



UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS
CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA:

ANSIEDAD E IDEACIÓN SUICIDA EN ADULTOS DE 18 A 25 AÑOS QUE ATRAVIESAN UNA RUPTURA AMOROSA

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciado en Psicología

Autor(a)

Nicolalde Oña Freddy Arnold

Tutor(a)

Lic. Jonathan Francisco Jirón Jiménez, MSc

QUITO –ECUADOR

2025

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN
ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE TÍTULACIÓN**

Yo, Nicolalde Oña Freddy Arnold, declaro ser autor del Trabajo de Titulación con el nombre “Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa”, como requisito para optar al grado de Licenciado en Psicología y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Quito, a los 22 días del mes de enero de 2025, firmo conforme:

Autor: Nicolalde Oña Freddy Arnold

Firma:



Número de Cédula: 1719258327

Dirección: Pichincha, Quito, Andalucía

Correo Electrónico: nicolaldearnold300@gmail.com

Teléfono: 0982948570

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “ANSIEDAD E IDEACIÓN SUICIDA EN ADULTOS DE 18 A 25 AÑOS QUE ATRAVIESAN UNA RUPTURA AMOROSA” presentado por Nicolalde Oña Freddy Arnold para optar por el Título de Licenciado en Psicología.

CERTIFICO

Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del Tribunal Examinador que se designe.

Quito, 22 enero de 2025

Lic. Jonathan Francisco Jirón Jiménez, MSc

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, como requerimiento previo para la obtención del Título de Licenciado en Psicología, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Quito, 22 enero de 2025



.....
Nicolalde Oña Freddy Arnold
1719258327

APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Titulación ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: ANSIEDAD E IDEACIÓN SUICIDA EN ADULTOS DE 18 A 25 AÑOS QUE ATRAVIESAN UNA RUPTURA AMOROSA, previo a la obtención del Título de Licenciado en Psicología, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del trabajo de titulación.

Quito, 22 de enero de 2025

.....

Dr. Subía Arellano Andrés Fabricio MSc.
LECTOR

.....

Lic. Freire Muñoz Irina Alejandra MSc
LECTORA

DEDICATORIA

Dedico este trabajo con todo mi amor y gratitud a mi padre, Fredy Nicolalde, quien, con sus sabios consejos, su apoyo incondicional y su ejemplo de perseverancia me ha inspirado a dar lo mejor de mí en cada paso de este camino.

A mi madre, Liria Oña, cuyo amor infinito, fortaleza y confianza en mí han sido el motor que me permitió seguir adelante incluso en los momentos más difíciles. Gracias por ser mi refugio y mi mayor inspiración.

A mis dos hermanas, quienes siempre han estado a mi lado, brindándome su cariño, compañía y palabras de aliento. Ellas han sido un pilar fundamental en mi vida y un recordatorio constante de la importancia de la familia.

A todos ellos, mi eterno agradecimiento por ser mi motivación y mi mayor apoyo en la construcción de mis sueños.

AGRADECIMIENTO

Agradezco profundamente a mi tutor, Jonathan Jirón, por su invaluable orientación y apoyo en cada etapa de esta investigación. Su paciencia, conocimientos y dedicación fueron clave para alcanzar este logro.

De igual manera, extendiendo mi gratitud al profesor Luis Iriarte, cuyo compromiso y guía han sido esenciales para fortalecer este proyecto. A la profesora Soledad, gracias por sus valiosos consejos, que no solo enriquecieron esta investigación, sino también mi desarrollo personal y profesional.

A mis compañeros, Matías, por su constante apoyo y por compartir conmigo momentos desafiantes y alentadores durante este proceso, y a Juliana quien con su creatividad, ideas y buen humor supo aliviar la carga y hacer este camino más llevadero.

A todos ellos mi más sincero agradecimiento.

INDICE DE CONTENIDOS

PORTADA	I
AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL	II
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	III
DECLARACION DE AUTENTICIDAD	IV
APROBACIÓN TRIBUNAL.....	V
DEDICATORIA.....	VI
AGRADECIMIENTO	VII
INTRODUCCIÓN.....	3
MARCO METODOLÓGICO	10
RESULTADOS	14
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	17
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	19

UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANA

CARRERA DE PSICOLOGIA

TEMA: ANSIEDAD E IDEACIÓN SUICIDA EN ADULTOS DE 18 A 25 AÑOS
QUE ATRAVIESAN UNA RUPTURA AMOROSA

AUTOR: Nicolalde Oña Freddy Arnold

TUTOR: Lic. Jonathan Francisco Jirón Jiménez MSc

RESUMEN EJECUTIVO

La ansiedad es una respuesta emocional que se manifiesta a través de sentimientos de preocupación, temor o nerviosismo, especialmente ante situaciones que se perciben como amenazantes. Por otro lado, la ideación suicida hace referencia a pensamientos recurrentes sobre la muerte o el deseo de acabar con la propia vida, frecuentemente como una forma de intentar escapar de un sufrimiento emocional profundo. Este estudio se centra en analizar la relación entre la ansiedad y la ideación suicida en adultos de entre 18 y 25 años que atraviesan una ruptura amorosa. Se adoptó un paradigma positivista con un enfoque cuantitativo y un alcance descriptivo/correlacional. El estudio empleó un diseño no experimental de corte transversal y un muestreo no probabilístico de tipo intencional, con la participación de 148 participantes. Los instrumentos utilizados fueron el inventario de ansiedad de BECK (BAI) y el Cuestionario de Ideación Suicida de Beck (BSI). Los resultados obtenidos mostraron una correlación estadísticamente significativa, directamente proporcional entre la ansiedad y la ideación suicida de ,431**. El 31% de la población tiene una ansiedad leve, mientras que el 37% corresponde a una baja ideación suicida. No se encontró correlación entre los datos sociodemográficos y la ansiedad.

DESCRIPTORES: Ansiedad, Idea, Suicidio, Ruptura, Adulto

UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANA
CARRERA DE PSICOLOGIA

THEME: ANXIETY AND SUICIDAL IDEATION IN ADULTS AGED 18 TO 25 GOING THROUGH A ROMANTIC BREAKUP

AUTHOR: Freddy Arnold Nicolalde Oña

TUTOR: Lic. Jonathan Francisco Jirón Jiménez, MSc

ABSTRACT

Anxiety is an emotional response that manifests through feelings of worry, fear, or nervousness, especially in situations perceived as threatening. On the other hand, suicidal ideation refers to recurrent thoughts about death or the desire to end one's life, often as a way to attempt to escape deep emotional suffering. This study focuses on analyzing the relationship between anxiety and suicidal ideation in adults aged 18 to 25 who are going through a romantic breakup. A positivist paradigm with a quantitative approach and a descriptive/correlational scope was adopted. The study used a non-experimental, cross-sectional design and a non-probabilistic purposive sampling method, with the participation of 148 individuals. The instruments used were the Beck Anxiety Inventory (BAI) and the Beck Suicide Ideation Questionnaire (BSI). The results showed a statistically significant, directly proportional correlation of .431** between anxiety and suicidal ideation. 31% of the population exhibited mild anxiety, while 37% had low suicidal ideation. No correlation was found between sociodemographic data and anxiety.

KEYWORDS: Anxiety, Idea, Suicide, Breakup, Adult..

