



UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS

PERFIL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

**TÍTULO**

ESTRATEGIAS DE REGULACIÓN EMOCIONAL PARA LA PREVENCIÓN DEL  
SUICIDIO EN ADOLESCENTES DE 14 A 17 AÑOS

**NOMBRE DEL ESTUDIANTE**

JOSELINE DAYANA ALVARADO TIPÁN

**Tutora**

DRA. MARÍA FERNANDA JARA RIZZO

QUITO, ECUADOR

ENERO, 2024

## Resumen

**Introducción.** Las estrategias de regulación emocional son fundamentales en la adolescencia por la capacidad de gestionar o manejar las emociones a su alrededor. El desconocimiento de estas estrategias ha provocado que existan el desarrollo de diversas patologías psicológicas por el inapropiado manejo de las emociones. En cuanto al suicidio es el acto de autolesionarse hasta generar la muerte, siendo un factor de riesgo en los jóvenes por la falta de regulación emocional frente a las diversas situaciones a su alrededor. **Objetivo.** En el objetivo se espera buscar si las estrategias de regulación emocional ayudan a prevenir el suicidio en adolescentes de 14 a 17 años. **Metodología y Diseño.** Dentro de la metodología se aplicará una investigación cuantitativa observacional de alcance correlacional-predictiva por las dos variables que se espera relacionar con un diseño de tipo transversal. También, se utilizarán dos instrumentos para la primera variable Regulación Emocional, se aplicará la Escala de Dificultad de Regulación Emocional y para la segunda variable Riesgo Suicida, se aplicará la Escala de Riesgo Suicida de Plutchik (ERSP), en una muestra de tipo muestreo no probabilístico por conveniencia a 64 adolescentes que se encuentren en el rango de 14 a 17 años de edad. Para el análisis se realizará primero una correlación entre las dos variables mediante el coeficiente de Spearman y finalmente un análisis complementario de regresión lineal simple. **Resultados Esperados.** Se espera comprobar por medio de los análisis que las estrategias de regulación emocional ayudan a prevenir el riesgo suicida.

**Palabras Claves:** Regulación Emocional, Riesgo Suicida, Adolescentes.

## **Abstract**

**Introduction.** Emotional regulation strategies are essential in adolescence due to the ability to manage the emotions around them. Ignorance of these strategies has caused the development of various psychological pathologies due to inappropriate management of emotions. As for suicide, it is the act of harming oneself until death occurs, being a risk factor in young people due to the lack of emotional regulation in the face of the various situations around them. **Aim.** The objective is to find out if emotional regulation strategies help prevent suicide in adolescents between 14 and 17 years old. **Methodology and Design.** Within the methodology, an observational quantitative research of correlational-predictive scope will be applied by the two variables that are expected to be related to a cross-sectional design. Also, two instruments will be used for the first variable Emotional Regulation, the Emotional Regulation Difficulty Scale will be applied and for the second variable Suicide Risk, the Plutchik Suicidal Risk Scale (ERSP) will be applied, in our non-probabilistic sampling type for convenience to 64 adolescents who are in the range of 14 to 17 years of age. For the analysis, a correlation between the two variables will first be carried out using the Spearman coefficient and finally a complementary analysis of simple linear regression. **Expected results.** It is expected to verify through analysis that emotional regulation strategies help prevent suicidal risk.

**Keywords:** Emotional Regulation, Suicidal Risk, Adolescents.

## **Estrategias de Regulación Emocional para la prevención del Suicidio en adolescentes de 14 a 17 años**

### **Marco Teórico:**

El suicidio en adolescentes se define como la conducta autolesiva infringida hacia sí mismo, con el fin de provocar la muerte (Glenn et al., 2021). El suicidio pasa por antecedentes previos como pensamiento o ideaciones suicidas, planificando como llevar a cabo esta situación y los intentos de suicidio, siendo un riesgo alto en esta población (Glenn et al., 2021). Estos comportamientos se deben por problemas patológicos, biológicos, hereditarios y de aprendizaje, puesto que en muchas ocasiones pueden ser influenciados por los pares y vivenciados o aprendidos por algún miembro de la familia, dando lugar a una problemática alarmante por los altos porcentajes de suicidio en los jóvenes (Glenn et al., 2021).

La prevalencia del suicidio en adolescentes según la Organización Mundial de la Salud (OMS), ha incrementado considerablemente en los últimos años, por la vulnerabilidad en la etapa de desarrollo que se encuentra esta población, se estima que 800 mil personas entre ellas adolescentes se suicidan al año, representando una tasa de 11,4 por 100 mil habitantes (Unicef, 2017). La causa de estas acciones se explica que mucho de estos comportamientos no se deben al deseo de morir, sino por evitar el sufrimiento, el dolor y sus emociones (Unicef, 2017). También, se obtuvieron datos mediante la Encuesta Mundial de Salud Escolar aplicada a 28.368 alumnos de 544 escuelas secundarias en Argentina sobre el suicidio, teniendo como resultados que el 16,9% de los adolescentes consideraron suicidarse y el 3,5% intentaron hacerlo e incluso resaltaron que muchos de ellos no tenían noción sobre la muerte, considerando que si tras hacerlo conseguirían que las otras personas los extrañen y que al revivir todo el dolor cambiaría (Unicef, 2017).

