

Habilidades sociales como factores protectores frente a la ideación suicida en estudiantes universitarios de Lima, Perú

Social Skills as Protective Factors Against Suicidal Ideation
in University Students in Lima, Peru

José Anicama Gómez

Universidad Nacional Federico Villarreal, Lima, Perú

 <https://orcid.org/0000-0003-1046-8099>

Correspondencia: janicama@unfv.edu.pe

Francisco Antonio Vallenás Pedemonte

Universidad Privada San Juan Bautista, Lima, Perú

 <https://orcid.org/0000-0003-2307-5577>

Correo electrónico: francisco.vallenás@upsjb.edu.pe

María Luisa Bedoya Suárez

Policlínico Peruano Japonés, Lima, Perú

 <https://orcid.org/0000-0002-8472-4422>

Correo electrónico: mlbedoya3@gmail.com

Graciela Caballero Calderón

Universidad Nacional Federico Villarreal, Lima, Perú

 <https://orcid.org/0000-0001-9616-6053>

Correo electrónico: ncaballero@unfv.edu.pe

Karina Talla Biffi

Universidad Nacional Federico Villarreal, Lima, Perú

 <https://orcid.org/0000-0002-1488-0219>

Correo electrónico: ktallabiffi@gmail.com

Javier David Delgado-Torres

Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú

 <https://orcid.org/0009-0009-5594-3173>

Correo electrónico: daviddelgadotorres91@gmail.com

Resumen

El suicidio constituye un problema de salud pública global de naturaleza multifactorial y creciente prevalencia en población joven. Ante ello, el presente estudio tuvo como objetivo determinar si las habilidades sociales (HHSS) actúan como factores protectores frente a la ideación suicida negativa en universitarios de Lima. Se empleó un diseño no experimental, correlacional y transversal, con una muestra no probabilística de 843 estudiantes de diversas carreras universitarias. Se aplicaron el Cuestionario de Habilidades Sociales (CHASO) y el Inventario de Ideación Suicida Positiva y Negativa (PANSI). Los resultados revelaron una predominancia de niveles bajos de ideación suicida negativa (68.9%) y niveles medios de habilidades sociales (72.7%). Se encontró una correlación negativa moderada y significativa entre HHSS e ideación suicida negativa ($r = -.554$, $p < .001$), y una correlación positiva moderada con la ideación suicida positiva ($r = .431$, $p < .001$). Un modelo de regresión múltiple mostró que las dimensiones mantener la calma ante las críticas, afrontar las críticas, expresar sentimientos positivos y rechazar peticiones explicaron conjuntamente el 33.1% de la varianza en la ideación suicida negativa (R^2 ajustado = .331, $p < .001$). Se concluye que el desarrollo de habilidades sociales en el ámbito universitario podría constituir una estrategia preventiva eficaz frente a la conducta suicida.

Palabras clave: Habilidades sociales, ideación suicida, factores protectores, universitarios, salud mental.

Abstract

Suicide is a global public health problem of multifactorial nature and increasing prevalence among young populations. Accordingly, the present study aimed to determine whether social skills (SS) act as protective factors against negative suicidal ideation among university students in Lima. A non-experimental, correlational, and cross-sectional design was employed, with a non-probabilistic sample of 843 students from various academic programs. The Social Skills Questionnaire (CHASO) and the Positive and Negative Suicidal Ideation Inventory (PANSI) were administered. Results revealed a predominance of low levels of negative suicidal ideation (68.9%) and medium levels of social skills (72.7%). A moderate and significant negative correlation was found between SS and negative suicidal ideation ($r = -.554$, $p < .001$), as well as a moderate

positive correlation with positive suicidal ideation ($r = .431, p < .001$). A multiple regression model showed that the dimensions staying calm when criticized, coping with criticism, expressing positive feelings, and refusing requests jointly explained 33.1% of the variance in negative suicidal ideation (Adjusted $R^2 = .331, p < .001$). These findings suggest that the development of social skills within the university context could represent an effective preventive strategy against suicidal behavior.

Keywords: Social skills, suicidal ideation, protective factors, university students, mental health.

Introducción

El suicidio constituye uno de los desafíos más complejos y dolorosos de la salud pública mundial. Más allá de las cifras, representa la expresión extrema del sufrimiento humano, el desenlace de múltiples tensiones biológicas, psicológicas y sociales que, al entrelazarse, superan la capacidad de afrontamiento de la persona. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), cada año entre 700,000 y 800,000 personas pierden la vida por esta causa. Detrás de cada número hay una historia que se interrumpe, un entorno que se transforma y una comunidad que busca respuestas. A nivel global, el suicidio se mantiene entre las principales causas de muerte en jóvenes de 15 a 29 años, concentrando alrededor del 8.5% de los fallecimientos en este grupo etario (Ross et al., 2024; Turecki, & Brent, 2016). En el Perú, los registros del Ministerio de Salud (MINSA, 2022) indican que los intentos suicidas se presentan con mayor frecuencia en mujeres de 15 a 19 años y en varones de 20 a 24 años, lo que evidencia que la juventud es un periodo particularmente vulnerable, marcado por transiciones, presiones y

expectativas que, en ocasiones, resultan abrumadoras.