ANSIEDAD E IDEACIÓN SUICIDA EN ADULTOS DE 18 A 25 AÑOS QUE ATRAVIESAN UNA RUPTURA AMOROSA

Anxiety and Suicidal Ideation in Adults Aged 18 to 25 Going Through a Romantic Breakup

Autor: Freddy Nicolalde-Oña
fnicolalde@indoamerica.edu.ec

Tutor: Jonathan Jirón-Jiménez
jjiron@indoamerica.edu.ec

Lector: Irina Freire-Muñoz
irinafreire@indoamerica.edu.ec

Lector: Andrés Subía-Arellano
andressubia@uti.edu.ec

Trabajo de Titulación para la obtención del título de Licenciado en Psicología de la Universidad Indoamérica.

Modalidad:
Investigación Cuantitativa.

Quito, Ecuador.
Enero de 2025.

RESUMEN

La ansiedad es una respuesta emocional que se manifiesta a través de sentimientos de preocupación, temor o nerviosismo, especialmente ante situaciones que se perciben como amenazantes. Por otro lado, la ideación suicida hace referencia a pensamientos recurrentes sobre la muerte o el deseo de acabar con la propia vida, frecuentemente como una forma de intentar escapar de un sufrimiento emocional profundo. Este estudio se centra en analizar la relación entre la ansiedad y la ideación suicida en adultos de entre 18 y 25 años que atraviesan una ruptura amorosa. Se adoptó un paradigma positivista con un enfoque cuantitativo y un alcance descriptivo/correlacional. El estudio empleó un diseño no experimental de corte transversal y un muestreo no probabilístico de tipo intencional, con la participación de 148 participantes. Los instrumentos utilizados fueron el inventario de ansiedad de BECK (BAI) y el Cuestionario de Ideación Suicida de Beck (BSI). Los resultados obtenidos mostraron una correlación estadísticamente significativa, directamente proporcional entre la ansiedad y la ideación suicida de .431**. El 31% de la población tiene una ansiedad leve, mientras que el 37% corresponde a una baja ideación suicida. No se encontró correlación entre los datos sociodemográficos y la ansiedad.

Palabras Clave: Ansiedad, Idea, Suicidio, Ruptura, Adulto.

ABSTRACT

Anxiety is an emotional response that manifests through feelings of worry, fear, or nervousness, especially in situations perceived as threatening. On the other hand, suicidal ideation refers to recurrent thoughts about death or the desire to end one's life, often as a way to attempt to escape deep emotional suffering. This study focuses on analyzing the relationship between anxiety and suicidal ideation in adults aged 18 to 25 who are going through a romantic breakup. A positivist paradigm with a quantitative approach and a descriptive/correlational scope was adopted. The study used a non-experimental, cross-sectional design and a non-probabilistic purposive sampling method, with the participation of 148 individuals. The instruments used were the Beck Anxiety Inventory (BAI) and the Beck Suicide Ideation Questionnaire (BSI). The results showed a statistically significant, directly proportional correlation of .431** between anxiety and suicidal ideation. 31% of the population exhibited mild anxiety, while 37% had low suicidal ideation. No correlation was found between sociodemographic data and anxiety.

Keywords: Anxiety, Idea, Suicide, Breakup, Adult..

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

1. INTRODUCCIÓN.

A lo largo del tiempo, se ha sostenido que los trastornos de ansiedad son un fenómeno moderno, argumentando que su reconocimiento como entidad clínica no se produjo hasta el siglo XIX. Sin embargo, esta interpretación podría ser limitada, ya que la ansiedad no es necesariamente una construcción reciente. De hecho, algunas alteraciones del estado de ánimo, como la melancolía concepto que en la actualidad se vincula con los trastornos depresivos, ya eran objeto de reflexión en épocas antiguas, sugiriendo que la angustia emocional ha acompañado a la humanidad desde hace siglos (Puerta, 2018).

Hay múltiples indicios de que la ansiedad fue comprendida, aunque bajo diferentes términos, como un problema de salud específico y distinto por los filósofos y médicos de la Grecia y Roma antiguas. Hipócrates, considerado uno de los padres de la medicina, junto con sus seguidores, recopiló en el Corpus Hipocrático una serie de observaciones médicas que muestran casos de personas con síntomas que hoy en día identificaríamos como trastornos de ansiedad (Puerta, 2018).

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) describe la ansiedad como un sentimiento de malestar interno que genera tensión, nerviosismo e inquietud. Este estado no solo afecta lo que la persona piensa, sino también cómo se siente físicamente. Las emociones negativas y las preocupaciones constantes se conectan con síntomas corporales como sudoración,

respiración acelerada y palpitaciones, afectando la salud general del individuo. Cuando estos síntomas se mantienen por mucho tiempo, afectan las relaciones sociales, familiares y laborales, haciendo que la persona se sienta incapaz de funcionar con normalidad. En situaciones que el cerebro interpreta como peligrosas, la ansiedad activa el sistema nervioso simpático, liberando sustancias químicas llamadas catecolaminas, que son responsables de provocar síntomas como taquicardia, temblores y dificultades para respirar (Delgado, 2021).

Los Trastornos de Ansiedad (TA) son problemas mentales muy comunes que causan mucho malestar y afectan tanto la vida diaria como las relaciones familiares, sociales y laborales de las personas. También generan un impacto económico, ya que quienes los padecen suelen tener dificultades para trabajar o mantener su productividad. Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), estos trastornos afectan más a las mujeres (7.7%) que a los hombres (3.6%). La ansiedad, en su forma básica, es una reacción natural del cuerpo ante situaciones que parecen peligrosas. Sin embargo, el problema surge cuando esta reacción se vuelve constante e interfiere con las actividades normales del día a día. En estos casos, es importante identificar si la ansiedad ha pasado de ser una respuesta común a un problema más serio, como la ansiedad patológica (Torres, 2013).

Aunque la ansiedad tiene un propósito natural, ya que nos prepara para enfrentar amenazas, se convierte en un problema

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

cuando se presenta sin razón clara. A diferencia del miedo, que surge ante un peligro real, la ansiedad aparece incluso cuando no hay una amenaza evidente. Esta sensación constante de alerta desgasta emocionalmente a la persona y afecta su capacidad para vivir con normalidad. Cuando las preocupaciones se vuelven tan intensas que la persona ya no puede controlar su día a día, surge lo que se conoce como ansiedad generalizada. Este trastorno genera síntomas como irritabilidad, inquietud, dificultad para concentrarse y preocupación excesiva, afectando gravemente su vida personal, familiar, laboral y social (Jirón, 2024).

Los Trastornos de Ansiedad no solo afectan a los adultos, sino que son también muy comunes en niños y adolescentes. De hecho, se estima que entre el 5% y el 18% de los menores padecen algún tipo de ansiedad, lo que los convierte en los trastornos psiquiátricos más habituales en la infancia. La ansiedad infantil es tan frecuente como enfermedades físicas como el asma o la diabetes. En el entorno escolar, los problemas de ansiedad son comunes y pueden afectar el rendimiento académico y la adaptación social de los estudiantes. Aunque existen varios enfoques para tratar la ansiedad, el tratamiento más utilizado es el farmacológico. Sin embargo, también hay alternativas no farmacológicas, como la terapia cognitivo-conductual, que son igual de efectivas y no generan riesgos de adicción o dependencia. Los expertos en salud recomiendan abordar la ansiedad de manera integral, combinando la educación en salud con intervenciones psicológicas y terapias

orientadas a cambiar los pensamientos negativos, ayudando así a mejorar el bienestar emocional sin necesidad de medicamentos. (Vallín, 2018). El DSM-5 organiza los trastornos de ansiedad en diferentes categorías, cada una con síntomas específicos que afectan el día a día de quienes los sufren. Entre estos se encuentran el trastorno de ansiedad generalizada (TAG), que involucra preocupación excesiva y constante por situaciones cotidianas, y el trastorno de pánico, caracterizado por ataques repentinos de miedo extremo acompañados de síntomas físicos como taquicardia y dificultad para respirar. La agorafobia se manifiesta como el temor a encontrarse en lugares de los que sería complicado escapar, mientras que la ansiedad social implica un fuerte miedo a ser juzgado negativamente en situaciones sociales. Las fobias específicas, por su parte, corresponden a miedos intensos hacia objetos o situaciones concretas, como alturas o volar. Además, los trastornos de ansiedad pueden ser provocados por sustancias o desarrollarse como consecuencia de problemas de salud física subyacentes (Medrano, 2014).

