivo y familiar y cuándo de ocurrir en una institución educativa, el número de afectados se incrementa considerablemente. A continuación, se presentan algunos testimonios de participantes de esta investigación en la que refieren sucesos en su vida que han estado directamente vinculadas con el acto suicida.

Tabla 5

Experiencia previa de suicido de pares

“Yo tuve un amigo, -se suicidó- mi amigo, yo no sabía, yo ni siquiera le vi síntomas ni nada, ¿El por qué? y entonces, pues ahí, su papá era alcohólico, trabajaba, regresaba y se iba al pisto, y su mamá, su mamá era la mamá que se puede decir “Bien” porque era a base de gritos, es gente de todavía de antes, que se acostumbraba a la fuerza, a criarte a la fuerza, a base de golpes, y maltratos” Hombre, grupo 7	“...yo también tuve un amigo, que, bueno, íbamos en bachillerato y... él hablaba muy bien de la vida, él como que aparentaba otra cosa de lo que realmente era, él se suicidó, se quitó la vida y dejó una carta para su mamá porque su papá no vivía con ellos, que él ya no podía más, que, porque él había sufrido mucho desde chiquito por no haber tenido un padre” Hombre, grupo 1
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

En particular, Swanson y Colman (2013) reportaron que cuando los jóvenes se han expuesto a la muerte por suicidio de un amigo, compañero o coetáneo del mismo contexto social se incrementa el riesgo de la replicación del acto auto lesivo, incluso en casos en los que no se presente ansiedad o depresión previa. Llama la atención que, en los grupos de jóvenes, resultó frecuente la mención del suicidio de alguna persona cercana, especialmente amigos varones. Esta circunstancia incrementa el riesgo suicida de los jóvenes ya que, por cada suicidio consumado, se espera que existan réplicas en las personas allegadas al fallecido.

Conclusiones

La ideación suicida en el sector juvenil es un problema latente y palpable que se vincula a condiciones individuales como estados depresivos, percepción de rechazo y sentimientos de desesperanza de individuos que viven en contextos familiares problemáticos y que, por si fuera poco, presentan dificultades de ajuste escolar. Lo anterior coloca a los y las jóvenes estudiantes como poblaciones prioritarias para la atención en la salud mental.

Es importante resaltar que la dinámica familiar con matices de disfuncionalidad genera malestar emocional y en ocasiones puede asociarse a la ideación suicida. Puede darse el caso de que las familias vivan cotidianamente de manera funcional, pero que la percepción individual se enfoque a los aspectos deficitarios más que a las fortalezas. Es decir que la percepción de rechazo y disfuncionalidad de algunos elementos familiares podrían ser precurrentes para que, los integrantes jóvenes de la familia desarrollen ideación suicida.

Por otra parte, el rechazo si bien aumenta la ideación suicida éste no necesariamente está limitado a la familia, sino que se extiende a otras relaciones sociales, como la de amigos(as) y/o compañeras(os) que resultan más centrales durante la adolescencia y la juventud.

Es importante tomar en cuenta que la autovaloración, a saber, autoestima y autoconcepto, se conforman con relación al sistema social de referencia, cuando una persona es rechazada por su círculo social su sentimiento de valía se ve mermado, lo que incrementa el riesgo de ideación suicida. Resulta relevante señalar que la calidad de la interacción de las y los jóvenes estudiantes con sus familias y los grupos de referencia son muy importantes en la explicación del riesgo, la ideación y el intento suicida.

De acuerdo con los resultados de este estudio, los y las jóvenes que han tenido ideas suicidas también han experimentado sensaciones de soledad y aislamiento, ese sentimiento incrementa el riesgo suicida, más aún si las condiciones familiares favorecen la distancia emocional.

Derivado de lo anterior, resulta de vital importancia estudiar desde diferentes metodologías el efecto que tiene el aislamiento social en los estudiantes de nivel superior producto de la contingencia por el COVID-19, al respecto la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2020) destaca que inevitablemente los estudiantes sufrirán consecuencias a corto, mediano y largo plazo.

La ideación, el intento y en general el riesgo suicida en jóvenes es un fenómeno que debe comprenderse a partir de su estado emocional, su interacción y experiencia de vida en la familia, y el contexto socio escolar, entre otros elementos.

En una población con incremento en la vulnerabilidad psicosocial, es apremiante la comprensión de los factores relacionados con la ideación suicida con el fin de establecer medidas preventivas y de atención eficaces.

Por último, es necesario reconocer los límites de la presente investigación, especialmente en dos aspectos, el primero se refiere al carácter exploratorio de la misma y el segundo a la selección intencional de los y las participantes. Respecto a los alcances, estos radican en la exploración de la problemática de la ideación

suicida con una técnica grupal, lo que facilitó la devolución inmediata, además de abrir un espacio de diálogo sobre una realidad que es poco abordada, incluso en la formación de profesionales de la psicología.

