



Revista del Hospital Psiquiátrico de La Habana



Volumen 23 | Año 2026 | Publicación continua
ISSN: 0138-7103 | RNPS: 2030

Comunicación breve

Bienestar subjetivo y ansiedad en la ideación suicida universitaria: análisis de mediación

Subjective Well-Being and Anxiety in University Suicidal Ideation: a Mediation Analysis

Alberto Guevara Tirado¹✉ 

¹Universidad Científica del Sur, Facultad de Medicina Humana, Lima, Perú

Recibido: 25/10/2025

Aceptado: 04/01/2026

Editor: Yaritza Ramos Córdova

Resumen

Introducción: Bajo bienestar subjetivo puede favorecer ansiedad y riesgo de ideación suicida en jóvenes universitarios

Objetivo: Analizar la relación entre bienestar subjetivo e ideación suicida en estudiantes universitarios, considerando el papel mediador de la ansiedad.

Método: Estudio de corte transversal basado en datos secundarios de 2992 estudiantes universitarios. Las variables incluidas fueron bienestar subjetivo, ansiedad, ideación suicida y factores sociodemográficos. La consistencia interna de las escalas se evaluó mediante alfa de Cronbach y omega de McDonald. Las relaciones entre las variables se analizaron mediante el macro PROCESS modelo 4 de Hayes, aplicando un análisis de mediación simple ajustado por covariables. El efecto indirecto se estimó mediante bootstrap de 5000 remuestreos, obteniendo intervalos de confianza al 95 %. Se elaboró una figura representando el modelo teórico de mediación propuesto.

Resultados: Todas las escalas mostraron alta consistencia interna (α y $\omega > 0,80$). El bienestar subjetivo total se asoció de manera inversa con los niveles de ansiedad ($B = -0,28$). Ser mujer y pertenecer a un estrato socioeconómico más alto se asociaron con mayor ansiedad ($B = 0,19$ y $B = 0,04$). El bienestar subjetivo también mostró relación inversa con la ideación suicida ($OR = 0,69$), mientras que la ansiedad se asoció positivamente con ella ($OR = 2,18$). Se confirmó un efecto indirecto significativo de bienestar sobre ideación suicida vía ansiedad ($B = -0,22$).

Conclusiones: En estudiantes universitarios, un menor bienestar subjetivo se vinculó con mayor ideación suicida, mediada en parte por la ansiedad, destacando su relevancia para la prevención.

Palabras clave: bienestar subjetivo; ansiedad; ideación suicida; estudiantes; análisis de mediación.

Abstract

Introduction: Low subjective well-being may increase anxiety and the risk of suicidal ideation among young university students.

Objective: Analyze the relationship between subjective well-being and suicidal ideation in university students, considering the mediating role of anxiety.

Method: Cross-sectional study based on secondary data from 2,992 university students. The variables included were: subjective well-being, anxiety, suicidal ideation, and sociodemographic factors. Internal consistency of the scales was evaluated using Cronbach's alpha and McDonald's omega. Relationships among the variables were analyzed using Hayes' PROCESS macro model 4, applying a simple mediation analysis adjusted for covariates. The indirect effect was estimated through bootstrap with 5,000 resamples, obtaining 95% confidence intervals. A figure was created to illustrate the proposed theoretical mediation model.



Results: All scales showed high internal consistency (α and $\omega > 0.80$). Total subjective well-being was inversely associated with anxiety levels ($B = -0.28$). Being female and belonging to a higher socioeconomic stratum were associated with greater anxiety ($B = 0.19$ and $B = 0.04$). Subjective well-being was inversely associated with suicidal ideation ($OR = 0.69$), while anxiety was positively associated ($OR = 2.18$). A significant indirect effect of well-being on suicidal ideation via anxiety was confirmed ($B = -0.22$).

Conclusions: Among university students, lower subjective well-being was linked to greater suicidal ideation, partially mediated by anxiety, highlighting its relevance for prevention.

Keywords: subjective well-being; anxiety; suicidal ideation; students; mediation analysis.

Introducción

La ideación suicida constituye un grave problema de salud pública y una de las principales causas de muerte en personas jóvenes a nivel mundial. ^(1,2) En los últimos años, se ha observado un incremento sostenido de la ideación suicida en población universitaria, con prevalencias que oscilan entre 10 % y 30 %, según reportes recientes de América Latina, Norteamérica, Europa y Asia. ⁽³⁻⁶⁾ Este patrón es particularmente preocupante, dado que la etapa universitaria coincide con un periodo de transición caracterizado por presiones académicas, inestabilidad económica, cambios en las redes de apoyo y exigencias sociales que incrementan la vulnerabilidad psicológica. Estudios recientes señalan que los estudiantes universitarios presentan niveles más altos de ansiedad, depresión y malestar emocional que otros grupos etarios, ^(7,8) lo que subraya la necesidad de examinar factores protectores y mecanismos de riesgo relevantes en este contexto.