La conducta suicida debe entenderse como un proceso dinámico y silencioso que suele comenzar con pensamientos o deseos de muerte, conocidos como ideación suicida (IS), y que, en algunos casos, puede avanzar hacia la planificación o el intento (Klonsky et al., 2018; Van Orden et al., 2010). La IS constituye un marcador clínico esencial, ya que no es un estado fijo, sino que varía en intensidad y frecuencia según la interacción entre la vulnerabilidad individual y los estresores cotidianos (Allen et al., 2019; Kleiman et al., 2017). Gracias a metodologías como la evaluación ecológica momentánea (EMA), se ha evidenciado que existen distintos tipos de ideación, algunos sensibles al estrés y otros más persistentes e independientes de este (Bernanke et al., 2017; Mandel et al., 2024). Estas evidencias sugieren que el suicidio no es el resultado de un único factor, sino de un entramado complejo en el que la mente y el entorno se influyen mutuamente.

Entre los factores de riesgo más documentados se encuentran los trastornos

del estado de ánimo, la ansiedad, la desesperanza, el estrés y la soledad (Akram et al., 2023; Busby et al., 2023; Gili et al., 2019; Oquendo et al., 2021). No obstante, pese al amplio desarrollo de la investigación sobre los factores que aumentan el riesgo, la literatura sigue mostrando un vacío importante respecto a los elementos protectores: esos recursos personales y sociales que pueden sostener al individuo en momentos de vulnerabilidad y reducir la probabilidad de pensamientos autodestructivos (Franklin et al., 2017; Saab et al., 2022). Diversos estudios han señalado que la población universitaria constituye un grupo de riesgo particular, pues atraviesa una etapa vital cargada de exigencias académicas, presiones sociales y desafíos emocionales que incrementan la sensibilidad al estrés (Mortier et al., 2017). A ello se suman las dificultades interpersonales y el aislamiento social, que actúan como mediadores entre el malestar psicológico y la ideación suicida (Gerner et al., 2023; Layrón Folgado et al., 2022).

Frente a esta realidad, adquieren un valor singular los factores de protección psicosocial, en particular las habilidades sociales (HHSS), concebidas como un conjunto de conductas aprendidas que posibilitan interactuar con los demás de manera efectiva, expresar las emociones con autenticidad y afrontar los conflictos con asertividad (Caballo, 2005; Monjas, 2000). Más allá de su utilidad cotidiana, las HHSS nutren dimensiones más hondas del bienestar psicológico: fortalecen la autoestima, la autoeficacia y el sentido de pertenencia, tres pilares que sostienen la adaptación emocional

y el equilibrio interno (Pineda, 2021; Salovey, & Grewal, 2006). De acuerdo con la teoría interpersonal del suicidio (Van Orden et al., 2010), cuando una persona percibe que ha perdido su lugar en la comunidad o que constituye una carga para los demás, su vulnerabilidad frente a la ideación suicida se incrementa de forma significativa.

La evidencia empírica respalda de manera consistente esta relación. González et al. (2019) encontraron que un mayor nivel de habilidades sociales se asocia con un menor riesgo suicida en adolescentes, mientras que Gómez-Romero et al. (2018) y Gómez et al. (2020) demostraron que la regulación emocional, la autoestima y la autoconfianza fortalecen la capacidad para afrontar el malestar psicológico y reducen la frecuencia de pensamientos autodestructivos. Estos hallazgos refuerzan la idea de que potenciar las HHSS no solo mejora la convivencia y la integración social, sino que también puede disminuir de manera significativa la vulnerabilidad suicida en poblaciones jóvenes. De manera complementaria, estudios recientes sobre sensibilidad al rechazo y estrés social confirman que las dificultades en la vinculación interpersonal incrementan la vulnerabilidad a la ideación suicida (Brown et al., 2019; Clement et al., 2023), reforzando la importancia de las HHSS como variable moderadora entre los factores emocionales y los contextos sociales adversos.

A pesar de estos avances, en el contexto peruano existe una carencia de investigaciones que examinen el papel

protector de las habilidades sociales frente a la ideación suicida en estudiantes universitarios, así como de estudios psicométricos que validen instrumentos culturalmente adecuados para su evaluación. Esta limitación restringe la posibilidad de diseñar estrategias preventivas efectivas y programas de intervención ajustados a las necesidades de la juventud universitaria. En respuesta a esta brecha, el presente estudio tiene como objetivo analizar la relación entre las habilidades sociales y la ideación suicida positiva y negativa en universitarios de Lima, considerando las primeras como posibles factores protectores frente al riesgo suicida.

Método

Tipo y diseño

El estudio fue de enfoque cuantitativo, de nivel correlacional, diseño no experimental y de corte transversal. Se adoptó este enfoque porque se buscó determinar la relación entre las habilidades sociales y la ideación suicida en sus dimensiones positiva y negativa, sin manipular deliberadamente las variables (Hernández-Sampieri, & Mendoza, 2018).