Entre los trastornos relacionados se encuentra el trastorno obsesivo-compulsivo (TOC), donde pensamientos intrusivos llevan a realizar rituales repetitivos, aunque el DSM-5 lo haya ubicado en otra sección. El trastorno de estrés postraumático (TEPT) y el trastorno de estrés agudo también presentan síntomas ansiosos, pero surgen tras la exposición a situaciones traumáticas. Por último, existen formas mixtas o no especificadas de ansiedad,

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

donde los síntomas ansiosos se combinan con depresivos o no encajan completamente en las categorías principales. El tratamiento puede incluir terapias psicológicas, como la terapia cognitivo-conductual, junto con medicamentos como los inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina (ISRS), dejando el uso de benzodiazepinas para casos más graves debido al riesgo de adicción que implican (Medrano, 2014). La relación entre la ansiedad e ideación suicida es compleja y ha sido ampliamente investigada, especialmente en poblaciones vulnerables como adolescentes y estudiantes universitarios. La ansiedad, caracterizada por una sensación de miedo e incertidumbre hacia el futuro, se ha identificado como un factor de riesgo significativo en la aparición de pensamientos suicidas. Estudios muestran que los niveles moderados o graves de ansiedad aumentan el riesgo no solo de ideación suicida sino también de intentos y planes concretos de suicidio, lo que resalta la necesidad de una intervención temprana en estos casos (Cañon, 2018).

El suicidio se puede entender como un proceso que empieza con pensamientos autodestructivos, como preocuparse por hacer daño a uno mismo o tener deseos de morir. Este proceso puede avanzar hacia intentos de suicidio y en algunos casos, culminar en el suicidio final. Por esto, investigar sobre la ideación suicida y reconocer los factores que la rodean es muy importante para prevenir el suicidio. Recientes estudios indican que el suicidio es la tercera causa de muerte entre adolescentes en el mundo. La Organización Mundial de la Salud reporta que alrededor de un millón de

personas murieron por suicidio en el año 2000, y que las tasas de suicidio han aumentado un 60% en los últimos años (Sánchez, 2010)

La ideación suicida se entiende como un proceso que comienza con pensamientos autodestructivos y puede culminar en el suicidio. A lo largo de la historia, este fenómeno ha sido objeto de estudio y su comprensión ha evolucionado significativamente. Actualmente, se reconoce que la ideación suicida no es un hecho aislado, sino que está influenciada por una combinación de factores sociales, psicológicos y biológicos. Por ejemplo, el apoyo social, las experiencias traumáticas y las creencias culturales pueden afectar cómo una persona enfrenta estos pensamientos (Cañon, 2018).

Se ha generado un debate sobre si el comportamiento suicida debe considerarse un paso que va desde los pensamientos suicidas hasta el suicidio consumado. Aunque existen diferentes opiniones al respecto, muchos investigadores sugieren que tanto factores externos como internos juegan un papel crucial en este proceso. En este sentido, los procesos cognitivos son fundamentales, ya que son los mecanismos que utilizamos para percibir, interpretar y reaccionar ante nuestro entorno. Estos procesos no solo tienen una carga motivacional, sino que también pueden interactuar con factores clínicos, como los trastornos del estado de ánimo, y con influencias sociales, lo que puede llevar a comportamientos autodestructivos (Cordova, 2007).

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

Los aspectos cognitivos están relacionados con la ideación suicida (IS), mientras que los aspectos conductuales están más ligados a los intentos de suicidio o al suicidio consumado. En este contexto, la IS se refiere al deseo y la planificación de quitarse la vida. Actualmente, se ha observado que entre los factores académicos que pueden llevar a los estudiantes a experimentar IS se encuentran el fracaso, una percepción negativa de su vida personal y la ansiedad e incertidumbre sobre su futuro. Además, hay factores externos que también influyen en la IS, ya que muchos estudiantes se enfrentan a emociones negativas que pueden afectar su bienestar emocional (Jiménez y Vázquez, 2022).

El dolor emocional asociado con las rupturas amorosas es una de las principales causas que pueden contribuir a la ideación suicida entre los jóvenes, ya que la pérdida de una relación significativa suele desencadenar sentimientos intensos de tristeza, desesperanza y aislamiento. Si estos sentimientos no se gestionan de forma adecuada, algunos jóvenes podrían contemplar el suicidio como una aparente salida a su sufrimiento, especialmente ante la dificultad para procesar el duelo y la presión social de proyectar una imagen de bienestar. Por ello, es fundamental que tanto los individuos como sus círculos cercanos reconozcan la importancia de buscar apoyo emocional en momentos críticos, estableciendo redes de apoyo que involucren amigos, familiares y profesionales de la salud mental, lo que les permitirá afrontar la pérdida y encontrar alternativas más saludables para sobrellevar

su dolor (Argaez, 2018).

FORMULACION DEL PROBLEMA

La motivación central de esta investigación radica en el alarmante incremento de casos de suicidio vinculados a rupturas amorosas, un fenómeno que ha adquirido mayor visibilidad en los últimos años debido a su impacto en la salud mental, especialmente entre los jóvenes. Las separaciones amorosas no solo representan una pérdida significativa, sino que desencadenan una crisis emocional compleja que, en muchos casos, lleva a reacciones psicológicas adversas, entre las cuales la ansiedad desempeña un papel determinante. Durante este proceso, la persona experimenta un desequilibrio emocional que se manifiesta en pensamientos intrusivos, sentimientos de desesperanza y una sensación de vacío que, si no se manejan adecuadamente, pueden intensificarse. La ansiedad se convierte en un elemento crítico, ya que no solo amplifica el malestar emocional, sino que refuerza patrones de pensamiento negativos y autodestructivos, impidiendo que la persona restablezca su bienestar. Además, la presión social por proyectar una imagen de fortaleza y superación, sumada a la falta de redes de apoyo sólidas, agrava la situación, dificultando el proceso de recuperación emocional. Por ello, resulta indispensable abordar estas problemáticas desde una perspectiva integral que considere no solo el manejo del duelo, sino también la promoción de estrategias de afrontamiento saludables y el acceso oportuno a servicios de salud mental.

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

Justificación.