El bienestar subjetivo ha emergido como un constructo central para comprender el funcionamiento emocional y la calidad de vida. Este integra satisfacción vital, experiencias emocionales positivas y la ausencia de malestar, y se ha asociado con menor riesgo de trastornos afectivos y comportamientos autolesivos. Diversa literatura contemporánea muestra que niveles bajos de bienestar subjetivo se vinculan con mayor sintomatología ansiosa y con la presencia de pensamientos suicidas, incluso en estudios multicéntricos realizados en países latinoamericanos y asiáticos. ⁽⁹⁻¹²⁾ Sin embargo, la evidencia sobre esta relación en estudiantes universitarios de la región es limitada, lo que dificulta comprender la especificidad cultural del fenómeno.

La ansiedad, por su parte, es uno de los problemas de salud mental más frecuentes en universitarios y un predictor robusto de ideación y conducta suicida. Análisis recientes indican que hasta uno de cada tres estudiantes reporta síntomas ansiosos clínicamente relevantes, ⁽¹³⁻¹⁵⁾ lo que convierte a este constructo en un componente crítico para la comprensión del riesgo suicida. Desde modelos cognitivo-afectivos contemporáneos se plantea que la ansiedad puede actuar como mediadora entre bienestar subjetivo y riesgo suicida, al favorecer la rumiación, disminuir la percepción de control y amplificar el malestar

emocional asociado a experiencias vitales adversas. Pese a su relevancia teórica, esta ruta explicativa ha sido poco evaluada mediante técnicas formales de mediación en poblaciones universitarias latinoamericanas. ^(16, 17)

Ante esta brecha de conocimiento, resulta necesario analizar de forma integrada cómo se relacionan el bienestar subjetivo, la ansiedad y la ideación suicida en estudiantes universitarios, mediante métodos estadísticos que permitan evaluar procesos intermedios entre los constructos. El presente estudio tuvo como objetivo examinar la asociación entre bienestar subjetivo e ideación suicida, y el papel mediador de la ansiedad a partir de un análisis secundario de datos públicos. Esta aproximación permite aportar evidencia reciente y contextualizada que contribuya a orientar estrategias preventivas, así como a fortalecer la comprensión de los mecanismos psicológicos involucrados en el riesgo suicida en población joven.

Método

Diseño y población

Estudio de corte basado en el análisis de la base de datos pública *Self-reported subjective well-being and mental health of college students – 2022* (Mendeley Data). La información fue recolectada originalmente durante el 2022 en una universidad privada de tamaño mediano en Cali, Colombia. ⁽¹⁵⁾ La población fuente incluyó a 2992 estudiantes de pregrado que participaron de forma voluntaria y anónima mediante un cuestionario autoadministrado en línea que integró preguntas sociodemográficas (sexo, edad, identidad étnica, estrato socioeconómico y educación de los padres), así como escalas estandarizadas para medir bienestar subjetivo y salud mental.

Para el presente análisis se empleó la totalidad de los registros disponibles, dado que no se identificaron valores perdidos en las variables centrales del estudio (bienestar subjetivo, ansiedad, ideación suicida y covariables sociodemográficas). En consecuencia, no fue necesario excluir casos ni depurar la base. Dado que se trabajó exclusivamente con datos secundarios anonimizados, no se realizó contacto directo con los participantes ni se llevó a cabo recolección primaria adicional de información.

Variables y mediciones

Las variables sociodemográficas incluyeron sexo biológico (hombre, mujer), edad en años, estrato socioeconómico según la clasificación oficial colombiana (de 1 = bajo-bajo a 6 = alto), identidad étnica/autorreconocimiento (indígena, frodescendiente/negro/mulato/afrocolombiano, raizal/palenquero/gitano, ninguna) y años de educación del padre y de la madre, reportados por los estudiantes.



El bienestar subjetivo (SWB) se evaluó con diez ítems que exploraron experiencias emocionales positivas (satisfacción con la vida, felicidad, risa, aprendizaje de cosas nuevas y disfrute) y negativas (preocupación, depresión, ira, estrés y soledad), mediante escalas ordinales de bienestar percibido. Se calcularon puntajes de bienestar positivo, negativo y total, con inversión de los ítems negativos y el promedio de los valores para obtener el SWB total.

La ansiedad se midió con la escala *Generalized Anxiety Disorder-7* (GAD-7), conformada por siete ítems sobre síntomas ansiosos durante las últimas dos semanas. Se generaron tanto un puntaje continuo (GAD_MEAN) como una variable categórica, que clasifica ansiedad mínima, leve, moderada y severa.