En cuanto, a la regulación emocional en adolescentes es la habilidad de controlar, regular y afrontar las emociones de modo proactiva y resiliente frente a situaciones adversas que generen malestar (Santoya et al., 2018). Al ser una etapa de cambios emocionales intensas en el sujeto, se convierte en un riesgo para la salud mental puesto que, para Kessler, ciertas psicopatologías empiezan en la adolescencia y se extiende hacia la adultez, es por esto que para quienes presentan una mala regulación emocional, la sintomatología se intensifica provocando mayor dolor emocional, dificultad para

gestionar los impulsos, metas insatisfechas y conductas desadaptativas (Agarwal, 2023). Por otro lado, se indica que, al ser un periodo de transición, los adolescentes presentan mayor facilidad para desarrollar habilidades de regulación emocional, permitiéndoles comprender y controlar sus reacciones emocionales, mejor desarrollo emocional e intelectual, mayor interacción con la sociedad, mejores resultados en el rendimiento académico, menor tendencia a desarrollar patologías psicológicas y mejor calidad de vida en su desarrollo (Agarwal, 2023).

Existen teorías en la regulación emocional como el Modelo Bioecológico de Bronfenbrenner que indica que el medio ambiente influye en las conductas del sujeto, es por esto que las habilidades de regulación emocional que desarrollen los adolescentes dependerán directa e indirectamente de su entorno (Caspar, 2022). Empezando en el microsistema, donde la falta de conocimientos sobre estrategias de regulación emocional afecta a que el adolescente no pueda aplicarlo en su vida frente a las dificultades (Caspar, 2022). En el mesosistema, el entorno familiar, ya que en muchas ocasiones dentro del hogar se vivencian maltratos físicos y psicológicos, dificultando al adolescente a tener seguridad y control emocional (Caspar, 2022). En el entorno social con los pares influirá por el apoyo a superar los desafíos principalmente escolares, estimulando así las competencias emocionales, mejorando la autoestima, autoconcepto y estrategias de afrontamiento (Caspar, 2022). A nivel del exosistema, la cultura o la religión, dado que situaciones los adolescentes cometen algún error, considerando que serán castigados por un ser divino, generando dolor y tristeza en la persona (Caspar, 2022). Y en el macrosistema el sistema de salud, dado que, tras la alta demanda de problemas patológicos, existen algunas ciudades donde el adolescente no tiene acceso a la salud, provocando que se mantenga mala regulación emocional y desarrollo con sus entornos (Caspar, 2022).

También, existen teorías como el Modelo Integrado Motivacional de la conducta suicida, mencionando que al ser una etapa llena de cambios tanto físicos como hormonales en los jóvenes, tienden a presentarse emociones negativas como el fracaso, derrota, vergüenza y dolor, ocasionando estados emocionales desadaptativos (Brausch et al., 2022). Por esta razón se espera que mediante la evaluación multidimensional se identifique si cuentan con estrategias para regular las emociones, sin embargo, se han obtenido resultados en 34 estudios que tienen alexitimia, siendo esta la dificultad para expresar e identificar sus emociones, generando un riesgo alto en las ideaciones suicidas

(Brausch et al., 2022). En otros resultados se obtuvieron que las mujeres regulan mejor sus emociones que los hombres y que el 55.8% de estudiantes estadounidenses no han acudido a terapia a pesar de tener pensamientos suicidas e intento de suicidio (Brausch et al., 2022).

Otra teoría importante en la regulación emocional es la propuesta de Gross que indica, que la manera en cómo cada ser humano regula sus emociones se debe a la adaptación que cada persona ha desarrollado durante cada etapa del desarrollo humano, sin embargo, propone que estas pueden ser modificadas si se aborda el desencadenante emocional, como identificar las emociones y los miedos que se van presentando ante dicha situación, con el objetivo de utilizar diversas técnicas o herramientas que ayuden a modular cualquier emoción (De los Santos, 2022). Estos métodos son aplicados por medio del Modelo Procesual llevado a cabo por medio de cuatro procesos que permiten llegar a la emoción la cual dará una respuesta dependiendo el lugar y el momento. (De los Santos, 2022). Comenzando con seleccionar la situación, en la cual se enfoca en visualizar experiencias positivas que permitan identificar las estrategias utilizadas para aplicar en el momento que sean necesarias, seguido de modificar la situación proponiendo nuevas técnicas y elementos, después se modula la atención, si bien es cierto cuando una situación ya se ha generado no se puede regresar a cambiar la acción, sin embargo se puede enfocar en los elementos que se presentan alrededor de la persona, para utilizarlos como elementos de regulación (De los Santos, 2022). Luego se realiza un cambio cognitivo, reevaluando la situación e interpretando que se puede utilizar para modular la respuesta emocional, así tras regular la respuesta emocional y actuando sobre la emoción, finalmente se manifestara una conducta adecuada que favorezca al adolescente para expresarse bien emocionalmente (De los Santos, 2022).

Ante esto, dentro de la temática se han aplicado diversas estrategias como la cognitiva de regulación emocional adaptativas, la misma que busca la aceptación de tomar conciencia sobre las propias conductas, aceptar que existen estados emocionales negativos y que a pesar de ser inevitables se pueden intervenir adecuadamente controlando, aceptando y vivenciándolos sin juzgarse hacia si mismos por tener estas emociones negativas (D'Augerot et al, 2018). Es por esto, que se realizó un estudio, aplicando el Cuestionario de Regulación Cognitiva-CERQ de respuesta tipo Likert a 238 estudiantes adolescentes de instituciones públicas y privadas para evaluar las estrategias que utiliza esta población frente a situaciones estresantes, tendiendo como resultados que

las mujeres tienden a enfocarse en pensamientos negativos, utilizando estrategias como rumiación y auto culparse, en cambio los hombres utilizan la distracción, evitación y focalización en pensamientos agradables, generando emociones positivas, sin embargo, a pesar de estos resultados se tiene que ambos sexos presentaron pensamientos ansiosos, con riesgo de que alguno de ellos desarrolle patologías como depresión y trastornos de la personalidad por la falta de estrategias de regulación emocional (D' Augerot et al, 2018).