El diseño no experimental se justifica porque las variables se observaron tal como se manifestaron en el contexto natural de los participantes, mientras que su carácter transversal radica en que la recolección de datos se realizó en un solo momento temporal, permitiendo analizar las asociaciones existentes entre las variables psicológicas estudiadas.

Población y muestra

La población estuvo conformada por universitarios matriculados en instituciones privadas y públicas de Lima Metropolitana durante el año 2025, pertenecientes a diversas áreas académicas (ciencias de la salud, ingeniería, educación, ciencias sociales y administración).

La muestra fue de 843 estudiantes universitarios, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico de tipo intencional, debido a la accesibilidad y disponibilidad de los participantes para responder los instrumentos de forma virtual. Los criterios de inclusión fueron: ser estudiante activo, tener entre 18 y 29 años, residir en Lima Metropolitana y aceptar participar mediante consentimiento informado. Se excluyeron los casos con respuestas incompletas o inconsistentes en los cuestionarios.

Instrumentos

Cuestionario de Habilidades Sociales (CHASO). El CHASO, elaborado por Caballo et al. (2017), es la versión abreviada del Cuestionario de Habilidades Sociales CHASO-III. Evalúa el nivel de competencia social a través de 40 ítems distribuidos en diez dimensiones: interactuar con desconocidos, expresar sentimientos positivos, afrontar críticas, interactuar con personas que resultan atractivas, mantener la calma ante las críticas, hablar en público o interactuar con superiores, afrontar situaciones de hacer el ridículo, defender los propios derechos, pedir disculpas y rechazar peticiones.

Las respuestas se califican mediante una escala Likert de cinco puntos (1 = Nunca, 5 = Siempre). En sus propiedades psicométricas en población española, el instrumento presentó una consistencia interna global de $\alpha = .88$ y una fiabilidad de Guttman de $.86$, con coeficientes por dimensión entre $.64$ y $.90$. En la presente investigación, el CHASO mostró correlaciones ítem-test corregidas entre $.336$ y $.723$, superando el punto de corte de $.30$ (Brzoska, & Razum, 2010), lo que evidencia una adecuada homogeneidad de los ítems. El análisis factorial confirmatorio (AFC) arrojó índices de ajuste satisfactorios ($\chi^2/\text{gl} = 3.175$, RMSEA = $.0208$, SRMR = $.0414$, CFI = $.915$, TLI = $.911$), confirmando una estructura interna sólida. En cuanto a la fiabilidad, se obtuvo $\alpha = .748$ y $\omega = .868$, indicadores que reflejan una buena consistencia interna (Campo-Arias, & Oviedo, 2008; Hulin et al., 2001).

Inventario de Ideación Suicida Positiva y Negativa (PANSI). El PANSI, desarrollado por Osman et al. (1998) y adaptado en Latinoamérica por Villalobos (2009), evalúa la frecuencia de pensamientos relacionados con la ideación suicida en población joven y universitaria. Está compuesto por 14 ítems agrupados en dos dimensiones: Ideación Suicida Negativa (ISN), que evalúa pensamientos de riesgo, e Ideación Suicida Positiva (ISP), que mide factores protectores frente al suicidio.

Los ítems se responden en una escala Likert de cinco puntos (1 = Nunca, 5 = Siempre). En la adaptación latinoamericana, el análisis factorial exploratorio reveló una estructura bifactorial que explicó el 64%

de la varianza total, con adecuados niveles de consistencia interna ($\alpha > .80$). En la presente investigación, las correlaciones ítem-test corregidas oscilaron entre $.590$ y $.843$, confirmando la coherencia interna del instrumento. El AFC mostró un buen ajuste del modelo ($\chi^2/\text{gl} = 2.847$, RMSEA = $.0646$, SRMR = $.0505$, CFI = $.906$, TLI = $.901$), mientras que los coeficientes de fiabilidad alcanzaron $\alpha = .959$ y $\omega = .961$, lo que demuestra una excelente confiabilidad del instrumento (Campo-Arias, & Oviedo, 2008; Hulin et al., 2001).

Procedimiento

En primer lugar, el proyecto fue revisado y aprobado por el comité de ética institucional de la universidad ejecutora, garantizando el cumplimiento de las normas éticas, la confidencialidad de los datos y la participación voluntaria de los estudiantes.

Una vez obtenida la autorización, se coordinó con las autoridades académicas de diversas universidades públicas y privadas de Lima Metropolitana para llevar a cabo la aplicación de los instrumentos de forma presencial en sus instituciones. Las evaluaciones se realizaron en aulas y salas de tutoría previamente coordinadas con los docentes. Antes de la evaluación, los participantes fueron informados sobre los objetivos del estudio, la confidencialidad de sus respuestas y su participación voluntaria, firmando luego el consentimiento informado. La aplicación, que tuvo una duración de 25 a 30 minutos por grupo, fue colectiva y dirigida por el equipo investigador.