La ideación suicida se identificó con el ítem 9 del cuestionario PHQ-9, que indaga sobre pensamientos de autolesión o muerte, dicotomizado en presencia (sí) y ausencia (no). Se confirmó la validez psicométrica de todas las escalas en la población universitaria analizada mediante la alta consistencia interna (α y $\omega > 0,80$).

Análisis estadístico

La consistencia interna de las escalas empleadas se evaluó con jamovi (versión 2.6.26) antes de los modelos de regresión y mediación. Se calcularon el alfa de Cronbach (α) y el omega de McDonald (ω) para las dimensiones positiva y negativa de bienestar subjetivo y para la escala GAD-7. El alfa permitió estimar la homogeneidad de los ítems dentro de cada constructo, mientras que el omega, menos sensible a supuestos estrictos de tau-equivalencia, aportó una medida complementaria de fiabilidad basada en varianza común. Estos indicadores se usaron para asegurar que las variables latentes fueran consistentes antes de proceder a su análisis como predictores y mediadores.

El modelamiento de relaciones entre variables se realizó con el macro PROCESS 5.0 para SPSS *statistics* versión 27, con empleo del modelo 4 de Hayes (mediación simple). En un primer paso, se estimó una regresión lineal ordinaria para predecir ansiedad a partir del bienestar subjetivo total. Se ajustó por sexo, edad, estrato socioeconómico, identidad étnica y años de educación de madre y padre. Este análisis entregó el coeficiente y permitió identificar covariables asociadas a ansiedad.

En un segundo paso, se realizó una regresión logística binaria que tuvo como desenlace la ideación suicida. En el modelo se incluyeron, de manera simultánea, el bienestar subjetivo y la ansiedad, junto con las mismas covariables sociodemográficas. A partir de este análisis se estimaron tanto el efecto directo del bienestar subjetivo sobre la ideación suicida como el efecto de la ansiedad sobre este desenlace. Se obtuvieron razones de momios y sus intervalos de confianza al 95 % para interpretar la magnitud de las asociaciones en un resultado dicotómico.

El efecto indirecto del bienestar subjetivo sobre la ideación suicida a través de la ansiedad se calculó con un método de remuestreo *bootstrap* con 5000 iteraciones para generar intervalos de confianza sin asumir una distribución normal del efecto. De esta forma, se pudo estimar con mayor robustez la influencia que ejerce el bienestar sobre la ideación suicida a través de la ansiedad. Además, se reportaron indicadores de ajuste para los modelos, como el coeficiente de determinación ajustado en el análisis lineal y los pseudo R^2 de Nagelkerke y Cox-Snell en la regresión logística, para valorar la capacidad explicativa global.

Finalmente, la representación gráfica del modelo de mediación se elaboró en *Microsoft Power Point* 2016. Se mostraron solo los caminos estadísticamente significativos e indicó que los análisis fueron controlados por todas las covariables incluidas. Esta figura se diseñó para comunicar de manera clara la relación directa e indirecta entre bienestar subjetivo, ansiedad e ideación suicida.

Consideraciones éticas

Este estudio se basó en el análisis secundario de la base de datos pública *Self-reported subjective well-being and mental health of college students – 2022* (Mendeley Data). El conjunto se encuentra disponible bajo licencia *Creative Commons* CC BY 4.0, lo que garantiza la protección de la identidad de los participantes y permite su reutilización para fines de investigación secundaria sin necesidad de contacto directo ni recolección de información adicional. Dado el carácter abierto y anonimizado de los datos, el presente análisis no implicó riesgo adicional para los individuos y no requirió aprobación ética adicional. Asimismo, el manejo de la información se realizó en conformidad con los principios establecidos en la Declaración de Helsinki, particularmente en lo referido al uso de datos anónimos y a la protección de la confidencialidad.

La base de datos e información relacionada se encuentran disponibles en el siguiente enlace: <https://data.mendeley.com/datasets/bytb22nf7m/1>

Resultados

En la cohorte evaluada predominó una edad temprana y educación parental media-alta, con amplia representación de estratos socioeconómicos medios. Las dimensiones de bienestar subjetivo evidenciaron variabilidad, con una proporción relevante de respuestas en niveles bajos para indicadores emocionales como preocupación, depresión, ira y estrés. Asimismo, se observó una presencia no despreciable de ideación suicida y síntomas ansiosos recurrentes, lo que sugiere vulnerabilidad psicológica en una población universitaria aparentemente heterogénea en contexto socioeconómico y cultural (tabla 1).