En otro estudio realizado, mediante la aplicación de la Terapia Dialéctica Conductual en la regulación emocional, se tomó como muestra a 30 adolescentes que tenían antecedentes de conductas suicidas para aplicarles diversas intervenciones como pruebas, talleres, sesiones individuales, de grupos y familiares y la aplicación de la escala de Dificultades en la Regulación de Emociones para evaluar las dificultades que presentan en su manejo de emociones, pensamientos y conductas (Berk et al., 2020). Teniendo como resultados que el tratamiento y la aplicación fue eficaz, para disminuir estas conductas suicidas, fortaleciendo la regulación y adoptando nuevas herramientas de afrontamiento, es así que el 82% de la muestra, mostro satisfacción con las intervenciones y mejoras en su tratamiento psicológico, sin embargo, dentro de este grupo el 18% intento suicidarse y el 23% no se autolesiono durante el seguimiento de seis meses (Berk et al., 2020). Es importante mencionar que dentro de esta investigación la atención adecuada brindada por los terapeutas y la aplicación de estrategias terapéuticas ha ayudado a tener una reducción en los suicidios anuales (Berk et al., 2020).

En cuanto, a la frecuencia la falta de regulación ha sido una temática muy tratada dentro de terapia por la falta de estrategias de regulación, teniendo en un estudio que existe mucha relación con los trastornos de personalidad y con patologías como ansiedad y depresión, las mismas que han causado ideación suicida en los jóvenes (Chen, 2023). Para esto, se aplicó un cuestionario de regulación emocional para niños y adolescentes en una población china conformada por 1192 pacientes adolescentes de diferentes hospitales teniendo como resultados que el 71,3% de personas tenía mala regulación emocional aumentando el riesgo a personas depresivas con conductas suicidas (Halper, 2022). Demostrando así, que según el Modelo Clásico de Evitación estos temas guardan mucha relación y que el autolesionarse es una conducta riesgosa a la que acuden los jóvenes para calmar sus estados emocionales (Halper, 2022).

En relación a la pertinencia de este estudio, las emociones son estas reacciones frente a hechos o acontecimientos que representan el sentir del adolescente, razón por la

cual existen estudios que demuestran que la falta de regulación se da por la escasez de información, la falta de apoyo por parte de los cuidadores primarios, los cambios de la pubertad y por estigmas de la sociedad ocasionando daños tanto psicológicos como emocionales en el sujeto (García et al, 2017). Ante esto, se realizó un estudio a 53 participantes con adicción a sustancias aplicando la Escala Reguladora de Autoeficacia Emocional teniendo como resultados que el 27,5% afrontan sus emociones negativamente, situación que ha ocasionado la adicción y como consecuencia de esto ideación suicida por la frustración a la dificultad para recuperarse por las adicciones (García et al, 2017). Mencionando, que la falta de regulación sigue una línea o relación entre los problemas patológicos, biológicos y sociales, provocando que se encuentre presente el suicidio como salida de un acontecimiento no sobrellevado (García et al, 2017).

Por otro lado, dentro del contexto ecuatoriano el suicidio es una problemática alarmante en las regiones de la Sierra y Amazonia en la población de adolescentes indígenas, durante un censo realizado se obtuvieron datos que entre la edad de 14 a 17 años el 7,5% hombres y 13,6% mujeres se suicidaron por la dificultad para acceder a sistemas sanitarios de salud, cultura, falta de prevenciones e intervenciones en las provincias, nivel socioeconómico y educativo, problemas en la salud mental y herramientas psicológicas en las cuales se incluye la regulación emocional (Gerstner, 2018). Es por esto que la OMS propone que se realicen mayor intervenciones psiquiátricas y psicológicas para la prevención del suicidio (Gerstner, 2018).

Finalmente, las tendencias suicidas pueden presentarse por diversas situaciones como es en el caso del Covid-19, ya que tras el confinamiento los adolescentes perdieron la interacción social, generando trastornos mentales y pensamientos suicidas, dado que en muchos hogares esta población sufre de abusos físicos, emocionales y sexuales, razón por la que se ha consumado el suicidio (García et al 2023). Durante este estudio se han encontrado las diversas razones del suicidio como la falta de labilidad emocional, puesto que los cambios en las dinámicas, el distanciamiento con los pares y la presión social evitan que las personas tengan una buena calidad de vida y bienestar emocional, convirtiéndose en un tema preocupante para la salud mental por el futuro de esta población vulnerable (García et al 2023).



## **Justificación:**

Las estrategias de regulación emocional son fundamentales en la adolescencia por la capacidad de gestionar o manejar las emociones a su alrededor (Martínez et al, 2021). Sin embargo, el desconocimiento de estas estrategias ha provocado que existan el desarrollo de patologías psicológicas como depresión, ansiedad, trastornos de personalidad e incluso pensamientos suicidas por el inapropiado manejo de las emociones evitando que la personas tenga bienestar emocional y físico en su vida (Martínez et al, 2021). En cuanto al suicidio es el acto de autolesionarse hasta generar la muerte, siendo un factor de riesgo en los jóvenes por la falta de regulación emocional frente a las diversas situaciones a su alrededor (Martínez et al, 2021).