Este estudio es fundamental porque busca abordar de manera integral los efectos psicológicos de las rupturas amorosas, un tema que, aunque cada vez más relevante, ha sido históricamente subestimado tanto en la investigación académica como en la práctica clínica. Las consecuencias emocionales de estas experiencias pueden ser profundas, dando lugar a trastornos como ansiedad, depresión e incluso, en situaciones más graves, pensamientos y comportamientos suicidas. La importancia de esta investigación radica en que responde a una problemática social creciente, evidenciada por el aumento de los índices de suicidio asociados a crisis afectivas en los últimos años. El propósito principal del estudio es identificar los factores de riesgo que potencian la aparición de ideación suicida en personas que atraviesan una ruptura, lo cual resulta clave para desarrollar estrategias preventivas más efectivas. De esta manera, los hallazgos permitirán diseñar intervenciones orientadas no solo al tratamiento del malestar emocional inmediato, sino también a fortalecer las capacidades de afrontamiento a largo plazo, promoviendo una recuperación más saludable y reduciendo el riesgo de consecuencias fatales.

Pregunta del Objetivo General:

¿Cuál es la relación entre la ansiedad y la ideación suicida en personas de 18 a 25 años que han terminado una relación?

Preguntas de los Objetivos Específicos:

¿Qué niveles de ansiedad se presentan en personas de 18 a 25 años que han terminado una relación?

¿Cuáles son los niveles de ideación suicida en personas de 18 a 25 años que han terminado una relación?

¿Cómo se relacionan las variables sociodemográficas (edad, género, estado civil, ocupación) con los niveles de ansiedad en personas de 18 a 25 años que han terminado una relación?

Objetivo General:

- Examinar la relación entre la ansiedad y la ideación suicida en personas de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa.

Objetivos Específicos:

- Evaluar los niveles de ansiedad presentes en personas de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa.
- Determinar los niveles de ideación suicida en personas de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa.
- Analizar la influencia de las variables sociodemográficas (edad, género, estado civil, ocupación) con los niveles de ansiedad en personas de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa.

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

2. MARCO METODOLÓGICO.

Paradigma de investigación

Este estudio adopta el paradigma positivista, que considera la realidad como algo observable y medible. La investigación utiliza la cuantificación de datos a través de métodos estadísticos, lo cual facilita un análisis detallado y permite examinar con mayor precisión las variables en estudio (Mejía, 2022).

El positivismo se caracteriza por incorporar objetividad en la investigación, utilizando métodos cuantitativos y datos estadísticos para probar hipótesis de manera rigurosa. Originalmente desarrollado en las ciencias físicas, este paradigma se adaptó más tarde a las ciencias sociales, donde establece un marco para estudiar la sociedad de manera científica. El positivismo social permite analizar patrones específicos de comportamiento humano y aplicar teorías que expliquen sus formas de interacción y organización. Por lo tanto, este enfoque es fundamental para comprender fenómenos sociales de manera estructurada y basada en evidencia (Mendoza y Archán, 2023).

El paradigma positivista busca probar hipótesis sobre las relaciones de causa y efecto entre diferentes fenómenos, usando datos para seleccionar y confirmar evidencia empírica. También analiza teorías que explican cómo unas variables afectan a otras. Este enfoque se basa en la capacidad del investigador para entender la realidad con conocimientos claros y objetivos (Valero, 2022).

Enfoque de investigación

Este estudio usó un enfoque cuantitativo, enfocado en la recolección de datos, lo que facilitó responder a todas las preguntas planteadas en la investigación. Este método busca asegurar la objetividad mediante el uso de una muestra representativa, lo que permite entender los fenómenos de manera cuidadosa y precisa (Ochoa, 2020).

La investigación cuantitativa emplea el análisis estadístico para identificar patrones, repeticiones, promedios y similitudes. Esto ayuda a entender la relación entre causas y efectos, hacer generalizaciones y verificar teorías o hipótesis. Los resultados pueden presentarse en números o gráficos. Este enfoque permite recopilar y examinar datos numéricos sobre distintos factores, así como estudiar características y fenómenos específicos. Entre los métodos de análisis se incluyen el análisis descriptivo, exploratorio, inferencial, multivariable, modelado y comparativo (Valle, 2022).

La investigación cuantitativa sigue un enfoque organizado y paso a paso, donde cada fase se planifica cuidadosamente para asegurar resultados claros. Este proceso implica estructurar el trabajo de manera lógica, permitiendo tomar decisiones bien fundamentadas que respondan adecuadamente a las preguntas de la investigación. Así, se asegura que el estudio avance de forma ordenada, lo que convierte a la investigación en un proceso sistemático y efectivo para resolver problemas o comprender fenómenos específicos (Ortega, 2018).

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

Alcance de la investigación

Este tipo de investigación se distingue por su enfoque descriptivo, que se centra en recopilar y presentar información detallada sobre un tema específico. Su objetivo principal es ofrecer una visión completa de los datos, organizando la información obtenida a través de encuestas o revisando estudios previos. A diferencia de otros enfoques, no busca hacer interpretaciones profundas ni suposiciones, sino simplemente mostrar los datos tal como son. Puede emplear tanto métodos cualitativos como cuantitativos, incluyendo el análisis de datos para identificar patrones, promedios y variabilidad (Ramos, 2020).

El estudio descriptivo se enfoca en analizar las características de un grupo específico de personas. Se utiliza para examinar datos estadísticos y entender patrones comunes, así como la variabilidad dentro de los datos. Aunque en este tipo de investigación se puede proponer una hipótesis para ayudar a interpretar y caracterizar lo que se está observando, no es necesario hacerlo para que el estudio sea válido (Cárdenas, 2022).

La investigación correlacional se enfoca en explorar la relación entre dos o más variables, con el objetivo de determinar si existe una conexión cuantificable entre ellas, utilizando técnicas estadísticas. Este enfoque busca identificar si una variable tiene algún tipo de influencia sobre otra, observando cómo se relacionan entre sí en diferentes contextos (González, 2020).

La investigación correlacional, al ser un

enfoque no experimental, se enfoca en estudiar dos variables utilizando técnicas estadísticas. Su propósito es analizar los resultados de la investigación y verificar las características de la población en estudio. Se utilizan mediciones de variables específicas y un análisis detallado para identificar las posibles relaciones entre los participantes (Galarza, 2020).

Diseño de investigación

Para tratar cualquier tema científico de manera adecuada, es fundamental tener un plan bien estructurado que detalle cómo se llevará a cabo el estudio. Este plan debe especificar la metodología que se utilizará para analizar los datos y, de esta forma, responder a la pregunta de investigación planteada. Dependiendo del objetivo de la investigación, existen varios tipos de diseños, como los experimentales, cuasiexperimentales, observacionales y descriptivos (Monjarás, 2019).

El estudio actual se caracteriza por su enfoque en un diseño de investigación no experimental, que se usa comúnmente en estudios donde no se manipulan directamente las variables independientes. En este tipo de investigación, se recopila información sobre fenómenos tal como ocurren en su entorno natural, sin intervenir en las condiciones, a través de métodos como encuestas y observaciones. Este diseño abarca estudios descriptivos, observacionales y de casos (Ramos, 2021).

El enfoque de estudio de corte transversal consiste en recopilar datos de una muestra

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

de personas en un solo momento, con el objetivo de analizar las variables de interés. Este método ofrece una visión general de la muestra en ese instante específico, sin realizar un seguimiento de los sujetos a lo largo del tiempo (Manterola, 2019).

Muestreo

El muestreo es un proceso organizado que se utiliza para seleccionar un grupo representativo de personas dentro de una población que comparten ciertas características. El objetivo es realizar investigaciones o estudios sobre un tema específico, recopilando datos que permitan hacer conclusiones sobre toda la población. Este método se usa principalmente en investigaciones cuantitativas para obtener una comprensión más clara y precisa del fenómeno en estudio (Hernández y Escobar, 2019).