Tabla 1. Características sociodemográficas y distribución de bienestar y salud mental

Variable	Categorías / estadísticos
Sexo	Hombre 1407 (47,0 %); Mujer 1585 (53,0 %)
Estrato socioeconómico	E1 bajo-bajo 211 (7,1 %); E2 bajo 530 (17,7 %); E3 medio-bajo 633 (21,2 %); E4 medio 636 (21,3 %); E5 medio-alto 653 (21,8 %); E6 alto 329 (11,0 %)
Identidad étnica	Indígena 71 (2,4 %); Afrodescendiente 6 (0,2 %); Raizal/Palenquero/Gitano 289 (9,7 %); Ninguna 2626 (87,8 %)
Satisfacción con la vida	Completamente insatisfecho/muy baja-baja 346 (11,6 %); intermedia 322 (10,8 %); moderada-máxima 2324 (77,6 %)
Felicidad ayer	Completamente insatisfecho/muy baja-baja 536 (17,9 %); intermedia 388 (13,0 %); moderada-máxima 2068 (69,1 %)
Risa ayer	Completamente insatisfecho/muy baja-baja 792 (26,5 %); intermedia 346 (11,6 %); moderada-máxima 1854 (61,9 %)
Aprendió cosas nuevas ayer	Completamente insatisfecho/muy baja-baja 838 (28,0 %); intermedia 379 (12,7 %); moderada-máxima 1775 (59,3 %)
Disfrute de actividades ayer	Completamente insatisfecho/muy baja-baja 572 (19,1 %); intermedia 344 (11,5 %); moderada-máxima 2076 (69,4 %)
Preocupación ayer	Completamente insatisfecho/muy baja-baja 1023 (34,2 %); intermedia 307 (10,3 %); moderada-máxima 1662 (55,5 %)
Se sintió deprimido ayer	Completamente insatisfecho/muy baja-Baja 1518 (50,7 %); intermedia 305 (10,2 %); moderada-máxima 1169 (39,1 %)
Ira ayer	Completamente insatisfecho/muy baja-baja 1603 (53,6 %); intermedia 222 (7,4 %); moderada-máxima 1167 (39,0 %)
Estrés ayer	Completamente insatisfecho/muy baja-baja 1040 (34,7 %); intermedia 312 (10,4 %); moderada-máxima 1640 (54,8 %)
Ansiedad GAD-7 (ítems globales)	Nada 600 (20,1 %); varios días 1519 (50,8 %); \geq mitad días 873 (29,2 %)
Ideación suicida (PHQ-9 ítem 9)	No 2165 (72,4 %); Sí 827 (27,6 %)
Edad (años)	Media = 19,97; DE = 3,10; rango 0–49
Años de educación del padre	Media = 15,01; DE = 5,51; rango 0–43
Años de educación de la madre	Media = 15,00; DE = 6,54; rango 0–51

Fuente: elaboración propia

El análisis de consistencia interna evidenció propiedades psicométricas sólidas en todas las medidas empleadas. El constructo de bienestar subjetivo mostró una adecuada homogeneidad interna tanto para la dimensión positiva ($\alpha = 0,839$; $\omega = 0,848$) como para la negativa ($\alpha = 0,831$; $\omega = 0,833$), con valores excelentes al considerar el puntaje total ($\alpha = 0,867$; $\omega = 0,870$). De manera consistente, la escala de ansiedad generalizada (GAD-7) presentó coeficientes de fiabilidad elevados ($\alpha = 0,867$; $\omega = 0,870$). La inclusión de ω de McDonald complementa el alfa de Cronbach, y se confirmó que la varianza de los ítems se explica principalmente por un factor latente común, lo que reforzó la validez de uso de estas medidas en la población universitaria analizada (tabla 2).

Tabla 2. Fiabilidad interna de las escalas empleadas

Escala	Nº ítems	α de Cronbach	ω de McDonald
SWB positivo	5	0,839	0,848
SWB negativo	5	0,831	0,833
SWB total	10	0,867	0,87
Ansiedad (GAD-7)	7	0,867	0,87

Nota: α = alfa de Cronbach; ω = coeficiente omega de McDonald. Se calcularon sobre la muestra total

Fuente: elaboración propia

El modelo de regresión lineal mostró que un menor nivel de bienestar subjetivo total se asoció significativamente con puntuaciones más altas de ansiedad ($B = -0,28$; IC95 %: $-0,30$ a $-0,26$; $p < 0,001$). Además, ser mujer se relacionó con mayores niveles de ansiedad ($B = 0,19$; IC95%: $0,12$ a $0,27$; $p < 0,001$) y un mayor estrato socioeconómico también se asoció de forma positiva, aunque con un efecto de menor magnitud ($B = 0,04$; IC95 %: $0,01$ a $0,06$; $p = 0,011$). En cambio, la identidad étnica, el nivel educativo de los padres y la edad no mostraron asociaciones estadísticamente significativas con la ansiedad. El modelo explicó aproximadamente el 29 % de la varianza de los niveles de ansiedad (R^2 ajustado = $0,29$), lo que indica una capacidad explicativa moderada (tabla 3).