Análisis de datos

Concluida la recolección, los cuestionarios fueron revisados y depurados, y los datos se procesaron mediante el programa IBM SPSS Statistics 27.0. Se efectuaron análisis descriptivos e inferenciales, correlaciones de Spearman y regresiones lineales múltiples, con la finalidad de examinar la relación entre las habilidades sociales y la ideación suicida. Además, se realizaron análisis factoriales confirmatorios y pruebas de fiabilidad (α de Cronbach y ω de McDonald) para verificar la validez y consistencia de los instrumentos.

Resultados

Los resultados muestran que la ideación suicida negativa (ISN) presenta una media

baja (7.89) con alta dispersión ($DE = 9.26$) y asimetría positiva (1.058), lo que sugiere que la mayoría de los participantes reporta bajos niveles de pensamientos negativos relacionados con la muerte. En cambio, la ideación suicida positiva (ISP) presenta una media moderada (14.30) y una dispersión menor ($DE = 5.78$), lo que indica una tendencia más equilibrada hacia cogniciones protectoras ante la vida. Las habilidades sociales (HHSS) exhiben una media de 123.52 y una distribución simétrica, con variabilidad moderada ($DE = 29.17$). Los coeficientes de asimetría y curtosis se encuentran dentro del rango aceptable de ± 1.5 (Cheng, 2015), lo que sugiere ausencia de distorsiones severas en la distribución de los datos.

Tabla 1.
Análisis descriptivo de las variables

	Media	Mediana	DE	Mín.	Máx.	Asimetría	Curtosis
Ideación Suicida Negativa	7.89	4	9.26	0	32	1.058	-.028
Ideación Suicida Positiva	14.30	15	5.78	0	24	-.599	.104
Habilidades Sociales	123.52	124	29.17	40	200	-.245	.167

En la IS negativa, el 68.9% de los participantes se ubica en el nivel bajo, un 20.8% en nivel medio y solo un 10.3% presenta niveles altos. En contraste, la IS positiva muestra que el 37.8% de los participantes tiene niveles altos de pensamientos

protectores y un 52.6% niveles medios, mientras que apenas un 9.6% presenta niveles bajos (Tabla 2). Estos resultados evidencian una mayor presencia de cogniciones de afrontamiento adaptativo frente a pensamientos autodestructivos.

Tabla 2.
Niveles de ideación suicida en la muestra

Nivel	Ideación suicida negativa		Ideación suicida positiva	
	F	%	F	%
Alto	87	10.3%	319	37.8%
Medio	175	20.8%	443	52.6%
Bajo	581	68.9%	81	9.6%

La mayoría de los participantes (72.7%) presenta un nivel medio de habilidades sociales, mientras que un 14.8% se ubica en un nivel alto y un 12.5% en nivel bajo (Tabla 3).

En general, se observa un perfil predominantemente adaptativo en la interacción social, aunque con margen de mejora en competencias interpersonales más complejas.

Tabla 3.
Nivel de habilidades sociales en la muestra

	F	%
Alto	125	14.8%
Medio	613	72.7%
Bajo	105	12.5%

Los resultados evidencian una correlación negativa, moderada y significativa entre las habilidades sociales y la ideación suicida negativa ($r = -.554$, $p < .001$), lo que indica que, a mayores habilidades sociales, menores niveles de pensamientos autodestructivos, explicando el 30.7% de la varianza

compartida. Por otro lado, la correlación con la ideación suicida positiva fue positiva y moderada ($r = .431$, $p < .001$), lo que significa que el fortalecimiento de las habilidades sociales se asocia con mayores cogniciones protectoras frente al suicidio, explicando el 18.6% de la varianza compartida.

Tabla 4.
Correlación de habilidades sociales
con la ideación suicida negativa y positiva

	Ideación suicida negativa	Ideación suicida positiva
Habilidades sociales r	-.554	.431
r^2	.307	.185
p	< .001	< .001

Todas las correlaciones fueron estadísticamente significativas ($p < .001$). Las dimensiones de HHSS mostraron relaciones inversas con la IS negativa y relaciones directas con la IS positiva. En el primer caso, las correlaciones más fuertes se dieron con Mantener la calma ante las críticas ($r = -.512$) y Afrontar las críticas ($r = -.497$), indicando que la autorregulación emocional y la capacidad de manejar retroalimentación negativa son factores protectores clave.

En la IS positiva, las correlaciones más altas se observaron con Expresar sentimientos positivos ($r = .414$) y Mantener la calma ante las críticas ($r = .400$), lo que refuerza la importancia de la asertividad y la expresión emocional positiva en la prevención del riesgo suicida. Los valores de r^2 reflejan asociaciones bivariadas y no deben interpretarse como proporciones de varianza explicada conjunta; esta fue estimada en los modelos de regresión múltiple.