El muestreo es un proceso organizado que se emplea para seleccionar un grupo representativo de personas dentro de una población que comparten características específicas. Su propósito es llevar a cabo investigaciones o estudios sobre un tema particular, recolectando datos que permitan hacer generalizaciones sobre toda la población. Este método se utiliza principalmente en investigaciones cuantitativas para obtener una comprensión más precisa y detallada del fenómeno estudiado (Hernández y Escobar, 2019).

No probabilístico

En este proceso de muestreo, se recolectan

datos de una población específica que se puede dividir en dos grupos o estratos, utilizando una selección no aleatoria de los individuos. Esto puede generar sesgos en los resultados y hacer que la muestra no sea completamente representativa para la investigación. Por esta razón, se prefiere utilizar un método de muestreo que minimice los sesgos y garantice una muestra más representativa (Piedra y Manqueros, 2021).

El muestreo no probabilístico es una estrategia utilizada para cumplir con requisitos específicos de la investigación. En este caso, se construye una muestra formada por individuos que representan a una población seleccionada en función de las variables más relevantes para el estudio (Chacón, 2022).

No probabilístico de tipo intencional

Esta técnica de investigación consiste en seleccionar de manera intencional los casos que se consideran más relevantes. En este tipo de muestreo, los casos se eligen según criterios específicos y de forma subjetiva, basándose en el juicio de los investigadores. Además, es importante señalar que este enfoque ofrece flexibilidad para ajustar la muestra, aunque presenta limitaciones en cuanto a la representatividad de los casos seleccionados (Huairé, 2019).

Es un método de muestreo no probabilístico en el que los elementos de la muestra son seleccionados según criterios

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

determinados por el investigador. Este enfoque tiene como objetivo obtener datos a través de un juicio informado y la definición clara de criterios específicos para su selección (Hernández, 2021).

Población y muestra

La selección de la población y la muestra para este estudio se basa en un enfoque no probabilístico intencional, utilizando criterios específicos de inclusión. El objetivo es obtener una muestra que refleje la diversidad de la población de adultos de 18 a 25 años que están atravesando una ruptura amorosa. La muestra estará compuesta por 150 estudiantes de distintas modalidades. Esta población seleccionada presenta una heterogeneidad que facilita una comprensión más completa de la muestra estudiada.

Criterios de inclusión

- Personas de 18 a 25 años.
- Que hayan terminado una relación en máximo 1 año.
- Que acepten libre y voluntariamente participar en la investigación.
- Que firmen el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Menores de edad.
- Que hayan sido diagnosticados con algún trastorno mental.
- Que tengan alguna discapacidad intelectual.

- Que no firme el consentimiento informado.

Instrumentos Utilizados

En esta investigación se utilizaron dos instrumentos psicológicos ampliamente reconocidos: el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) y el Cuestionario de Ideación Suicida de Beck (BSI, por sus siglas en inglés). Estos fueron aplicados con el objetivo de estudiar los niveles de ansiedad y la ideación suicida en personas que habían experimentado la terminación de una relación. Ambos instrumentos fueron diseñados por el psicólogo Aarón T. Beck y se consideran herramientas clave en la medición de los síntomas de ansiedad y los pensamientos suicidas, especialmente en contextos clínicos y de investigación.

El Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) es un cuestionario auto administrado compuesto por 21 preguntas, cada una describiendo un síntoma relacionado con la ansiedad. Los participantes deben indicar en qué grado han experimentado cada síntoma en las últimas semanas, utilizando una escala de 0 a 3. Las puntuaciones corresponden a: 0 (ningún síntoma), 1 (síntoma leve), 2 (síntoma moderado) y 3 (síntoma grave). El puntaje total se calcula sumando las respuestas, y los resultados se interpretan de la siguiente forma: de 0 a 21 puntos indican una ansiedad baja, de 22 a 35 puntos indican ansiedad moderada, y de 36 a 63 puntos reflejan ansiedad grave (CGCOP, 2023).

El Cuestionario de Ideación Suicida de Beck (BSI) es un instrumento diseñado para

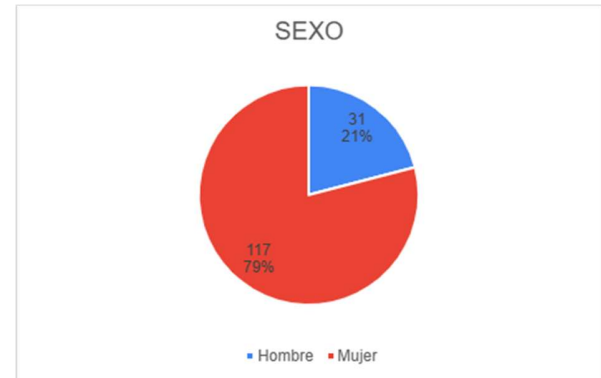
Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

evaluar la presencia y gravedad de pensamientos suicidas en los participantes. Este cuestionario también es auto administrado y consta de una serie de ítems que exploran los pensamientos sobre la muerte, el suicidio, y las actitudes hacia la vida. Cada ítem se califica según la frecuencia e intensidad de los pensamientos suicidas, utilizando una escala de 0 a 2, donde 0 significa ausencia de ideación suicida, 1 indica pensamientos suicidas pasivos o poco frecuentes, y 2 refleja pensamientos suicidas activos o graves. Este instrumento es crucial para identificar el riesgo de suicidio en personas que podrían estar atravesando momentos emocionales extremadamente difíciles, como en el caso de una ruptura amorosa (Gonzales, 2000).

El uso conjunto del BAI y el BSI en esta investigación permitió obtener una visión más completa de cómo la terminación de una relación afectaba a las personas en términos de ansiedad y riesgos suicidas. Mientras que el BAI ayudó a medir los niveles de ansiedad, el BSI proporcionó información sobre la ideación suicida, permitiendo a los investigadores identificar a aquellos participantes que pudieran estar experimentando pensamientos suicidas. Esta información es valiosa para desarrollar intervenciones y estrategias de apoyo psicológico que puedan prevenir consecuencias más graves, como el suicidio, en personas vulnerables tras una ruptura emocional (CGCOP, 2023).

3. RESULTADOS.

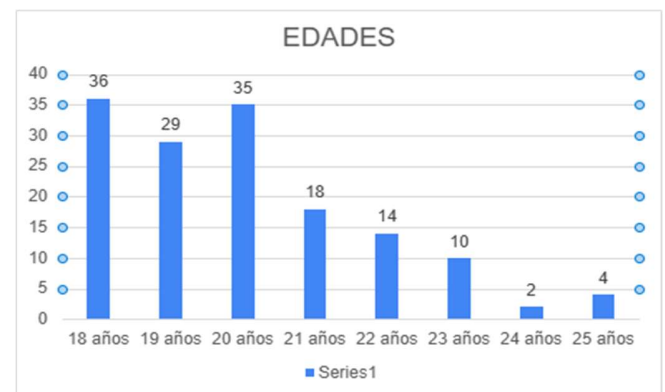
GRÁFICO 1. SEXO



FUENTE: PROPIA

La figura 1, nos permite evidenciar que el 79.1% de los participantes fueron mujeres y el 20,9% fueron hombres.