Tabla 3. Modelo de regresión lineal para ansiedad

Variable	B	EE	t	p	IC95 %
Bienestar subjetivo	-0,2819	0,0106	-26,55	<0,001	-0,3027 a -0,2611
Sexo	0,1917	0,0374	5,13	<0,001	0,1184 a 0,2650
Estrato socioeconómico	0,0352	0,0139	2,54	0,011	0,0080 a 0,0624
Etnicidad	-0,0283	0,0232	-1,22	0,223	-0,0739 a 0,0172
Años de educación del padre	-0,0071	0,0049	-1,44	0,151	-0,0167 a 0,0026
Años de educación de la madre	0,0009	0,0042	0,21	0,834	-0,0073 a 0,0090
Edad	-0,0082	0,0056	-1,45	0,147	-0,0192 a 0,0029

Nota: R^2 ajustado = $0,29$

Fuente: elaboración propia

El análisis de regresión logística mostró que un mayor bienestar subjetivo total se asoció inversamente con la presencia de ideación suicida ($OR = 0,69$; IC95%: $0,64$ – $0,75$; $p < 0,001$), mientras que niveles más altos de ansiedad se asociaron positivamente con la ideación suicida ($OR = 2,18$; IC95%: $1,90$ – $2,51$; $p < 0,001$). Las demás variables sociodemográficas —sexo, estrato socioeconómico, identidad étnica, educación de los padres y edad— no evidenciaron asociaciones estadísticamente significativas con la ideación suicida. El modelo presentó un R^2 de Nagelkerke de $0,30$, que demuestra una capacidad explicativa moderada (tabla 4)

Tabla 4. Modelo de regresión logística para ideación suicida

Variable	B	EE	Z	p	OR (IC95 %)
Bienestar subjetivo	-0,3683	0,0396	-9,31	<0,001	0,69 (0,64 a 0,75)
Ansiedad	0,7808	0,0705	11,07	<0,001	2,18 (1,90 a 2,51)
Sexo	0,0272	0,1197	0,23	0,821	1,03 (0,81 a 1,30)
Estrato	-0,0409	0,0438	-0,93	0,350	0,96 (0,88 a 1,05)
Etnicidad	-0,0293	0,0681	-0,43	0,667	0,97 (0,86 a 1,11)
Años de educación del padre	0,0006	0,0156	0,04	0,968	1,00 (0,97 a 1,03)
Años de educación de la madre	0,0064	0,0131	0,49	0,626	1,01 (0,98 a 1,03)
Edad	0,0164	0,0181	0,90	0,366	1,02 (0,98 a 1,05)

Nota: R² Nagelkerke = 0,30. OR = razón de momios para ideación suicida

Fuente: elaboración propia

El análisis de mediación reveló que el bienestar subjetivo total se asoció directamente con menor presencia de ideación suicida ($B = -0,37$; IC95 %: $-0,45$ a $-0,29$; $p < 0,001$). Además, se observó un efecto indirecto significativo a través de la ansiedad ($B = -0,22$; IC95 % bootstrap: $-0,27$ a $-0,18$), esto indica que parte de la relación entre bienestar subjetivo e ideación suicida se explica por el nivel de ansiedad. Esto sugiere que un menor bienestar subjetivo puede vincularse con ideación suicida tanto de manera directa como por su impacto sobre la ansiedad (tabla 5)

Tabla 5. Efectos directo e indirecto de bienestar subjetivo sobre ideación suicida

Tipo de efecto	B	EE Boot	Z	p	IC95 %
Directo (X→Y)	-0,3683	0,0396	-9,31	<0,001	-0,4458 a -0,2907
Indirecto vía ansiedad	-0,2201	0,0216	—	—	-0,2653 a -0,1801

Fuente: elaboración propia

El modelo de mediación muestra que un mayor bienestar subjetivo se asocia con menores niveles de ansiedad ($B = -0,28$; $p < 0,001$) y, a su vez, la ansiedad se relaciona con mayor presencia de ideación suicida ($OR = 2,18$; $p < 0,001$). El bienestar subjetivo también mantiene un efecto directo e independiente sobre la ideación suicida ($OR = 0,69$; $p < 0,001$). Entre las covariables, el sexo ($B = 0,19$; $p < 0,001$) y el estrato socioeconómico ($B = 0,035$; $p = 0,011$) se asociaron significativamente con los niveles de ansiedad, aunque ninguna covariable mostró relación significativa directa con la ideación suicida. El modelo se ajustó además por etnicidad, educación de madre y padre y edad, sin asociaciones estadísticamente significativas con las variables dependientes (figura 1).