Tabla 5.
Correlación entre las dimensiones de HHSS y la ideación
suicida negativa y positiva

		Ideación suicida negativa	Ideación suicida positiva
HHSS 1: Interactuar con desconocidos	r	-.346	.201
	r ²	.119	.040
	p	< .001	< .001
HHSS 2: Expresar sentimientos positivos	r	-.445	.414
	r ²	.198	.171
	p	< .001	< .001
HHSS 3: Afrontar las críticas	r	-.497	.382
	r ²	.247	.147
	p	< .001	< .001
HHSS 4: Interactuar con las personas que me atraen	r	-.290	.171
	r ²	.084	.029
	p	< .001	< .001
HHSS 5: Mantener la calma ante las críticas	r	-.512	.400
	r ²	.263	.160
	p	< .001	< .001
HHSS 6: Hablar en público/interactuar con superiores	r	-.452	.398
	r ²	.204	.158
	p	< .001	< .001
HHSS 7: Afrontar situaciones de hacer el ridículo	r	-.324	.190
	r ²	.105	.036
	p	< .001	< .001
HHSS 8: Defender los propios derechos	r	-.444	.349
	r ²	.197	.121
	p	< .001	< .001
HHSS 9: Pedir disculpas	r	-.420	.370
	r ²	.176	.137
	p	< .001	< .001
HHSS 10: Rechazar peticiones	r	-.476	.400
	r ²	.226	.160
	p	< .001	< .001

El modelo final explica el 33.1% de la varianza en la ideación suicida negativa (R^2 ajustado = .331), mostrando que

las dimensiones de habilidades sociales incluidas contribuyen significativamente a la reducción de pensamientos suicidas.

Todos los cambios en R^2 fueron estadísticamente significativos ($p < .001$), lo que indica que cada variable incorporada aporta de manera incremental a la predicción. El valor Durbin-Watson (.901)

sugiere autocorrelación positiva leve en los residuos, por lo que se recomienda verificar independencia mediante gráficos de residuos o corrección por errores robustos.

Tabla 6.
Regresión lineal múltiple por pasos para la predicción de la ideación suicida negativa

Modelo	R	R^2	R^2 ajustado	EE de la estimación	Estadísticos de cambio					Durbin-Watson
					Cambio en R^2	Cambio en F	gl1	gl2	Sig. Cambio en F	
1	.512 ^a	.262	.261	7.956	.262	299.005	1	841	<.001	
2	.558 ^b	.311	.309	7.693	.049	59.506	1	840	<.001	
3	.572 ^c	.327	.325	7.608	.016	19.920	1	839	<.001	
4	.578 ^d	.334	.331	7.573	.007	8.691	1	838	.003	.901

Nota. a. Predictores: (Constante), HHSS 5; b. Predictores: (Constante), HHSS 5, HHSS 3; c. Predictores: (Constante), HHSS 5, HHSS 3, HHSS 2; d. Predictores: (Constante), HHSS 5, HHSS 3, HHSS 2, HHSS 10; Variable dependiente: Ideación suicida negativa.

El modelo final identifica cuatro predictores significativos de la ideación suicida negativa. La dimensión con mayor peso estandarizado fue Mantener la calma ante las críticas ($\beta = -.245$), seguida por Afrontar las críticas ($\beta = -.167$), Expresar sentimientos positivos ($\beta = -.149$) y Rechazar peticiones ($\beta = -.125$). Todos los coeficientes fueron estadísticamente

significativos ($p < .01$). Los valores de VIF (entre 1.641 y 2.383) confirman la ausencia de colinealidad severa. En conjunto, los resultados evidencian que las habilidades sociales centradas en la regulación emocional y la asertividad son las que más contribuyen a la disminución de la ideación suicida negativa.

Tabla 7.
Coefficientes de la regresión lineal múltiple por pasos

Modelo	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados	t	Sig.	Estadísticas de colinealidad	
	B	Desv. Error	Beta			Tolerancia	VIF
1 (Constante)	25.471	1.053		24.195	<.001		
HHSS 5	-1.354	.078	-.512	-17.292	<.001	1.000	1.000
2 (Constante)	28.326	1.083		26.152	<.001		
HHSS 5	-.870	.098	-.329	-8.847	<.001	.593	1.687
HHSS 3	-.705	.091	-.287	-7.714	<.001	.593	1.687
3 (Constante)	29.630	1.110		26.687	<.001		
HHSS 5	-.748	.101	-.283	-7.410	<.001	.550	1.819
HHSS 3	-.544	.097	-.221	-5.593	<.001	.511	1.955
HHSS 2	-.361	.081	-.162	-4.463	<.001	.609	1.641
4 (Constante)	30.280	1.127		26.868	<.001		
HHSS 5	-.647	.106	-.245	-6.097	<.001	.493	2.030
HHSS 3	-.410	.107	-.167	-3.839	<.001	.420	2.383
HHSS 2	-.332	.081	-.149	-4.084	<.001	.600	1.667
HHSS 10	-.305	.104	-.125	-2.948	.003	.445	2.250

Discusión

El presente estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre las habilidades sociales (HHSS) y la ideación suicida positiva y negativa en estudiantes universitarios de Lima, considerando las HHSS como posibles factores protectores frente al riesgo suicida. En conjunto, los resultados mostraron que la mayoría de los participantes presentó niveles bajos de ideación suicida negativa y niveles medios de HHSS, así como una frecuencia relativamente alta de ideación suicida positiva. En el plano asociativo, se halló una correlación negativa moderada y significativa entre las HHSS y la ideación suicida negativa, y una correlación positiva moderada con la ideación suicida positiva. Además, el modelo de regresión múltiple indicó que cuatro dimensiones específicas (mantener la calma ante las críticas, afrontar las

críticas, expresar sentimientos positivos y rechazar peticiones) explicaron aproximadamente un tercio de la varianza en la ideación suicida negativa, lo que sugiere un efecto protector de relevancia clínica.