Por esta razón se han realizado diversos estudios de investigación una de ellas en España que indica que el suicidio, es la segunda causa de muerte con el 3,1%, siendo una problemática que afecta a esta población por la falta de adaptación social, por la dificultad en el aprendizaje, por las relaciones sociales, maltratos en la infancia tanto físicos como sexuales (Sevillano, 2020). Teniendo como resultados que de los 65 participantes seleccionados aleatoriamente mediante la aplicación del inventario de orientación al suicidio 41,6% presentan altos riesgos suicida, seguido del 39% de ideación suicida y el 12,5% que requiere atención inmediata, esto debido a la dificultad que tienen de afrontar sus sentimientos y emociones (Sevillano, 2020).

Por otro lado, la regulación emocional en adolescentes de 14 a 17 años manifiesta que es una edad en la cual alcanza la lógica formal y el uso de estrategias de la temática, permitiéndole realizar toma de decisiones, manejar las emociones, regulación del comportamiento, empatía emocional, responsabilidad por los propios comportamientos, control emocional y comportamental (Sabatier, 2017). Es por esto que ayudar a esta población a desarrollar todas estas habilidades, permite que logren desenvolverse dentro de los ámbitos personales, interpersonales y sociales, generando mejor calidad de vida y evitando que se presenten patologías que afecten su adolescencia y se alargue hacia la adultez (Sabatier, 2017).

Además, existen estudios donde el riesgo suicida afecta significativamente el bienestar emocional de los adolescentes, si bien es cierto es un etapa de cambios hormonales y físicos en su cuerpo, también es una edad donde se desarrollan ciertas actitudes en su comportamiento, para esto es importante reforzar la regulación emocional,

ya que dentro de este componente psicológico afecta la autoestima por la inseguridad en sus aspectos físicos, la toma de decisiones por la influencia de los pares y los modos de afrontamiento frente algún suceso (Halper, 2022). Para esto es importante fortalecer estas habilidades para evitar estas ideaciones suicidas, puesto que en el 2018 según el Instituto de Salud mental el 18,8% de estudiantes presentaron pensamientos suicidas y el 8,9% intentaron suicidarse en jóvenes que se identificaron como gays, lesbianas o bisexuales (Anoshiravani, 2022).

También, se encontró la efectividad al aplicar estrategias de regulación emocional en la ciudad de New York en en adolescentes por medio de una actividad narrativa con la finalidad de reducir pensamiento y comportamientos negativos en la etapa escolar (Conover et al., 2017). Esta técnica que fue aplicada por medio de la Teoría Cognitiva Social, consistió en enviar mensajes de textos a jóvenes, en la cual, por medio de un tutor asignado, cada uno recibía diversos casos conflictivos, ya sean familiares, escolares e individuales con la finalidad de identificar el modo de afrontamiento y resolución frente a cada situación, teniendo como resultados que muchos de ellos quienes vivían en situación de riesgo resolvían conflictivamente, mientras que la otra población no encontraba las técnicas para abordar tal suceso (Conover et al., 2017).

Finalmente, dentro del contexto ecuatoriano el suicidio tiene una prevalencia alta en los últimos años ya que según las fuentes del Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC) es la segunda causa de muerte en niños y adolescentes con el 13,1% atribuyendo un problema debido a la falta de prevención de este tema en los hogares y planteles educativos (Gerstner, 2018). Es por esto, que las estrategias de regulación emocional han sido importantes dentro de la población de adolescentes por la efectividad que tiene para prevenir patologías como el riesgo suicida, como bien se puso observar existen diversos estudios donde la aplicación de técnicas y estrategias ha reducido el pensamiento e intentos de suicidio, puesto que al ser una etapa de maduración física y emocional, el afrontar y reconocer las emociones ayuda a que el joven pueda desarrollarse frente a los diversos ámbitos principalmente escolares y sociales, para esto se busca que dentro de esta temática existan refuerzos o red de apoyo por parte de sus familiares para fortalecer herramientas de afrontamiento emocionales y de comportamiento.

## **Pregunta de Investigación**

¿Cuáles son las estrategias de regulación emocional que ayuden a prevenir el suicidio en adolescentes de 14 a 17 años?

## **Objetivo General:**

Buscar si las estrategias de regulación emocional ayudan a prevenir el suicidio en adolescentes de 14 a 17 años

## **Objetivos Específicos:**

- Aplicar cuestionarios sobre la regulación emocional y el riesgo suicida en adolescentes de 14 a 17 años.
- Identificar las estrategias de regulación emocional que ya poseen los adolescentes de 14 a 17 años para prevenir el suicidio.
- Comprobar que las estrategias de regulación emocional predicen un menor riesgo suicida.

## **Marco Metodológico:**

Dentro de la metodología, se aplicará una investigación cuantitativa, por la recopilación de diversos estudios que hablan sobre, como la falta de estrategias de regulación emocional afectan a que exista mayor riesgo de suicidio (Del Canto et al., 2023). Es por esto, que mediante los estudios mencionados anteriormente se puede evidenciar cifras altas en el aumento del suicidio, en algunos de ellos como la segunda causa de mortalidad, teorías que explican cómo funciona la regulación emocional, la dificultad en el ámbito escolar por la falta de afrontamiento emocional y la importancia de realizar estudios de esta temática en la población escogida (Del Canto et al., 2023). Es esencial mencionar que esta investigación cuantitativa es de tipo transversal por la investigación única que se dará en base a las dos variables seleccionadas, siendo optima en la temática por el uso de herramientas que se espera utilizar para recoger información sobre las estrategias de regulación emocional que ya mantienen los jóvenes, y sobre el riesgo que puedan presentar sobre el suicidio, las misma que será mediante técnicas como la entrevista, encuestas, cuestionarios y observación (Alegre, 2022).