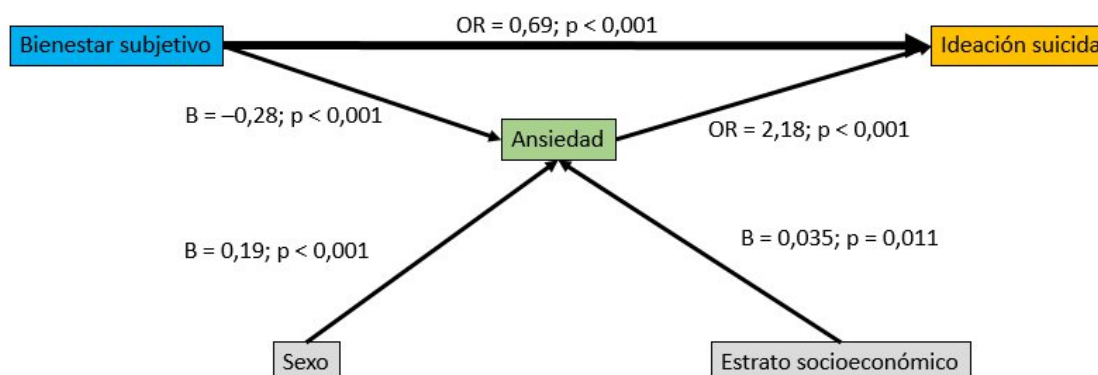


Figura 1. Modelo de mediación del bienestar subjetivo sobre ideación suicida a través de la ansiedad, ajustado por factores sociodemográficos

Fuente: elaboración propia

Discusión

El presente estudio aporta evidencia sobre la relación entre bienestar subjetivo, ansiedad e ideación suicida en estudiantes universitarios, mediante instrumentos con propiedades psicométricas robustas. La adecuada consistencia interna observada tanto en las dimensiones positiva y negativa del bienestar subjetivo como en la escala GAD-7 respalda la validez de los constructos evaluados y fortalece la interpretación de los hallazgos.

En concordancia con la literatura previa, ⁽¹⁶⁾ un menor bienestar subjetivo se relacionó con una mayor presencia de síntomas ansiosos, lo que sugiere que la insatisfacción vital y las emociones negativas pueden incrementar la vulnerabilidad psicológica al limitar recursos de afrontamiento y percepción de control. ⁽¹⁷⁾ Además, el hecho de que las mujeres y quienes pertenecen a estratos socioeconómicos más altos reportaran mayores niveles de ansiedad podría vincularse con presiones académicas y sociales diferenciadas, mayor autoexigencia y expectativas de desempeño, fenómenos descritos en poblaciones universitarias, ^(18,19)

La asociación entre bienestar subjetivo, ansiedad e ideación suicida coincide con investigaciones que destacan la influencia del malestar emocional y la baja satisfacción vital en la aparición de pensamientos suicidas. ^(20,21) La ausencia de asociación significativa de variables sociodemográficas como edad, identidad étnica y educación parental con la ideación suicida podría indicar que, en este grupo etario, los determinantes emocionales y cognitivos tienen un mayor peso explicativo que los factores de contexto familiar.

Un aspecto destacable es el papel mediador de la ansiedad, que sugiere que parte del efecto del bienestar subjetivo sobre la ideación suicida opera a través del malestar emocional. Este patrón se alinea con modelos teóricos que plantean que la percepción de amenaza interna y

la sobrecarga emocional actúan como mecanismos intermedios entre el bienestar percibido y el riesgo suicida. ^(22,23) Desde una perspectiva práctica, estos resultados refuerzan la importancia de estrategias preventivas orientadas a promover el bienestar subjetivo y abordar la ansiedad como un componente clave para reducir la vulnerabilidad a la ideación suicida.

Los hallazgos de este estudio ofrecen implicancias relevantes tanto para la práctica como para futuras investigaciones. Resaltan la necesidad de implementar en el ámbito universitario programas de promoción del bienestar subjetivo que incluyan psicoeducación emocional, fortalecimiento de habilidades de afrontamiento y estrategias para mejorar la satisfacción vital, con el fin de reducir síntomas ansiosos y, potencialmente, el riesgo suicida. También apoyan integrar evaluaciones rutinarias de ansiedad y bienestar en los servicios de salud mental estudiantiles para detectar vulnerabilidad temprana y ofrecer intervenciones basadas en evidencia. Finalmente, subrayan la importancia de estudios longitudinales y modelos multivariados que examinen otros mediadores y moderadores, como resiliencia, apoyo social o eventos vitales, para optimizar estrategias preventivas culturalmente pertinentes.