Estos resultados coinciden con la comprensión actual de la ideación suicida como un fenómeno dinámico y variable, más que como un rasgo estable. Estudios recientes muestran que la intensidad y la frecuencia de los pensamientos suicidas fluctúan según la sensibilidad al estrés, la regulación emocional y los recursos interpersonales disponibles (Kleiman et al., 2017; Oquendo et al., 2021). Aunque este estudio no utilizó metodologías como la evaluación ecológica momentánea, los hallazgos sugieren que un repertorio más amplio de HHSS puede funcionar como un amortiguador frente a los estresores cotidianos, reduciendo la probabilidad de

que el malestar derive en pensamientos autodestructivos.

En línea con la Teoría Interpersonal del Suicidio (Van Orden et al., 2010), la presencia de HHSS más desarrolladas podría disminuir la percepción de falta de pertenencia y de carga interpersonal, procesos centrales en la aparición de la ideación suicida. La capacidad para manejar la crítica, comunicar afecto y establecer límites personales fortalece el sentido de competencia interpersonal y el reconocimiento social, lo cual amortigua estados afectivos asociados con la desesperanza y el aislamiento. Estos resultados se suman a evidencia previa que vincula recursos relacionales como la autoestima, la regulación emocional y la autoeficacia social con menor riesgo suicida en jóvenes (Gómez et al., 2020; Gómez-Romero et al., 2018; González et al., 2019).

El patrón observado en las dimensiones de HHSS también aporta información relevante para la prevención. Las habilidades con mayor peso predictivo (mantener la calma ante las críticas, afrontar críticas, expresar sentimientos positivos y rechazar peticiones) comparten componentes de autorregulación emocional y asertividad. Esto sugiere que no todas las HHSS contribuyen en igual medida a la reducción del riesgo, sino que aquellas vinculadas al manejo de la evaluación negativa, la expresión emocional y la asertividad serían especialmente valiosas en el contexto universitario. Esta interpretación coincide con estudios que indican que las dificultades para gestionar el rechazo, la crítica o la exposición social incrementan

la vulnerabilidad a la ideación suicida (Brown et al., 2019; Clement et al., 2023).

Respecto a la ideación suicida positiva, los resultados muestran que una parte importante de los estudiantes mantiene cogniciones protectoras relacionadas con proyectos, vínculos y razones para vivir. Esto es coherente con el concepto de resiliencia suicida, entendido como la capacidad de sostener la continuidad vital a pesar del dolor psicológico (Wang et al., 2022). El hecho de que las HHSS se asocien positivamente con esta dimensión refuerza la importancia de intervenciones que no solo busquen reducir síntomas, sino también fortalecer capacidades interpersonales que promuevan el sentido de propósito y pertenencia.

En términos generales, los resultados permiten reconocer que las habilidades sociales deben ocupar un lugar más central dentro de las acciones de prevención del suicidio en contextos universitarios. Los hallazgos indican que no basta con implementar programas amplios o indiferenciados, sino que se requieren intervenciones que trabajen componentes muy específicos de la interacción social, especialmente aquellos vinculados al manejo emocional frente a situaciones desafiantes, la expresión adecuada de emociones y la comunicación asertiva. Esta orientación coincide con las propuestas actuales en prevención, que señalan la necesidad de desarrollar estrategias ajustadas a los perfiles particulares de riesgo y a los recursos psicológicos de cada grupo de estudiantes (Franklin et al., 2017; Saab et al., 2022).

El diseño transversal de este estudio no permite establecer causalidad y la muestra no probabilística restringe la posibilidad de generalizar los resultados. Por ello, investigaciones futuras podrían incorporar diseños longitudinales o experimentales, así como mediciones de estrés percibido y variabilidad emocional en tiempo real, lo cual permitiría comprobar si las habilidades sociales efectivamente modifican la manera en que la persona responde a los estresores.

A la luz de los resultados y del marco teórico reciente, proponemos: (1) tamizaje rutinario de IS y estrés percibido en servicios universitarios; (2) intervenciones transversales en HHSS con componentes

de regulación del estrés y apoyo entre pares; (3) evaluación de resultados intermedios (pertenencia, autoeficacia interpersonal) para verificar mecanismos. Este enfoque es consistente con la meta de aumentar la resiliencia suicida en población general joven (Wang et al., 2022).