Además, se utilizará el diseño de investigación cuantitativa observacional de subtipo **correlacional-predictiva**, ya que este diseño busca comprobar si las estrategias de la regulación emocional ayudan a prevenir el suicidio en la población seleccionada (Acosta, 2023). Mediante el subtipo escogido se espera conocer si entre estas dos variables, teniendo como variable independiente las estrategias de regulación emocional y a la variable dependiente suicidio, cumplen con el objetivo de investigación, buscar si las estrategias de regulación emocional ayudan a prevenir esta problemática en los jóvenes de 14 a 17 años (Acosta, 2023).

### **Definición de las variables, categorías o constructos.**

Dentro de estas variables es considerable mencionar que se tomarán en cuenta las sociodemográficas que permitirán identificar la edad y sexo que forman parte de este proyecto de investigación y las variables de este trabajo de investigación regulación emocional y suicidio siendo estas las principales que cumplirán con los objetivos de investigación. A continuación, se evidenciarán las variables:

**Tabla 1**

<b>Variables</b>	<b>Categoría</b>	<b>Definición</b>	<b>Medida</b>
<b>Sexo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Masculino</li> <li>• Femenino</li> </ul>	Son las características biológicas, genéticas y fisiológicas que diferencian únicas que diferencian al hombre y a la mujer (Unicef, 2017).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuestionario Sociodemográfico</li> </ul>
<b>Edad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 14 a 17 años</li> </ul>	Es la edad biológica del ser humano que tiene desde el día de su nacimiento (Unicef, 2017).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuestionario Sociodemográfico</li> </ul>

**Tabla 2**

<b>Variables</b>	<b>Categoría</b>	<b>Definición</b>	<b>Medida</b>
<b>Regulación Emocional (independiente)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. No aceptación</li> <li>2. Metas</li> <li>3. Impulsos</li> <li>4. Conciencia</li> <li>5. Estrategias</li> <li>6. Claridad</li> </ol>	Es la capacidad de controlar, regular y afrontar las emociones de manera proactiva y resiliente frente a situaciones adversas que generen malestar (Santoya et al., 2018).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de Dificultad de Regulación Emocional, tipo Likert (Adaptación mexicana con <math>\alpha</math> de Cronbach = 0.89).</li> </ul>
<b>Suicidio (dependiente)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Síntoma de Riesgo</li> <li>2. Conducta Suicida</li> </ol>	Se define como la conducta autolesiva infringida hacia sí mismo, con el fin de provocar la muerte (Glenn et al., 2021).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de Riesgo Suicida de Plutchik (ERSP) (Adaptación Ecuatoriana con <math>\alpha</math> de Cronbach = 0.80)</li> </ul>

## **Técnicas e instrumentos**

Para la recopilación de información se tomarán en cuenta las variables sociodemográficas como el sexo para conocer cuántos hombres y mujeres formarán parte de este proyecto de investigación y la edad dentro del rango de 14 a 17 años, para lo cual se utilizarán cuestionarios donde puedan seleccionar estas dos variables.

Por otro lado, para identificar las estrategias de regulación emocional que presentan esta población se aplicara la Escala de Dificultad de Regulación Emocional Gratz y Roemer (versión Mexicana González-Forteza, Andrade Marín y Robles, 2012). Este cuestionario de autoinforme de tipo Likert tiene como validez de constructo y predictiva, basada en 36 ítems que busca identificar las estrategias de regulación emocional dividido en 6 subescalas no aceptación, metas, impulsos, conciencia, estrategias y claridad. Este instrumento ha demostrado tener buenas propiedades psicométricas con un Alpha de Cronbach = 0.89 (Castillo, 2023). Y para el riesgo suicida se tomará en cuenta la Escala de Riesgo Suicida con un tipo de preguntas dicotómicas por Plutchik en 1989 (adaptada a una versión Ecuatoriana Arias y García, 2021). Este instrumento esta compuesta por 8 ítems que miden la conducta y sintomatología del riesgo suicida, teniendo una consistencia interna de ( $\alpha$  de Cronbach= 0.80), siendo estas dos escalas viables dentro del área clínica.

## **Población y muestra**

La población que se escogerá para este proyecto de investigación serán adolescentes que se encuentren en el rango de 14 a 17 años de edad. Para esto se tomará en cuenta los criterios de inclusión como el grupo etario siendo la edad de 14 a 17 años, escolaridad secundaria, el sexo tanto masculino como femenino y jóvenes que tengan la condición depresiva para evaluar el riesgo suicida, en cuanto, a los criterios de exclusión no formarían parte adolescentes cercanos a cumplir 14 años y mucho menos personas cercanas a cumplir 18 años, no pueden ser adolescentes extranjeros puesto que los cuestionarios están adaptados al contexto ecuatoriano o parecido. Además, será de un tipo de muestreo **no probabilístico** ya que la muestra no se recogerá al azar sino en base a las características de esta investigación, utilizando así el muestreo **por conveniencia**, dado que se tomará en cuenta los criterios de inclusión propuestos en esta investigación y por la facilidad de acceso a la población seleccionada, tomando en cuenta que la persona presente condición depresiva para aplicarles los cuestionarios seleccionados (Hernández, 2021).

Para el tamaño de la muestra, se usará la aplicación G-Power, calculando con un margen de error de 0.05 y tamaño del efecto de 0.3 teniendo como resultado que los participantes que formarán parte de este proyecto de investigación serán 64 adolescentes.