Sin embargo, también se abren interrogantes que podrían guiar nuevas líneas de trabajo. ¿Hasta qué punto la relación entre bienestar subjetivo y riesgo suicida varía según otros factores emocionales como la depresión o la desesperanza, que no fueron incluidos en el presente modelo? ¿Podrían intervenciones dirigidas específicamente a mejorar el bienestar subjetivo positivo, por ejemplo, programas de gratitud, propósito vital o regulación emocional, reducir los niveles de ansiedad y, en consecuencia, el riesgo de ideación suicida en universitarios? ¿Existen diferencias en la estructura y fuerza de estas asociaciones cuando se consideran otros contextos socioculturales, etapas de la vida universitaria o eventos adversos recientes, como problemas económicos o académicos? Explorar estas cuestiones permitiría afinar estrategias preventivas y profundizar en la comprensión de los mecanismos psicológicos implicados.

Este estudio presenta limitaciones que deben considerarse al interpretar los resultados. El diseño transversal impide establecer relaciones causales o determinar la secuencia temporal entre bienestar subjetivo, ansiedad e ideación suicida. Además, al tratarse de un análisis secundario, las variables disponibles estuvieron determinadas por el estudio original, lo que limita la inclusión de otros factores potencialmente relevantes y acota el alcance de las inferencias. Las variables sociodemográficas incluidas fueron restringidas y no contemplan elementos contextuales como apoyo social, eventos vitales estresantes o antecedentes clínicos, que podrían influir en la salud mental. El uso de autoinformes puede introducir sesgos de recuerdo o deseabilidad social. Finalmente, la muestra proviene de una única institución, por lo que la generalización debe realizarse con cautela.

En conclusión, un menor bienestar subjetivo se asoció con mayor ideación suicida en estudiantes universitarios, tanto de manera directa como mediada por la ansiedad. Estos

hallazgos subrayan el papel protector del bienestar subjetivo y señalan a la ansiedad como un mecanismo intermedio clave en el riesgo suicida. La solidez psicométrica de las escalas utilizadas respaldó su uso para la evaluación de la salud mental en entornos universitarios. En conjunto, los resultados resaltan la necesidad de intervenciones preventivas orientadas a promover el bienestar emocional, detectar tempranamente síntomas ansiosos y explorar otros factores psicosociales vinculados a la conducta suicida en población universitaria.

Referencias bibliográficas

1. Renaud J, MacNeil SL, Vijayakumar L, Spodenkiewicz M, Daniels S, Brent DA, et al. Suicidal ideation and behavior in youth in low- and middle-income countries: A brief review of risk factors and implications for prevention. *Front Psychiatry* [Internet]. 2022;13:1044354. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3389/fpsy.2022.1044354>
2. Bertuccio P, Amerio A, Grande E, La Vecchia C, Costanza A, Aguglia A, et al. Global trends in youth suicide from 1990 to 2020: an analysis of data from the WHO mortality database. *EClinicalMedicine* [Internet]. 2024;70(102506):102506. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.eclinm.2024.102506>
3. Looijmans M, von Spreckelsen P, Berkelmans G, Popma A, van Bergen D, Gilissen R, et al. The prevalence, course, and risk factors of suicidal ideation and suicide attempts among students in vocational education. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health* [Internet]. 2024;18(1):132. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1186/s13034-024-00828-7>
4. Landa-Blanco M, Romero K, Caballero I, Gálvez-Pineda E, Fúnes-Henríquez MJ, Romero R. Exploring suicide ideation in university students: sleep quality, social media, self-esteem, and barriers to seeking psychological help. *Front Psychiatry* [Internet]. 2024;15:1352889. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3389/fpsy.2024.1352889>
5. Crispim M de O, Santos CMRD, Frazão I da S, Frazão CMF de Q, Albuquerque RCR de, Perrelli JGA. Prevalence of suicidal behavior in young university students: A systematic review with meta-analysis. *Rev Lat Am Enfermagem* [Internet]. 2021;29:e3495. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.5320.3495>
6. Xiao Y, Hinrichs R, Johnson N, McKinley A, Carlson J, Agley J, et al. Suicide prevention among college students before and during the COVID-19 pandemic: Protocol for a systematic review and meta-analysis. *JMIR Res Protoc* [Internet]. 2021;10(5):e26948. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.2196/26948>