GRÁFICO 2. EDAD

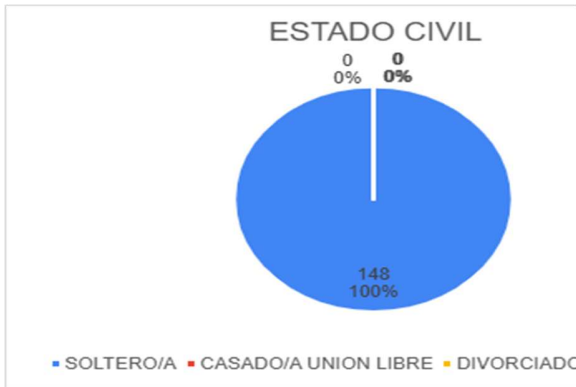


FUENTE: PROPIA

La figura 2 nos permite evidenciar la distribución por edades de los participantes: el 24.3% tiene 18 años, el 23.6% tiene 20 años, el 19.6% tiene 19 años, el 12.2% tiene 21 años, el 9.5% tiene 22 años, y porcentajes menores corresponden a 23, 24 y 25 años

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

GRÁFICO 3. ESTADO CIVIL



FUENTE: PROPIA

La figura 3 nos permite evidenciar que el 100% de los participantes se identifican como solteros/as, sin presencia de otros estados civiles como casado/a o unión libre, divorciado/a o viudo/a.

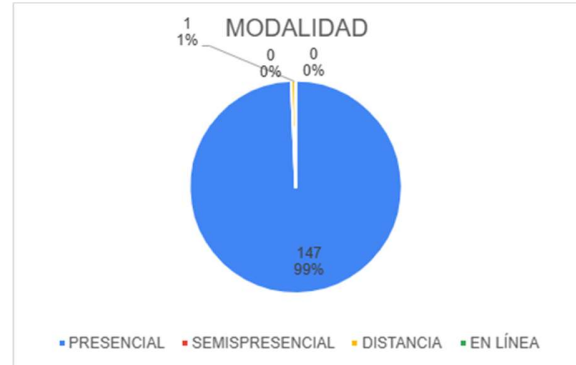
Gráfico 4. Institución donde estudia



Fuente: Propia

La figura 4 nos permite evidenciar que el 95,3% estudia en una institución privada y el 4,7% estudia en una institución pública.

Gráfico 5. Modalidad de estudio



Fuente: Propia

La figura 5 nos permite evidenciar que el 98,6% estudia en modalidad presencial y el 1,4% se distribuyen en modalidad semipresencial, distancia y en línea.

Tabla 1. Correlación entre ansiedad e ideación suicida

		Ansiedad	Ideación suicida
Ansiedad	Correlación de Pearson	1	,431**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	148	148
Ideación suicida	Correlación de Pearson	,431**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	148	148

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

Fuente: SPSS

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

Como se puede ver en la tabla 1, existe una correlación estadísticamente significativa, directamente proporcional entre ansiedad e ideación suicida de ,431** lo que quiere decir que a mayor ansiedad, la ideación suicida se incrementa, y viceversa.

Tabla 2. Ansiedad

	Frecuencia	Porcentaje
Ansiedad mínima	31	20,9
Ansiedad leve	46	31,1
Ansiedad moderada	27	18,2
Ansiedad severa	44	29,7
Total	148	100,0

Fuente: SPSS

La tabla muestra cómo se distribuyen los niveles de ansiedad en un grupo de 148 personas, divididos en cuatro categorías: mínima, leve, moderada y severa. La mayor parte de los participantes (31,1%) presentó ansiedad leve, seguida por un 29,7% con ansiedad severa. Un 20,9% tuvo ansiedad mínima, mientras que el 18,2% mostró ansiedad moderada. Estos datos reflejan que la mayoría de la muestra experimenta algún grado de ansiedad, siendo más comunes los niveles leves y severos.

Tabla 3. Ideación suicida

	Frecuencia	Porcentaje
Baja ideación suicida	55	37,2
Moderada ideación suicida	40	27,0
Alta ideación suicida	53	35,8
Total	148	100,0

Fuente: SPSS

La tabla presenta la distribución de los niveles de ideación suicida en una muestra de 148 personas, clasificados como baja, moderada y alta. El 37,2% de los participantes mostró baja ideación suicida, mientras que el 35,8% presentó un nivel alto, y el 27,0% se ubicó en el rango moderado. Estos datos evidencian que una proporción significativa de la muestra tiene niveles elevados de ideación suicida, lo cual resalta la importancia de abordar este tema en el grupo analizado.

Tabla 4. Correlación variables sociodemográficas y ansiedad

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

		Sexo	Edad	Estado civil	Institución donde estudia	Modalidad de estudio	Ansiedad
Sexo	Correlación de Pearson	1	-,237*	. ^b	-,036	-,160	,053
	Sig. (bilateral)		,004	.	,660	,052	,521
	N	148	148	148	148	148	148
Edad	Correlación de Pearson	-,237**	1	. ^b	-,051	,231**	,099
	Sig. (bilateral)	,004		.	,537	,005	,231
	N	148	148	148	148	148	148
Estado civil	Correlación de Pearson	. ^b	. ^b	. ^b	. ^b	. ^b	. ^b
	Sig. (bilateral)
	N	148	148	148	148	148	148
Institución donde estudia	Correlación de Pearson	-,036	-,051	. ^b	1	,018	,056
	Sig. (bilateral)	,660	,537	.		,825	,499
	N	148	148	148	148	148	148
Modalidad de estudio	Correlación de Pearson	-,160	,231*	. ^b	,018	1	,105
	Sig. (bilateral)	,052	,005	.	,825		,203
	N	148	148	148	148	148	148
Ansiedad	Correlación de Pearson	,053	,099	. ^b	,056	,105	1

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

Sig. (bilateral)	,521	,231	.	,499	,203	
N	148	148	148	148	148	148

FUENTE: SPSS

La tabla 4 nos muestra que no existe correlación alguna entre ansiedad y las variables sociodemográficas sexo, edad, estado civil, institución donde estudia y modalidad de estudio.

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.

En este estudio, se contó con la participación mayoritaria de mujeres con un 79.1%. La edad con mayor prevalencia fue 18 años con 24.3%. En cuanto al estado civil, el 100% de los participantes fueron solteros/as. Existió mayor prevalencia de personas que estudian en instituciones educativas privadas con el 95%, además de que en la modalidad de estudio se obtuvo un 99% en modalidad presencial.

Se identificó una correlación significativa directamente proporcional entre ansiedad e ideación suicida de 0,431. Estos datos son similares a los obtenidos por Martínez et al. (2021), quienes en su investigación titulada "Ansiedad e ideación suicida en población adolescente: Un estudio correlacional" reportaron una relación significativa entre ambas variables de 0.45, e inferiores a los obtenidos por Morales y Delgado (2020), en su investigación denominada "Impacto de la ansiedad en la ideación suicida en jóvenes universitarios", donde encontraron una correlación significativa, directamente proporcional entre las variables de 0.62. Como se puede ver en los datos obtenidos

en la presente investigación, aspectos relacionados con la ansiedad como alteraciones fisiológicas (taquicardia, sudoración excesiva, temblores, tensión muscular), aumento en el ritmo cardíaco, pensamientos repetitivos y obsesivos, insomnio, episodios de hiperventilación, dificultad para concentrarse y pérdida de apetito, pueden llevar a una persona a desarrollar ideación suicida. Estos síntomas suelen intensificarse en situaciones de estrés afectivo, particularmente tras una ruptura amorosa, donde las emociones de soledad, angustia y desesperación agravan el malestar psicológico y aumentan los riesgos de pensamientos autolesivos o suicidas.