Financiamiento

La presente investigación fue autofinanciada.

Conflictos de interés

Los autores declaran que no tienen conflictos de interés.

Referencias

- Akram, U., Irvine, K., Gardani, M., Allen, S., Akram, A., & Stevenson, J. (2023). Prevalence of anxiety, depression, mania, insomnia, stress, suicidal ideation, psychotic experiences, & loneliness in UK university students. *Scientific Data*, 10(1), 5205. <https://doi.org/10.1038/s41597-023-02520-5>
- Allen, N. B., Nelson, B. W., Brent, D., & Auerbach, R. P. (2019). Short-term prediction of suicidal thoughts and behaviors in adolescents: Can recent developments in technology and computational science provide a breakthrough? *Journal of Affective Disorders*, 250, 163-169. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.03.044>
- Bernanke, J. A., Stanley, B. H., & Oquendo, M. A. (2017). Toward fine-grained phenotyping of suicidal behavior. *Molecular Psychiatry*, 22(8), 1080-1081. <https://doi.org/10.1038/mp.2017.123>
- Brown, S. L., Mitchell, S. M., Roush, J. F., La Rosa, N. L., & Cukrowicz, K. C. (2019). Rejection sensitivity and suicide ideation among psychiatric inpatients: An integration of two theoretical models. *Psychiatry Research*, 272, 54-60. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.009>
- Brzoska, P., & Razum, O. (2010). *Validity issues in quantitative migrant health research*. Peter Lang.
- Busby, J., Batterham, P. J., McCallum, S. M., Werner-Seidler, A., & Cleave, A. L. (2023). Specific anxiety and depression symptoms are risk factors for the onset of suicidal ideation and suicide attempts in youth. *Journal of Affective Disorders*, 327, 299-305. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.02.024>
- Caballo, V. (2005). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* (6.a ed.). Siglo XXI.
- Caballo, V., Salazar, I., & Equipo de Investigación CISO-A España. (2017). Desarrollo y validación del CHASO. *Psicología Conductual*, 25(1), 5-24. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2018/10/01.Caballo_25-1-1.pdf
- Campo-Arias, A., & Oviedo, H. C. (2008). Propiedades psicométricas. *Revista de Salud Pública*, 10(5), 831-839. <https://www.redalyc.org/pdf/422/42210515.pdf>
- Clement, D., Awad, S., Oliphant, V., & Wingate, L. (2023). Race-based rejection sensitivity and the integrated motivational volitional model of suicide in a

- sample of black women. *Clinical Psychological Science*, 12(2). <https://doi.org/10.1177/21677026221147265>
- Franklin, J. C., Ribeiro, J. D., Fox, K. R., Bentley, K. H., Kleiman, E. M., Huang, X., Musacchio, K. M., Jaroszewski, A. C., Chang, B. P., & Nock, M. K. (2017). Risk factors for suicidal thoughts and behaviors: A meta-analysis of 50 years of research. *Psychological Bulletin*, 143(2), 187-232. <https://doi.org/10.1037/bul0000084>
- Gerner, J. L., Moscardini, E. H., Mitchell, S. M., Hill, R. M., & Tucker, R. P. (2023). Examination of real-time variation in interpersonal hopelessness and suicidal desire in a college student sample reporting past-2-week suicidal ideation. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 53(5), 893-905. <https://doi.org/10.1111/sltb.12991>
- Gili, M., Castellví, P., Vives, M., de la Torre-Luque, A., Almenara, J., Blasco, M. J., Cebrià, A. I., Gabilondo, A., Pérez-Ara, M. A., Lagares, C., Parés-Badell, O., Piqueras, J. A., Rodríguez-Jiménez, T., Rodríguez-Marín, J., Soto-Sanz, V., Alonso, J., & Roca, M. (2019). Mental disorders as risk factors for suicidal behavior in young people: A meta-analysis and systematic review of longitudinal studies. *Journal of Affective Disorders*, 245, 152-162. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.10.115>
- Gómez, A., Núñez, C., Agudelo, M. P., & Caballo, V. E. (2020). Riesgo suicida y autoestima. *Terapia Psicológica*, 38(3), 403-426. <http://doi.org/10.4067/S0718-48082020000300403>
- Gómez-Romero, M., Limonero, J., Toro, J., Montes-Hidalgo, J., & Tomás-Sábado, J. (2018). Relación entre inteligencia emocional, afecto negativo y riesgo suicida en jóvenes universitarios. *Ansiedad y Estrés*, 24(1), 18-23. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2017.10.007>
- González, J., Franco, D., Marín, A., & Restrepo, S. (2019). Habilidades sociales y riesgo suicida en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Armenia (Quindío, Colombia). *Revista Ciencias de la Salud*, 17(1), 18-33. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6844573>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- Hulin, C., Netemeyer, R., & Cudeck, R. (2001). Can a reliability coefficient be too high. *Journal of Consumer Psychology*, 10, 55-58. https://doi.org/10.1207/S15327663JCP1001&2_05