Para investigaciones posteriores, se sugiere diseñar una metodología de corte fenomenológico que permita explorar con técnicas como la entrevista a profundidad y los diarios personales, las experiencias vitales de jóvenes que reporten ideación suicida pasiva o activa con antecedentes de intento suicida.

Referencias

- Atienza, B. y Balanzá, V. (2020). Prevalencia de síntomas depresivos e ideación suicida en estudiantes de medicina españoles. *Actas Esp Psiquiatr*, 48(4), 154-62. <https://medes.com/publication/154394>
- Barros, H., Reschetti, S., Martínez, M., Nuñez, M. y Cabral, P. (2017). Factores asociados a la presencia de ideación suicida entre universitarios. *Revista Latino-americana de Enfermería*, 25, 1-8. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.1592.2878>
- Becerra, L. y Silva, P. (2016). Nivel de riesgo suicida en estudiantes universitarios que viven solos. *Tendencias en psicología*, 1(1), 47-51. http://mail.upagu.edu.pe/files_ojs/journals/22/articles/326/submission/review/326-97-1140-1-4-20161207.pdf
- Blandón, C. O., Carmona, P. J., Mendoza, O. M. y Medina, Ó. (2015). Ideación suicida y factores asociados en jóvenes universitarios de la ciudad de Medellín. *Rev. Archivo Médico de Camagüey*, 9(5), 469-478. <http://www.revistaamc.sld.cu/index.php/amc/article/view/3887><http://www.revis-taamc.sld.cu/index.php/amc/article/view/3887/2176>
- Caballero, C., Suárez, Y. P. y Bruges, H. D. (2015). Características de inteligencia emocional en un grupo de universitarios con y sin ideación suicida. *Revista CES Psicología*, 8(2), 138-155. <https://www.redalyc.org/pdf/4235/423542417007.pdf>
- Cañón, S. y Carmona, J. (2018). Ideación y conductas suicidas en adolescentes y jóvenes. *Pediatría Atención Primaria*, 20(80), 387-395. <https://scielo.isciii.es/pdf/pap/v20n80/1139-7632-pap-20-80-387.pdf>
- Chávez, A., González, C., Juárez, A., Vázquez, D. y Jiménez, A. (2015). Ideación y tentativas suicidas en estudiantes del nivel medio del estado de Guanajuato, México. *Acta Universitaria*, 25(6), 43-50. <https://doi:10.15174/au.2015.786>
- Domínguez, D., Hermosillo, A. y Vacío, M. (2016). Efecto de los factores de protección y de riesgo sobre el comportamiento suicida en estudiantes de Psicología. *Investigación y Ciencia*, 24(69), 73-80. <https://doi.org/10.33064/iycuaa2016691873>
- Emiro, J., Amador, O., Calderón, G., Castañeda, T., Osorio, Y. y Diez, P. (2018). Depresión y su relación con el consumo de sustancias psicoactivas, el estrés académico y la ideación suicida en estudiantes universitarios colombianos. *Health and Addictions*, 18(2), 227 -239. <https://doi.org/10.21134/haaj.v18i2.359>
- Forero, I., Siabato, E. y Salamanca, Y. (2017). Ideación suicida, funcionalidad familiar y consumo de alcohol en adolescentes de Colombia, *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 15(1), 431-442. <https://doi.org/10.11600/1692715x.1512729042016>
- Garza, S. R., Castro, S. L. y Calderón, G. S. (2019). Estructura familiar, ideación suicida y desesperanza en el adolescente. *Psicología desde el Caribe*, 36(2), 228-249. <https://doi.org/10.14482/psdc.36.2.616.8>