El primer objetivo específico de este estudio fue evaluar los niveles de ansiedad presentes en personas de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa. Los resultados obtenidos muestran que el 31.1% reportó ansiedad leve, el 18.2% ansiedad moderada y el 29.7% ansiedad severa. Este patrón revela que una proporción considerable de los participantes experimentó. Estos resultados coinciden con investigaciones previas, como la de Fernández y López (2020) en su estudio "Efectos emocionales tras rupturas amorosas", que identifican que estos eventos representan un factor

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

estresante importante, generando síntomas comunes como pensamientos recurrentes, insomnio y dificultad para concentrarse. Es por ello que se puede decir que, la ansiedad experimentada por los participantes puede generar una sensación de descontrol, tanto en las emociones como en el pensamiento, lo que dificulta aún más el proceso de adaptación a la nueva realidad tras la ruptura.

En cuanto a la ideación suicida, los resultados del estudio muestran que un 37.2% de los participantes presenta un rango bajo de ideación suicida, un 27.0% se encuentra en el rango moderado, y un 35.8% en el rango alto. Este hallazgo es consistente con estudios previos que han señalado la alta vulnerabilidad emocional de las personas jóvenes tras una ruptura amorosa. Investigaciones como la de López et al. (2020) en su estudio "Factores de riesgo en ideación suicida de jóvenes tras rupturas amorosas", afirman que esta etapa de la vida es especialmente crítica para la salud mental, ya que la búsqueda de estabilidad afectiva y el dolor emocional generado por la pérdida de una relación pueden aumentar el riesgo de desarrollar pensamientos suicidas. Además, el estudio de Martínez y Pérez (2019) denominado "Relación entre apego emocional e ideación suicida", destaca que la intensidad de la ideación suicida está estrechamente vinculada con el grado de apego a la relación que ha finalizado. Las personas que experimentan rupturas amorosas de gran significancia emocional tienden a sentir una mayor sensación de vacío, soledad y abandono, lo que aumenta la probabilidad de desarrollar pensamientos

suicidas como una forma de escapar de ese dolor emocional. En este contexto, la ideación suicida no solo refleja el sufrimiento inmediato, sino también una sensación de desesperanza sobre el futuro y la incapacidad de encontrar una forma de lidiar con la pérdida.

Por último, se encontró que no existe ninguna correlación significativa entre las variables sociodemográficas como sexo, edad, estado civil, institución donde estudian y modalidad de estudio con los niveles de ansiedad. Sin embargo, estos datos difieren de las investigaciones de López y Sánchez (2020), quienes encontraron que las mujeres experimentan mayores niveles de ansiedad, y de Martínez y Rivas (2018), quienes reportaron que los hombres presentan niveles más elevados de ansiedad. Con los datos encontrados, se puede decir que, en situaciones de ruptura amorosa, los niveles de ansiedad se ven influenciados principalmente por la intensidad del vínculo emocional con la pareja y por las características propias del proceso de ruptura, más que por factores como el sexo o la edad. Los participantes de este estudio comparten una vivencia común, la ruptura amorosa, lo cual puede haber generado una respuesta emocional similar en todos, independientemente de su sexo, edad o situación académica. La ansiedad derivada de la ruptura no parece estar mediada por diferencias sociodemográficas, sino por factores emocionales universales asociados a la pérdida y la incertidumbre de la nueva etapa.

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

CONCLUSIONES

- Los resultados encontrados permiten concluir que existe una correlación, estadísticamente significativa, directamente proporcional, entre ansiedad e ideación suicida.
- En relación al primer objetivo específico, se concluye que existe prevalencia de ansiedad leve, sin dejar de lado los índices de ansiedad moderada y severa, que la población presenta.
- En cuanto al segundo objetivo específico, los datos llevan a la conclusión de que existe prevalencia de ideación suicida baja, seguida de cerca de ideación suicida alta y por último y no tan lejano, índices de ideación suicida moderada.
- Referente al tercer objetivo específico, la investigación permitió llegar a la conclusión de que no existe ninguna correlación entre las variables sociodemográficas como sexo, edad, estado civil, institución donde estudian y modalidad de estudio, con ansiedad.

LIMITACIONES

- Escasa producción literaria que aborde estas variables en la población de estudio, lo que permitió evidenciar el poco

interés de los investigadores en centrar sus estudios en poblaciones con estas características.

- Dificultad para encontrar la muestra de estudio, ya que el tema, en algunas ocasiones sensibilizó a los participantes, y prefirieron no responder el formulario.
- El tiempo fue un factor limitante, ya que, al ser corto, en algunas ocasiones aceleró el ritmo de la investigación, lo que pudo acarrear problemas que ocasionen un sesgo en la calidad.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda ampliar la muestra de participantes y abarcar diversas instituciones educativas de diferentes contextos para poder generalizar los resultados y obtener una visión más amplia sobre la relación entre la ansiedad y la ideación suicida en jóvenes.
- Sería beneficioso combinar el enfoque cuantitativo con un enfoque cualitativo, donde se emplee entrevistas o grupos focales, para obtener una visión más completa de las vivencias y opiniones de los jóvenes en relación a estas temáticas.
- Es recomendable incorporar otras variables de estudio que puedan influir en los niveles de ansiedad e ideación suicida, como factores familiares, sociales y económicos, ya que estas pueden desempeñar un papel crucial en el bienestar emocional de los jóvenes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acuña, J. A., et al. (2022). Ansiedad en estudiantes universitarios: prevalencia y factores asociados. <https://www.redalyc.org/pdf/679/67943296005.pdf>
- Baños Chaparro, J., y Ramos, C. (2023). Ideación suicida, ansiedad e insomnio: un análisis de mediación en adolescentes. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-50652023000100209&script=sci_arttext
- Bonilla Basantes, P. J. (2023). Consumo de alcohol en relación con la ideación suicida en adolescentes. <https://repositorio.uta.edu.ec:8443/handle/123456789/37249>
- Cañón Buitrago, S. C., y Carmona Parra, J. A. (2018). Ideación y conductas suicidas en adolescentes y jóvenes. https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1139-76322018000400014&script=sci_arttext
- Cárdenas Ortega, M. I. (2022). Incidencia de ansiedad y depresión en estudiantes de medicina. <https://dspace.ucacue.edu.ec/items/c63eab12-c096-4846-abe9-3c10dd753c02>
- Cárdenas Ortega, M. I. (2024). Ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. <https://dspace.ucacue.edu.ec/items/c63eab12-c096-4846-abe9-3c10dd753c02>
- Chombo Rojas, R. E. (2020). Niveles de ideación suicida entre adolescentes y adultos emergentes de Lima Metropolitana. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/54802>
- Chuquimarca González, M. E., y Torres Quinchanegua, V. (2022). Los primeros auxilios psicológicos en el manejo de ataques de ansiedad en adultos jóvenes de edades entre 20 a 25 años, debido a la crisis sanitaria por el covid-19. <https://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/22057>
- Coello Mendoza, M. C. (2020). Ansiedad en adultos jóvenes del cantón Vinces por pandemia COVID-19 en el Ecuador. <https://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/53056>

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

Custodio Cevallos, M. L. (2022). Dependencia emocional e ideación suicida en estudiantes femeninas de una universidad de Chiclayo.

