

Autores: Moscato, Gianluigi; Mandak Arjona, Aylin; Cabello García, Marina; Domínguez De la Rosa, Laura; Ruiz Mosquera, Ana Cristina.

Efectos de la salud mental y la autoestima sobre la ideación suicida de estudiantes universitarios: Un proyecto piloto.

Introducción

La ideación suicida y las conductas autolesivas, incluidas los trastornos de conducta alimentaria (TCA), afectan a un número alarmante de estudiantes universitarios (Murga et al., 2022). Un estudio reciente ha revelado que, tras la pandemia de COVID-19, las tasas de ideación suicida y síntomas depresivos entre los estudiantes universitarios alcanzan el 29,3% y el 40,6%, respectivamente. Esto contrasta con las tasas prepandemia, que eran del 21,1% para la ideación suicida y del 25,6% para los síntomas depresivos (Macalli et al., 2024). Además, otra investigación realizada con estudiantes universitarios españoles mostró que el 9,7% había informado haber intentado suicidarse (Lázaro-Pérez et al., 2023). En línea con lo planteado, se ha establecido una fuerte asociación entre los problemas de salud mental, incluida la ideación suicida, y la probabilidad de abandono de la educación superior (Logoz et al., 2023).

En este estudio, se analizan algunos de los factores de riesgo que influyen en la ideación suicida de los estudiantes universitarios, incluyendo el malestar psicológico (depresión y ansiedad), la adicción a las redes sociales y los TCA. Además, se examina el papel de la autoestima como un factor protector clave frente a la ideación suicida.

Método

Se llevó a cabo una investigación cuantitativa de corte transversal. Se realizó un análisis de varianza para determinar posibles diferencias entre hombres y mujeres, un análisis de regresión para evaluar la capacidad predictiva de las variables independientes y un análisis de mediación con la macro PROCESS v.4.2 para investigar la capacidad mediadora de los trastornos de conducta alimentaria en la ideación suicida. La recolección de datos se realizó mediante la técnica *snow ball* y con cuestionarios *online*. Participaron 219 universitarios, con una edad media de 22,9 años, siendo el 82,6% mujeres. La mayoría de los participantes estudian en grados de ciencias sociales.

Resultados

Coherentemente con la literatura, la ideación suicida de los universitarios está determinada principalmente por la depresión ($\beta=1.3$; $p<.01$) y por los trastornos de conducta alimentaria ($\beta=.58$; $p<.01$), mientras que la autoestima ($\beta=-.62$; $p<.01$) actuaría como factor de protección. El modelo explica el 37,3% de la varianza.

Una vez comprobados los cuatro supuestos de significación para un análisis de mediación simple, se realizó el cálculo utilizando 10000 muestras de *bootstrapping* con un intervalo de confianza del 95%. Además de confirmarse el efecto directo de la depresión sobre la ideación suicida, se encontró un importante efecto de mediación (indirecto) del TCA entre la sintomatología depresiva y la ideación suicida ($\beta=.36$; Boot ET=.13; 95% IC [.12,.63]. Esto

sugiere que a medida que la depresión incrementa los trastornos de conducta alimentaria, se verá mayormente afectada la posibilidad de sufrir ideación suicida por parte de los universitarios.

Conclusiones

La detección temprana de problemas de salud mental en universitarios es esencial, dado su potencial impacto en el abandono académico y en la aparición de comportamientos autolesivos y suicidas. Los resultados obtenidos respaldan la urgencia de intervenciones orientadas a una detección precoz del malestar psicológico entre los estudiantes. En este sentido, la implementación de programas de prevención y, en su caso, de sensibilización y formación, permitirían una mayor concienciación de los estudiantes y del profesorado sobre la importancia de la salud mental en el entorno universitario, facilitando así la derivación temprana hacia los servicios de atención psicológica propios de la Universidad de Málaga o externos.

Futuros estudios deberán equilibrar la ratio de sexos y de los grados cursados, además de tener en cuenta el estrés académico como un ulterior factor de riesgo.

Palabras clave: Ideación suicida, Autoestima, Trastornos de conducta alimentaria, Depresión.

Referencias:

Lázaro-Pérez, C., Gómez, P. M., Martínez-López, J. Á., & Gómez-Galán, J. (2023). Predictive Factors of Suicidal Ideation in Spanish University Students: A Health, Preventive, Social, and Cultural Approach. *Journal of Clinical Medicine*, 12(3), 1207. <https://doi.org/10.3390/jcm12031207>

Logoz, F., Weber, R., Eggenberger, L., & Walther, A. (2023). Study dropout thoughts in male university students as warning sign for suicidal ideation and mental health problems. *Journal of Men s Health*, 19(8), 60-69. <https://doi.org/10.31234/osf.io/vwnec>

Macalli, M., Castel, L., Jacqmin-Gadda, H., Galesne, C., Tournier, M., Galéra, C., Pereira, E., & Tzourio, C. (2024). Frequency of depressive symptoms and suicidal ideation among university students before and after the COVID-19 pandemic. *Journal of Affective Disorders*. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.09.093>

Murga, C., Cabezas, R., Mora, C., Campos, S., & Núñez, D. (2022). Examining associations between symptoms of eating disorders and symptoms of anxiety, depression, suicidal ideation, and perceived family functioning in university students: A brief report. *International Journal of Eating Disorders*, 56(4), 783-789. <https://doi.org/10.1002/eat.23787>