- González, P., Medina, O. y Ortiz, J. (2016). Riesgo suicida y factores asociados en estudiantes de Psicología en una Universidad pública de Colombia. *Habanera de Ciencias Médicas*, 15(1), 136-146. <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/933>
- González-Forteza, C., Ramos-Lira, L., Caballero, G. M. y Wagner-Echeagarray, F. (2003). Correlatos psicosociales de depresión, ideación e intento suicida en adolescentes mexicanos. *Psicothema*, 15(4), 524-532. <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=1102>
- Jiménez, M. y Caballero, C. (2021). La salud general percibida y su asociación al síndrome de burnout académico e ideación suicida en universitarios colombianos. *Psicogente*, 24(45), 1-16. <https://doi.org/10.17081/psico.24.45.3878>
- Kvale, S. (1996). The interview situation, in *Interviews: An Introduction to Qualitative Research Interviewing*, London, Sage, 124-135. London: Sage.
- Llosa, M. S. y Canetti, W. A. (2019). Depresión e ideación suicida en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 9(1), 178-204. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=475859262010>
- López, C., Mendivelso, J. y Narváez, Y. (2020). Ideación suicida en estudiantes universitarios. Repositorio Institucional, Universidad Cooperativa de Colombia. https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/20172/1/2020_ideacion_suicida_estudiantes.pdf
- Marino, C., Jiménez, M. y Pérez, C. (2018). Perfil de estudiantes universitarios/as que han tenido intentos suicidas. *Revista puertorriqueña de psicología*, 29(2), 364-365. <http://www.ojs.repsasppr.net/index.php/repas/article/view/371>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y la Cultura [UNESCO] (2020). COVID-19 y educación superior: De los efectos inmediatos al día después. Análisis de impactos, respuestas políticas y recomendaciones. <http://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2020/05/COVID-19-ES-130520.pdf>
- Organización Mundial de la Salud [OMS] (2021). *Suicidio*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
- Palomo, N. K. V., Zamora, G. P. T., Denis, R. P. B., Denis, R. E. y Melo, S. G. (2020). Ideación suicida en estudiantes universitarios de ciencias de la salud. *Revista Mexicana de Medicina Forense*, 5(1), 41-44. <https://www.medigraphic.com/pdfs/forense/mmf-2020/mmfs201j.pdf>
- Perales, A., Sánchez, E., Barahona, L., Oliveros, M., Bravo, E., Aguilar, W., Ocampo, J., Pinto, M., Orellana, I. y Padilla, A. (2019). Prevalencia y factores asociados a conducta suicida en estudiantes de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima-Perú. *An Fac med*, 80(1), 28-33. <https://doi.org/10.15381/anales.v80i1.15865>
- Pérez, A., Uribe, I., Vianchá, A., Bahamón, M., Verdugo, J. y Ochoa, S. (2013). Estilos parentales como predictores de ideación suicida en estudiantes adolescentes. *Psicología desde el Caribe*, 30(3), 551-568. <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v30n3/v30n3a06.pdf>
- Pérez, B. S. (1999). El suicidio, comportamiento y prevención. *Revista cubana de medicina general integral*, 5(2), 196-217. <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v15n2/mgi13299.pdf>
- Pérez, P. M., Martínez, V. C., Vianchá, P. M. y Avendaño, P. B. (2017). Intento e ideación suicida y su asociación con el abuso sexual en adolescentes escolarizados de Boyacá-Colombia. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 13(1), 91-101. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2017.0001.07>

- Pérez-Chán, M. (2015). Familia multiproblemática como factor en el desarrollo de la ideación e intento suicida en adolescentes. *Salud en Tabasco*, 21(2-3), 45-54. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=48745738002>
- Quitl-Melendez, M. y Nava-Ernult, A. (2015). Ideación suicida y su relación con el funcionamiento familiar y diferenciación familiar en jóvenes universitarios tlaxcaltecas. *Acta Universitaria*, 25(2), 70-74. <https://doi.org/10.15174/au.2015.871>
- Rendón-Quintero, E. y Rodríguez-Gómez, R. (2016). Vivencias y experiencias de individuos con ideación e intento suicida. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 45(2), 92-100. <http://dx.doi.org/10.1016/j.rcp.2015.08.003>
- Sánchez, D., Muela, J. y García, A. (2014). Variables psicológicas asociadas a la ideación suicida en estudiantes. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 14(2), 277-290. <https://www.ijpsy.com/volumen14/num2/388/variables-psicologicas-asociadas-a-la-ideaci-ES.pdf>
- Sánchez-Sosa, J. C., Villarreal, M. E. y Musitu, G. (2013). Ideación suicida. En Musitu, G. (Cord.) *Adolescencia y Familia: nuevos retos en el siglo XXI*, 21, 273-290. México, Trillas.
- Siabato, M. E. y Salamanca, C. Y. (2015). Factores asociados a ideación suicida en universitarios. *Psicología: avances de la disciplina*, 9(1), 71-81. <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v9n1/v9n1a06.pdf>
- Siabato, M. E., Forero, M. I. y Salamanca, C. Y. (2017). Asociación entre depresión e ideación suicida en un grupo de adolescentes colombianos. *Pensamiento Psicológico*, 15(1), 51-61. <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI15-1.ADIS>
- Solís, P., Meda, R., Moreno, B. y Palomera, A. (2018). Depresión e ideación suicida, Variables asociadas al riesgo y protección en universitarios Mexicanos. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 11(1), 2027-1786. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.11104>
- Swanson, S. y Colman, I. (2013). Association between exposure to suicide and suicidality outcomes in youth. *Canadian Medical Association Journal*, 185(10), 870-877. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3707992/>
- Toro-Tobar, R., Grajales-Giraldo, F. y Sarmiento-López, J. (2016). Riesgo suicida según la tríada cognitiva negativa, ideación, desesperanza y depresión. *Aquichan*, 16(4), 473-486. <https://doi.org/10.5294/aqui.2016.16.4.6>
- Turecki, G. y Brent, D. A. (2016). Suicide and suicidal behavior. *Lancet, (London, England)*, 387(10024), 1227-1239. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)00234-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)00234-2)
- Vargas, J. C., Villafaña, M. L. G., Moysén, Ch. A. y Eguiluz, R. L. de L. (2019). Estrategias de afrontamiento y funcionamiento familiar en padres de hijos con intento suicida. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 1(2), 232-243. <https://revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/41>