<https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/10247>

Díaz Santos, C., y Santos Vallín, L. (2018). La ansiedad en la adolescencia. <file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/Dialnet-LaAnsiedadEnLaAdolescencia-6317303.pdf>

Duchicela Núñez, A., y Sangacha Gaibor, L. (2024). Calidad de sueño y ansiedad en estudiantes universitarios. <https://dspace.ucacue.edu.ec/items/c63eab12-c096-4846-abe9-3c10dd753c02>

Esteller Collado, G., Carpallo González, M., y Muñoz Navarro, R. (2023). Explorando la relación entre las somatizaciones, la ansiedad y la regulación emocional. <https://www.elsevier.es/es-revista-ansiedad-estres-242>

Fonseca-Pedrero, E. (2018). Ideación suicida en una muestra representativa de adolescentes españoles.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1888989117300988>

García, J. A. B., y Pérez, A. A. C. (2019). Síntomas de depresión y ansiedad en jóvenes universitarios.

https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1699-695X2014000100003&script=sci_arttext

González, C. A. (2023). La ansiedad abordada a través del psicoanálisis relacional.

<https://revistavitalia.org/index.php/vitalia/article/view/24>

González-Blanch, C., et al. (2018). Tratamiento psicológico de los trastornos emocionales en Atención Primaria. <https://www.elsevier.es/es-revista-ansiedad-estres-242>

González, M., y López, J. (2021). Impacto emocional de las rupturas amorosas en estudiantes universitarios.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-03002021000100006&script=sci_arttext

Grey, C. Y. (2018). Adolescentes con ideación suicida en Camagüey.

<https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=81417>

Gutiérrez, M. E., et al. (2022). Esquemas desadaptativos tempranos y ansiedad en la

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

preadolescencia. https://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S2451-66002022000100049&script=sci_arttext

Hernández-Pozo, E. (2020). El trastorno de ansiedad y estrés escolar en adolescentes. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851782020.pdf>

Jiménez-Vázquez, D. (2022). Factores asociados a la ideación suicida en estudiantes. <https://revistarevoluciones.com/index.php/rr/article/view/110>

Jirón Jiménez, J., Freire Muñoz, I., y Iriarte Pérez, L. (2024). Depresión, ansiedad y estrés: Análisis de la labor docente en universidades de Quito. Wilblu. <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/wimblu/article/view/59344/59440>

Londoño Arredondo, N. H., Calle Restrepo, L. C., y Berrio Rojas, Z. (2021). Depresión y ansiedad en estudiantes que ingresan a la universidad y factores de estrés asociados. https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S2177-093X2021000400010&script=sci_arttext

Marín Mayor, J., et al. (2019). Autoestima, ansiedad y depresión en adolescentes con consumo de alcohol. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1028-48182019000300406&script=sci_arttext

Martínez-Otero Pérez, V. (2022). Ansiedad y depresión en jóvenes tras la ruptura de pareja. <file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/Dialnet-AnsiedadEnEstudiantesUniversitarios-4911675.pdf>

Oyanadel, C. (2021). Reduciendo la ideación suicida en adolescentes con terapia de perspectiva temporal: Un estudio experimental. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123-91552021000100063&script=sci_arttext

Pérez, A., y Fernández, R. (2019). Relación entre ansiedad y procesos de duelo tras una ruptura amorosa. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=30412345002>

Pérez, S. A., y González, J. M. (2018). Niveles de ansiedad entre estudiantes que inician y culminan la carrera. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-03002018000200007&script=sci_arttext

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

Ramírez Gómez, C. A. (2023). Ansiedad abordada a través del psicoanálisis relacional.

<https://revistavitalia.org/index.php/vitalia/article/view/24>

Reyes Marrero, R. (2019). Trastornos de ansiedad.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0304541219301982>

Riquelme, A., y Araoz, P. (2023). Ansiedad y calidad de vida en estudiantes universitarios.

<https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/774>

Sánchez-Sosa, J. C. (2010). Ideación suicida en adolescentes: Un análisis psicosocial.

<https://scielo.isciii.es/pdf/inter/v19n3/v19n3a08.pdf>

Torres Camacho, V., y Chávez Mamani, A. A. (2013). Ansiedad.

http://revistasbolivianas.umsa.bo/scielo.php?pid=S2304-37682013000800001&script=sci_abstract

Villamar, J. R. F., y Villamar, S. (2021). Libro Blanco de la Salud Mental Infanto-Juvenil.

<https://observatoriofiex.es/wp-content/uploads/2021/09/Libro-Blanco-Salud-Mental-Infanto-Juvenil-Volumen-1.pdf#page=36>

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

ANEXOS.

CUESTIONARIO

	No	Leve	Moderado	Bastante
1. Torpe o entumecido -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Acalorado -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Con temblor en las piernas -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Incapaz de relajarse -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Con temor a que ocurra lo peor -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Mareado, o que se le va la cabeza -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Con latidos del corazón fuertes y acelerados -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Inestable -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Atemorizado o asustado -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Nervioso -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Con sensación de bloqueo -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Con temblores en las manos -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Inquieto, inseguro -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Con miedo a perder el control -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Con sensación de ahogo -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Con temor a morir -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Con miedo -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Con problemas digestivos -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Con desvanecimientos -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Con rubor facial -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Con sudores, fríos o calientes -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ansiedad e ideación suicida en adultos de 18 a 25 años que atraviesan una ruptura amorosa

6.2. Escala de Ideación Suicida (Scale for Suicide Ideation, SSI)

1. <i>Deseo de vivir</i>	0. Moderado a fuerte 1. Débil 2. Ninguno
2. <i>Deseo de morir</i>	0. Ninguno 1. Débil 2. Moderado a fuerte
3. <i>Razones para vivir/morir</i>	0. Porque seguir viviendo vale más que morir 1. Aproximadamente iguales 2. Porque la muerte vale más que seguir viviendo
4. <i>Deseo de intentar activamente el suicidio</i>	0. Ninguno 1. Débil 2. Moderado a fuerte
5. <i>Deseo pasivo de suicidio</i>	0. Puede tomar precauciones para salvaguardar la vida 1. Puede dejar de vivir/morir por casualidad 2. Puede evitar las etapas necesarias para seguir con vida
6. <i>Dimensión temporal (duración de la idea/intento suicida)</i>	0. Breve, períodos pasajeros 1. Por amplios períodos de tiempo 2. Continuo (crónico) o casi continuo
7. <i>Dimensión temporal (frecuencia del suicidio)</i>	0. Raro, ocasional 1. Intermittente 2. Persistente o continuo
8. <i>Actitud hacia la ideación/deseo</i>	0. Rechazo 1. Ambivalente, indiferente 2. Aceptación
9. <i>Control sobre la actividad suicida/deseo de acting out</i>	0. Tiene sentido del control 1. Inseguro 2. No tiene sentido del control
10. <i>Disuasivos para un intento activo (familia, religión, irreversibilidad)</i>	0. Puede no intentarlo a causa de un disuasivo 1. Alguna preocupación sobre los medios pueden disuadirlo 2. Mínima o ninguna preocupación o interés por ellos
11. <i>Razones para el intento contemplado</i>	0. Manipular el entorno, llamar la atención, vengarse 1. Combinación de 0 y 2 2. Escapar, solucionar los problemas, finalizar de forma absoluta
12. <i>Método (especificidad/planificación del intento contemplado)</i>	0. No considerado 1. Considerado, pero detalles no calculados 2. Detalles calculados/bien formulados
13. <i>Método (accesibilidad/opportunidad para el intento contemplado)</i>	0. Método no disponible, inaccesible. No hay oportunidad 1. El método puede tomar tiempo o esfuerzo. Oportunidad escasa 2. Método y oportunidad accesibles 2. Futura oportunidad o accesibilidad del método prevista