- Kleiman, E. M., Turner, B. J., Fedor, S., Beale, E. E., Huffman, J. C., & Nock, M. K. (2017). Examination of real-time fluctuations in suicidal ideation and its risk factors: Results from two ecological momentary assessment studies. *Journal of Abnormal Psychology*, 126(6), 726-738. <https://doi.org/10.1037/abn0000273>
- Klonsky, E. D., Saffer, B. Y., & Bryan, C. J. (2018). Ideation-to-action theories of suicide: A conceptual and empirical update. *Current Opinion in Psychology*, 22, 38-43. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.07.020>
- Layrón, J. E., Conchado, A., Marco, J. H., Barrigón, M., Baca-García, E., & Pérez Rodríguez, S. (2022). Trajectory analysis of suicidal ideation in Spanish college students using ecological momentary assessment. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 853464. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.853464>
- Mandel, A. A., Revzina, O., Hunt, S., & Rogers, M. L. (2024). Ecological momentary assessments of cognitive dysfunction and passive suicidal ideation among college students. *Behaviour Research and Therapy*, 180, 104602. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2024.104602>
- Ministerio de Salud (MINSA). (2022). *El 71.5 % de los casos de intento de suicidio en el Perú es de personas entre 15 y 34 años*. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/648965-el-71-5-de-los-casos-de-intento-de-suicidio-en-el-peru-es-de-personas-entre-15-y-34-anos>
- Monjas, M. I. (2000). *Las habilidades sociales en el currículo*. Ministerio de Educación. <https://test.panaacea.org/wp-content/uploads/2016/03/Habilidades-Sociales-en-el-Curr%C3%ADculo.pdf>
- Mortier, P., Demyttenaere, K., Auerbach, R. P., Cuijpers, P., Green, J. G., Kiekens, G., Kessler, R. C., Nock, M. K., Zaslavsky, A. M., & Bruffaerts, R. (2017). First onset of suicidal thoughts and behaviours in college. *Journal of Affective Disorders*, 207, 291-299. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.09.033>
- Oquendo, M. A., Galfalvy, H. C., Choo, T. H., Kandlur, R., Burke, A. K., Sublette, M. E., Miller, J. M., Mann, J. J., & Stanley, B. H. (2021). Highly variable suicidal ideation: A phenotypic marker for stress induced suicide risk. *Molecular Psychiatry*, 26(9), 5079-5086. <https://doi.org/10.1038/s41380-020-0819-0>
- Organización Mundial de la Salud. (2023). *Suicide*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>

- Osman, A., Gutierrez, P. M., Kopper, B. A., Barrios, F. X., & Chiro, C. E. (1998). The positive and negative suicide ideation inventory: Development and validation. *Psychological Reports*, 82(3), 783-793. <https://doi.org/10.2466/pro.1998.82.3.783>
- Pineda, A. (2021). Inteligencia emocional y toma de decisiones bioéticas. *Revista Iberoamericana de Bioética*, 16, 1-11. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7993330>
- Ross, J. M., Barone, J. C., Tauseef, H., Schmalenberger, K. M., Nagpal, A., Crane, N. A., & Eisenlohr-Moul, T. A. (2024). Predicting acute changes in suicidal ideation and planning: A longitudinal study of symptom mediators and the role of the menstrual cycle in female psychiatric outpatients with suicidality. *The American Journal of Psychiatry*, 181(1), 57-67. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.20230303>
- Saab, M. M., Murphy, M., Meehan, E., Dillon, C. B., O'Connell, S., Hegarty, J., Heffernan, S., Greaney, S., Kilty, C., Goodwin, J., Hartigan, I., O'Brien, M., Chambers, D., Twomey, U., & O'Donovan, A. (2022). Suicide and self-harm risk assessment: A systematic review of prospective research. *Archives of Suicide Research: Official Journal of the International Academy for Suicide Research*, 26(4), 1645-1665. <https://doi.org/10.1080/13811118.2021.1938321>
- Salovey, P., & Grewal, D. (2006). Inteligencia emocional. *Mente y Cerebro*, 16, 10-20.
- Turecki, G., & Brent, D. A. (2016). Suicide and suicidal behaviour. *Lancet*, 387(10024), 1227-1239. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)00234-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)00234-2)
- Van Orden, K. A., Witte, T. K., Cukrowicz, K. C., Braithwaite, S. R., Selby, E. A., & Joiner, T. E., Jr. (2010). The interpersonal theory of suicide. *Psychological Review*, 117(2), 575-600. <https://doi.org/10.1037/a0018697>
- Villalobos, F. (2009). Validez y fiabilidad del Inventario de Ideación Suicida Positiva y Negativa - PANSI, en estudiantes colombianos. *Universitas Psychologica*, 9(2), 509-520. https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1657-92672009000200017&script=sci_abstract
- Wang, X., Lu, Z., & Dong, C. (2022). Suicide resilience: A concept analysis. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 984922. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.984922>

Recibido: 22 de diciembre de 2025

Revisado: 9 de febrero de 2026

Aceptado: 14 de marzo de 2026