### Procedimiento

**Tabla 3**

<b>Objetivo</b>	<b>Método o estrategia</b>	<b>Actividad</b>
Enviar el permiso a la Fundación donde se realizarán las aplicaciones de los test.	Organizar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enviar la información adecuada sobre el proyecto de investigación, esperando la aceptación de la fundación para utilizar sus instalaciones.</li> </ul>
Completar la muestra, usando la base de datos de la Fundación.	Comunicación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acercamiento a los representantes legales de los adolescentes, a los cuales se les enviara la hoja informativa con la información del proyecto de investigación.</li> </ul>
Enviar el consentimiento informado a los representantes legales.	Comunicación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se dará una breve información para cumplir con el código de ética sobre el consentimiento informado.</li> </ul>
Organizar cronogramas para la aplicación de los cuestionarios.	Organizar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organizar fechas y programar horarios con los participantes.</li> </ul>
Aplicación de cuestionarios en los adolescentes	Participación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se aplicará en dos horarios diferentes los cuestionarios a los adolescentes.</li> </ul>
Calificar los cuestionarios aplicados en la población escogida	Calificar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se calificará en base al formato de cada cuestionario los resultados presentados por los adolescentes.</li> </ul>

Dentro del procedimiento se realizará en la Fundación Orgaepsi, lugar donde el investigador trabaja y se hará de manera presencial, dado que la aplicación de la Escala de Dificultad de Regulación Emocional y la Escala de Riesgo Suicida de Plutchik (ERSP) son de autoinforme, las mismas que se aplicaran de manera grupal. Para esto se realizará el siguiente proceso:

En la primera semana el investigador cumplirá con el principio ético del Apa 8.01 de la autorización en este caso del permiso de la Fundación Orgaepsi para utilizar sus instalaciones para la aplicación de los cuestionarios, ya que el lugar que se espera utilizar cuenta con un espacio adecuado, cerrado y con un ambiente donde no se generen distracciones en los adolescentes y principalmente adaptado para este tipo de intervenciones. Para acceder a este recurso, se le enviaría la información por medio de un correo electrónico sobre el proyecto de investigación a Coordinación y en relación a eso se empezará a organizar el proceso de evaluación.

Para la segunda semana, con el permiso de Orgaepsi, el investigador cumplirá con la normativa ética de la Apa 4.01 mantenimiento de la confidencialidad y hará el uso de la información de los pacientes guardados en la base de datos para empezar a recolectar la muestra. Para esto, se analizará la información de los pacientes que cumplan con la condición depresiva y los criterios de inclusión para tener el primer acercamiento con los representantes legales, a quienes se les enviaría por medio de la aplicación de whatsapp la hoja informativa con la información del proyecto de investigación.

Por otro lado, las personas que vayan aceptando que sus hijos formen parte del proyecto de investigación se les ira uniendo a un grupo en whatsapp hasta completar con la muestra, una vez concluida y completada con la muestra se les enviaría el consentimiento informado y se les dará una breve explicación sobre el objetivo de la investigación, la duración estimada que serán de aproximadamente 30 minutos, el derecho a rehusarse a participar y abandonar sin ninguna consecuencia alguna, el uso de los resultados de los test serán únicamente utilizados con fines académicos, sin fines lucrativos y que se respetara totalmente la privacidad de sus nombres y el uso de toda la información brindada.

Después se procederá a establecer los horarios de la aplicación de los cuestionarios. Para esto se les dará 2 opciones a escoger siendo los siguientes horarios a las 9: 00 am y a las 10:00 am, los mismos que se realizarán un solo día siendo el sábado dado que los estudiantes entre semana algunos estudian en la mañana y otros en la tarde. Para la aplicación de los test, el investigador verificara que el espacio a utilizar este listo y adecuado para la toma de los cuestionarios y que cuente con las herramientas como las escalas a aplicar. Esto se realizará en 30 minutos divididos en los siguientes tiempos, los 5 primeros minutos la entrega de los cuestionarios a los participantes y las indicaciones para llenar los test y los datos sociodemográficos, información que también estará detallada en los cuestionarios de autoinforme y 5 minutos sobre dudas o preguntas antes



de empezar. Después se les dará un lapso de 10 minutos para completar el cuestionario sobre la Regulación Emocional, una vez concluido el primer test, se les entregará el siguiente test del Riesgo Suicida y se les dará un tiempo de 5 minutos dado que este cuestionario cuenta con una selección dicotómica de pocas preguntas. Finalmente, en los 5 minutos restantes se sorteará a la muestra en los 2 horarios y se les regalará premios por su participación como gift cards de comida, lugares o supermercados y suscripciones a plataformas streaming.

Finalmente, para todo este proceso se espera realizar todo este procedimiento en un mes y cumplir con toda la ética posible durante todo el procedimiento. Y al terminar con el proceso de evaluación se procederá a calificar los cuestionarios y generar los resultados correspondientes, comprobando si existe una correlación predictiva entre las dos variables escogidas en este proyecto de investigación.

### **Términos éticos**

Dentro de los términos éticos se mantendrá la confidencialidad de la información brindada tanto por los representantes legales como el de los adolescentes, en ningún momento se grabará la aplicación de los cuestionarios, el uso será netamente académico, en ningún momento se utilizarán engaños para que la muestra acceda a formar parte del proyecto de investigación y se cumplirá con los protocolos de enviar la hoja informativa y el consentimiento informado, mismos que se puede evidenciar en los formatos de los anexos. Ver Anexo 1 y Anexo 2.