7. Calvetti PÜ, Barros HMT, Schaab BL, Mattos YL, Reppold CT. Subjective well-being and psychological distress during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *J Affect Disord Rep* [Internet]. 2024;16(100742):100742. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jadr.2024.100742>
8. Das KV, Jones-Harrell C, Fan Y, Ramaswami A, Orlove B, Botchwey N. Understanding subjective well-being: perspectives from psychology and public health. *Public Health Rev* [Internet]. 2020;41(1):25. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1186/s40985-020-00142-5>
9. Choi M, Sempungu JK, Kim M-H, Han J, Lee YH. Happiness and its association with suicide ideation and attempt in Korea: The roles of Socio-environmental, psychological, and health-related factors. *J Korean Med Sci* [Internet]. 2024;39(44):e283. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3346/jkms.2024.39.e283>
10. Chen M, Zhou Y, Luo D, Yan S, Liu M, Wang M, et al. Association of family function and suicide risk in teenagers with a history of self-harm behaviors: mediating role of subjective wellbeing and depression. *Front Public Health* [Internet]. 2023;11:1164999. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3389/fpubh.2023.1164999>
11. Valdés JM, Díaz FJ, Christiansen PM, Lorca GA, Solorza FJ, Alvear M, et al. Mental health and related factors among undergraduate students during SARS-CoV-2 pandemic: A cross-sectional study. *Front Psychiatry* [Internet]. 2022;13:833263. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyt.2022.833263>
12. Demenech LM, Neiva-Silva L, Brignol SMS, Marcon SR, Lemos SM, Tassitano RM, et al. Suicide risk among undergraduate students in Brazil in the periods before and during the COVID-19 pandemic: results of the SABES-Grad national survey. *Psychol Med* [Internet]. 2023;53(11):4977–89. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1017/S0033291722001933>
13. Etxaburu N, Santolaria R, Aonso-Diego G, Lamas J, Mico V, Estévez A. The mediating role of mental health in the relationship between gambling severity and suicidal ideation: A study with clinical and general population. *Int J Ment Health Addict* [Internet]. 2025; Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1007/s11469-025-01503-4>
14. Chen H, Liu Y, Qi T, Qin Z, Zheng S, Guo S. Exploring the influence of college students' crisis life events on suicidal ideation: a chain multiple mediation model linking social support, anxiety and depression. *Curr Psychol* [Internet]. 2025; Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1007/s12144-025-08242-8>



15. Martínez L. Self-reputed subjective well-being and mental health of college students - 2022. Mendeley; 2022 [citado 2 de octubre de 2025].
<https://data.mendeley.com/datasets/bytb22nf7m/1>
16. Jung H-Y, Pae C, An I, Bang M, Choi TK, Cho SJ, et al. A multimodal study regarding neural correlates of the subjective well-being in healthy individuals. Sci Rep [Internet]. 2022;12(1):13688. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1038/s41598-022-18013-1>
17. Kraiss JT, Ten Klooster PM, Moskowitz JT, Bohlmeijer ET. The relationship between emotion regulation and well-being in patients with mental disorders: A meta-analysis. Compr Psychiatry [Internet]. 2020;102(152189):152189. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152189>
18. Mac-Ginty S, Lira D, Lillo I, Moraga E, Cáceres C, Araya R, et al. Association between socioeconomic position and depression, anxiety and eating disorders in university students: A systematic review. Adolesc Res Rev [Internet]. 2024;9(3):435–51. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1007/s40894-023-00230-y>
19. Gao W, Ping S, Liu X. Gender differences in depression, anxiety, and stress among college students: A longitudinal study from China. J Affect Disord [Internet]. 2020;263:292–300. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jad.2019.11.121>
20. Yu Z, Liu H, Ye B, Tang C, Huang D, Liu L. Life satisfaction and suicidal ideation among Chinese college students during the recurrent outbreak of COVID-19: A moderated mediation model. Front Psychiatry [Internet]. 2022;13:937511. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3389/fpsy.2022.937511>
21. Rubio A, Oyanedel JC, Bilbao M, Mendiburo-Seguel A, López V, Páez D. Suicidal ideation mediates the relationship between affect and suicide attempt in adolescents. Front Psychol [Internet]. 2020;11:524848. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2020.524848>
22. Sun G, Liu Z, Ma Z, Lew B, Jia C. The relationship between negative focused disposition and suicidal ideation among college students: The mediating effects of somatic anxiety, general distress, and depression. Front Psychiatry [Internet]. 2022;13:928666. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3389/fpsy.2022.928666>
23. Gupta S, Fischer J, Roy S, Bhattacharyya A. Emotional regulation and suicidal ideation-Mediating roles of perceived social support and avoidant coping. Front Psychol [Internet]. 2024;15:1377355. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1377355>



Fuentes de financiamiento: la presente investigación no ha recibido ayudas específicas provenientes de agencias del sector público, sector comercial o entidades sin ánimo de lucro.

Conflicto de intereses: sin conflicto de interés.