### **Análisis estadístico**

Dentro de los análisis descriptivos para los datos sociodemográficos, se realizará el promedio de las edades que formaran parte del proyecto de investigación para identificar si está por encima o debajo del grupo escogido. También, se sacará la mediana para esto se ordenará desde los 14 a los 17 años, tomando en cuenta que la población es par, existirán dos valores centrales. En cuanto a la moda será la edad que más se repita. De igual manera se realizarán estos datos descriptivos en la Escala de Dificultad de Regulación Emocional de las 6 categorías que forman parte de este cuestionario y para la Escala de Riesgo Suicida de Plutchik en base a las puntuaciones de esta escala.

También, se realizará como primer paso la correlación entre la variable estrategias de regulación emocional (independiente) y la variable suicidio (dependiente) mediante el coeficiente de Spearman, si se comprueba que la una predice a la otra se realizará finalmente un análisis complementario de regresión lineal simple para analizar si la presencia de las estrategias de regulación emocional ayuda a prevenir el suicidio.

## Referencias Bibliográficas:

- Acosta, A. (2023). Los enfoques de investigación en las Ciencias Sociales. *Revista Latinoamericana Ogmios*, 3(8), 82-95.
- Agarwal, N., & Jain, S. (2023). The Impact of the Emotion Regulation Intervention Program on Cognitive-emotional Strategies among Adolescent Girls. *Indian Journal of Positive Psychology*, 14(3).
- Alegre Brítez, M. Á. (2022). Aspectos relevantes en las técnicas e instrumentos de recolección de datos en la investigación cualitativa. Una reflexión conceptual. *Población y desarrollo*, 28(54), 97-99.
- Arias, P. R., & García, F. E. (2021). Escala de Riesgo Suicida de Plutchik: Análisis Preliminar de su Validez en ecuatorianos. Neurocorp Ecuador.
- Berk, M. S., Starace, N. K., Black, V. P., & Avina, C. (2020). Implementation of dialectical behavior therapy with suicidal and self-harming adolescents in a community clinic. *Archives of suicide research*, 24(1), 64-81.
- Brausch, A. M., Clapham, R. B., & Littlefield, A. K. (2022). Identifying specific emotion regulation deficits that associate with nonsuicidal self-injury and suicide ideation in adolescents. *Journal of youth and adolescence*, 1-14. DOI 10.1007/s10964-021-01525-w
- Castillo, P., Ruvalcaba, N., Fisak, B., Berman, N & Gallegos, J. (2023). Validación del Cuestionario de Regulación Emocional Cognitiva, Versión Corta (CERQ-VC) para población mexicana. *Revista Intercontinental De Psicología Y Educación*, 21(1), 57-82. Recuperado: <https://psicologiayeducacion.uic.mx/index.php/1/article/view/60>
- Caspar, L. (2022). Mapping phenomena relevant to adolescent emotion regulation: A text-mining systematic review. *Adolescent Research Review*, 7(1), 127-139.
- Chen, Y., Fu, W., Ji, S., Zhang, W., Sun, L., Yang, T., ... & Zhou, Y. (2023). Relationship between borderline personality features, emotion regulation, and non-suicidal self-injury in depressed adolescents: a cross-sectional study. *BMC psychiatry*, 23(1), 1-8.

- Conover, K., & Daiute, C. (2017). The process of self-regulation in adolescents: A narrative approach. *Journal of Adolescence*, 57, 59-68.
- D' Augerot, M. I., Bayo, M., González, R., & Bakker, L. (2018). Estrategias cognitivas de regulación emocional adaptativas y desadaptativas en adolescentes argentinos. Diferencias según sexo. *Anuario de Investigaciones*, 25, 413-421.
- De los Santos, D. (2022). Regulación emocional y terapias psicológicas empíricamente apoyadas: Confluencias, complementariedades y divergencias. *Análisis y modificación de conducta*, 48(177), 35-72.
- Del Canto, E., & Silva, A. S. (2013). Metodología cuantitativa: abordaje desde la complementariedad en ciencias sociales. *Revista de Ciencias sociales*, (141).
- García-Fernández, L., Romero-Ferreiro, V., Izquierdo-Izquierdo, M., Rodríguez, V., Alvarez-Mon, M. A., Lahera, G., ... & Rodriguez-Jimenez, R. (2023). Dramatic increase of suicidality in children and adolescents after COVID-19 pandemic start: A two-year longitudinal study. *Journal of Psychiatric Research*, 163, 63-67.
- García, V. G., Luque, B., Ruiz, M. S., & Tabernero, C. (2017). La autorregulación emocional en la depresión y el deterioro cognitivo de consumidores de sustancias psicoactivas. *Salud y drogas*, 17(2), 125-136.
- Gerstner, R. M. F., Soriano, I., Sanhueza, A., Caffé, S., & Kestel, D. (2018). Epidemiología del suicidio en adolescentes y jóvenes en Ecuador. *Revista Panamericana de salud pública*, 42, e100.
- Glenn, C. R., Czyz, E. K., Arango, A., Koo, H. J., & King, C. A. (2021). Short-term associations between nonsuicidal and suicidal thoughts and behaviors: A daily diary study with high-risk adolescents. *Journal of affective disorders*, 292, 337-344.
- Halper, Bonnie., Zorrilla, M., Lazaro, A & Anoshiravani, A. (2022). Adolescence. (5ed). *Developmental-Behavioral Pediatrics*, 9, 105.
- Hernández González, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(3).
- Martínez-López, Z., Villar, E., Castro, M., & Tinajero, C. (2021). Self-regulation of academic emotions: recent research and prospective view. *Anales de*

Psicología, 37(3),529-540.

<https://doi.org/bibliotecavirtual.udla.edu.ec/10.6018/analesps.415651>

Mas, C. B., Sevillano, C. P., & Gimeno-Santos, M. (2020). Riesgo de suicidio, inteligencia emocional y necesidades psicológicas básicas en adolescentes tutelados en centros residenciales. *Revista de Psicología Clínica con niños y adolescentes*, 7(1), 30-37.

Sabatier, C., Cervantes, D., Torres, M. M., De los Rios, O. H., & Sañudo, J. P. (2017). [Regulación emocional en niños y adolescentes: conceptos, procesos e influencias] Artículo en inglés. *Psicología desde el Caribe*, 75-90.

Santoya Montes, Y., Garcés Prettel, M., & Tezón Boutureira, M. (2018). Las emociones en la vida universitaria: análisis de la relación entre autoconocimiento emocional y autorregulación emocional en adolescentes y jóvenes universitarios. *Psicogente*, 21(40), 422-439.

Unicef. (2017). Comunicación, infancia y adolescencia: Guía para periodistas.

## **Anexo 1**

### *Hoja Informativa*

Va ser invitado a participar en un proyecto de investigación. Antes de decidir si desea participar es importante que conozca la información sobre esta investigación y como se llevaría a cabo. Por favor tómese el tiempo necesario y lea cuidadosamente la siguiente información:

#### ***1.- ¿Cuál es el objetivo de este estudio?***

Asociar si las estrategias de regulación emocional ayudan a prevenir el suicidio en adolescentes de 14 a 17 años

#### ***2.- ¿Que tengo que hacer si decido participar en el estudio?***

Si usted desea participar en el estudio, tendrá que firmar la hoja de consentimiento, donde acepta formar parte de este proyecto de investigación. Seguido a esto se establecerá una fecha y hora para la aplicación de dos cuestionarios relacionados con el objetivo de investigación.

#### ***3.- ¿Puedo retirarme del estudio sin ninguna consecuencia?***

Si en el caso de sentirse incomodo antes o durante el procedimiento de este proyecto y aplicación de los cuestionarios, usted está en todo su derecho de retirarse del estudio sin ninguna consecuencia.

#### ***4.- ¿Cuánto tiempo durara la aplicación de los cuestionarios?***

Para la aplicación de los cuestionarios tendrá una duración de 30 minutos la cual estará dividida en varias secciones, donde usted puede preguntar e interrumpir si tiene alguna duda sobre los cuestionarios.

#### ***5.- ¿Recibiré los resultados de los cuestionarios?***

Si en el caso de que el participante desee recibir los resultados, contactarse al correo del investigador para recibir los resultados de los cuestionarios aplicados.

### ***6.- ¿Que pasara con sus datos?***

Los resultados de las dos pruebas serán utilizados únicamente con fines académicos y serán tratados por la investigadora de manera totalmente confidencial. No será identificado por su nombre en ningún registro del estudio, excepto en el consentimiento informado. En la Constitución de la Republica del Ecuador 2008 en el registro oficial # 449, en el artículo 66 de la Constitución de la República, establece: "Se reconoce y garantizará a las personas: (...) 19. El derecho a la protección de datos de carácter personal, que incluye el acceso y la decisión sobre información y datos de este carácter, así como su correspondiente protección.

### ***7.- ¿Qué beneficios tiene el proyecto para mí?***

Este estudio pretende conseguir resultados que contribuyan a asociar si las estrategias de regulación emocional pueden ayudar a prevenir el suicidio en los adolescentes de 14 a 17 años de edad.

### **Información Adicional:**

La investigadora no recibirá compensación económica por este proyecto de investigación, dado que tiene únicamente fines académicos. Para mayor información sobre el estudio, datos o alguna duda antes de formar parte de esta investigación puede contactarse con: Dayana Alvarado al correo [joseline.alvarado@udla.edu.ec](mailto:joseline.alvarado@udla.edu.ec).

## **Anexo 2**

### *Consentimiento informado*

Agradezco su interés por participar en esta aplicación de cuestionarios sobre **Estrategias de Regulación Emocional y Riesgo Suicida en adolescentes de 14 a 17 años**.

A continuación, se detalla información relevante sobre su participación. Por favor, léala atentamente y no dude en preguntar en caso de existir alguna duda al respecto.

La Regulación Emocional en los adolescentes es una forma de afrontar, controlar y regular las situaciones que se presentan a lo largo de su vida es por esto que, al ser una etapa de cambios emocionales en los jóvenes, se convierte en un riesgo para la salud mental, presentándose situaciones como el riesgo suicida, para esto, se espera comparar si el manejo de las regulaciones emocionales puede predecir el riesgo suicida.

Su participación será libre y voluntaria. Se le recuerda que no recibirá ningún tipo de recompensa monetaria y puede retirarse en cualquier momento sin ninguna consecuencia. La información personal recolectada y compartida es confidencial, esta será manejada por el investigador de intervención con total discreción y únicamente con fines académicos. Si desea recibir información sobre los resultados, puede comunicarlo a través de un correo electrónico a la facilitadora. En caso de existir dudas sobre su participación en cualquier parte del proceso puede contactarse con: Dayana Alvarado al correo [joseline.alvarado@udla.edu.ec](mailto:joseline.alvarado@udla.edu.ec).

Si está de acuerdo en participar, por favor especifique: De acuerdo - Desacuerdo

---

Firma del Representante Legal

C.I: