



# SOCIEDAD DE LA LONGEVIDAD:

## Salud, Bienestar y Ética para un Futuro Inclusivo



Reservados todos los derechos.

No está permitida la reproducción total o parcial de este libro ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, por registro u otros medios, sin el permiso y por escrito de los titulares del Copyright.

Las opiniones y contenidos de los capítulos incluidos en este libro son de responsabilidad exclusiva de los/as autores/as; asimismo, estos/as se responsabilizarán de obtener el permiso correspondiente para incluir material publicado en otro lugar.

**PRIMERA EDICIÓN:** Abril 2026

**EDITA:**

SOCIEDADE GALEGA DE XERONTOLOXÍA E XERIATRÍA

Colexio Oficial de Médicos de A Coruña

Rúa San Pedro de Mezonzo, 39

15701 Santiago de Compostela (A Coruña)

Web: <https://sgxx.org/es/>

**EDITORES:**

M<sup>a</sup> Elena Mosquera Losada

Javier Pérez Martín

María D. Dapía Conde

Vanesa López Miguens

José M<sup>a</sup> Failde Garrido

**ISBN:**

978-84-09-82433-5

**DISEÑO Y MAQUETACIÓN:**

Innovación Ágil

# **SOCIEDAD DE LA LONGEVIDAD:**

**SALUD, BIENESTAR Y ÉTICA PARA UN FUTURO  
INCLUSIVO**

## Capítulo 18

# Asociaciones entre malestar emocional e ideación suicida: diferencias según la edad.

María del Sequeros Pedroso-Chaparro<sup>1</sup>, Ariadna de la Vega-Castelo<sup>2</sup>, Giovanna Caprara<sup>1</sup>, Jorge Leocadio-Baño<sup>2</sup>, Rosa Romero-Moreno<sup>2</sup>, Carlos Vara-García<sup>2</sup>.

<sup>1</sup>Universidad a Distancia de Madrid.

<sup>2</sup>Universidad Rey Juan Carlos.

### RESUMEN

El suicidio y la ideación suicida constituyen problemas de salud pública de gran relevancia, siendo especialmente prevalente en personas jóvenes. Aunque el malestar emocional -síntomas de depresión, ansiedad y estrés- están ligados a la ideación suicida, esta asociación parece diferir en función de la edad. Por ello, el objetivo de este estudio fue analizar: (1) las diferencias en los niveles de malestar emocional e ideación suicida en diferentes grupos de edad; y (2) las asociaciones entre indicadores de malestar emocional e ideación suicida en dichos grupos. 229 personas mayores de 18 años residentes en España respondieron una encuesta online que incluía medidas de malestar emocional (síntomas de depresión, ansiedad y estrés) e ideación suicida. La muestra fue dividida en tres grupos: jóvenes (18-39 años), adultos de mediana edad (40-64 años) y mayores (65+ años). Se realizó un ANOVA de Welch para identificar diferencias entre grupos en las variables evaluadas; así como, tres regresiones lineales con transformación logarítmica de las variables, para comprobar las asociaciones entre las medidas de malestar y la ideación suicida, controlando el género, en cada grupo de edad. Los resultados mostraron que los jóvenes presentaron mayores niveles de estrés que los grupos de mediana edad y mayores, así como mayor ideación suicida que estos últimos. En cuanto a las asociaciones, en jóvenes y adultos de mediana edad la ideación suicida se relacionó significativamente con mayores síntomas de depresión, mientras que en las personas mayores se asoció con niveles más altos de ansiedad. Estos hallazgos sugieren que los correlatos de la ideación suicida varían a lo largo del ciclo vital, lo que destaca la necesidad de diseñar intervenciones preventivas adaptadas a las características de cada grupo de edad.

Palabras clave: ideación suicida, grupos edad, malestar emocional.

### INTRODUCCIÓN

El suicidio es un grave problema de salud pública a nivel mundial, con más de 700.000 personas que se quitan la vida cada año, lo que equivale, aproximadamente, a 2.000 suicidios diarios (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2021). En España, la situación es igualmente preocupante: en 2022 se registraron 4.097 muertes por suicidio, lo que representa una media de 11 personas al día (Instituto Nacional de Estadística [INE], 2023). La ideación suicida, entendida como la presencia de pensamientos sobre el suicidio, es aún más frecuente y constituye un importante factor de riesgo para la conducta suicida consumada (Rossom et al., 2017; OMS, 2021).

Numerosos estudios han evidenciado que el malestar emocional, especialmente los síntomas de depresión, ansiedad y estrés, se asocia de manera significativa con la ideación suicida tanto en adolescentes como en adultos (Orri et al., 2020; Twenge et al., 2019). Desde un enfoque teórico, el modelo interpersonal-psicológico del suicidio de Joiner (2005) sostiene que la ideación suicida surge de la interacción entre el sentimiento de no pertenencia, la percepción de ser una carga y la desesperanza, factores estrechamente relacionados con el malestar emocional y los síntomas depresivos y ansiosos. Estudios cuantitativos han confirmado que la depresión es el predictor más robusto de la ideación suicida, aunque la ansiedad y el estrés también contribuyen de forma relevante, especialmente en jóvenes (Orri et al., 2020; Pan et al., 2021).

Sin embargo, la fuerza de la asociación entre síntomas de depresión, ansiedad y estrés e ideación suicida puede variar en función de la edad (Petkus et al., 2017). Por ejemplo, Orri et al. (2020) encontraron que, en adolescentes, tanto la depresión como la ansiedad se asocian con ideación suicida, mientras que en adultos mayores la depresión tiene un peso mayor. Twenge et al. (2019) observaron que el aumento de malestar psicológico y pensamientos suicidas en la última década ha sido más pronunciado en jóvenes, lo que sugiere una mayor vulnerabilidad en este grupo. Estas diferencias pueden explicarse, en parte, por el modelo de Joiner (2005), que resalta la importancia de factores contextuales y evolutivos en la aparición de la ideación suicida.

Dada la relevancia de estos hallazgos, resulta fundamental estudiar de manera conjunta la asociación diferencial entre síntomas de depresión, ansiedad y estrés e ideación suicida, así como sus variaciones según el grupo de edad. El objetivo de este estudio es analizar (1) las diferencias en los niveles de malestar emocional e ideación suicida en diferentes grupos de edad y (2) las asociaciones entre indicadores de malestar emocional e ideación suicida en los diferentes grupos de edad. Con base en la literatura previa, se plantea la hipótesis de que los niveles de malestar emocional e ideación suicida serán mayores en la población joven, y que la asociación entre los síntomas de depresión, ansiedad y estrés e ideación suicida diferirá en función del grupo de edad (Orri et al., 2020; Twenge et al., 2019; Pan et al., 2021).

## MÉTODO

Participantes. Participaron 229 personas adultas. Los requisitos para participar en el estudio fueron: (1) ser mayor de 18 años; y, (2) residir en España. Como se muestra en la Tabla 1, la muestra estuvo formada mayoritariamente por mujeres de mediana edad.

Tabla 1. Características de la muestra

	Muestra total	Personas jóvenes 18-39 años	Personas de mediana edad 40-64 años	Personas mayores 65+ años
n (% del total)	229	79 (34.5%)	105 (45.9%)	45
Edad	47.96 (17.25)	30.06 (6.52)	50.08 (7.10)	74.44 (6.64)
Género (% mujeres)	76.1%	79.7%	74.3%	73.3%

Variables e instrumentos. Junto con las variables sociodemográficas género y edad, se evaluaron las siguientes variables:

Los síntomas de ansiedad, depresión y estrés se midieron mediante subescalas de la versión española (Ruiz et al., 2017) de la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés-21 (DASS-21; Lovibond y Lovibond, 1995). Esta escala

se compone de tres subescalas con 7 ítems cada una de las sintomatologías: depresión, ansiedad y estrés. El formato de respuesta consiste en una escala Likert de 4 puntos que va de 0 («No se aplica a mí en absoluto») a 3 («Se aplica a mí en gran medida o la mayor parte del tiempo»). La consistencia interna ( $\alpha$  de Cronbach) de las subescalas en el presente estudio fue de 0.87, 0.86 y 0.86 para la depresión, la ansiedad y el estrés, respectivamente.

La ideación suicida se evaluó mediante la versión española (Sánchez-Álvarez et al., 2020) del Inventario de Frecuencia de Ideas Suicidas (FSII; Chang y Chang, 2016). Se trata de una escala de 5 ítems. Los participantes responden utilizando una escala Likert de cinco puntos que va de 1 («Nunca») a 5 («Casi todos los días»). La consistencia interna ( $\alpha$  de Cronbach) de la escala en el presente estudio fue de 0.93.

Análisis de datos. La muestra fue dividida en tres grupos: personas jóvenes (18-39 años), mediana edad (40-64 años) y mayores (65+ años). Al no cumplirse los supuestos necesarios para la realización de pruebas paramétricas (p.ej., distribución normal de los datos) se realizó un ANOVA de Welch para determinar la existencia de diferencias en las variables evaluadas en los diferentes grupos; así como, tres regresiones lineales, aplicando una transformación logarítmica de las variables, para comprobar las asociaciones entre las medidas de malestar y la ideación suicida, controlando el género, en cada uno de los grupos de edad.

## RESULTADOS

No se encontraron diferencias significativas entre grupos en los niveles de depresión ni ansiedad. Sin embargo, los análisis mostraron que las personas jóvenes presentaron niveles de estrés significativamente más elevados que los grupos de mediana edad y mayores (Tabla 2, Gráfico 1). Además, la ideación suicida fue mayor en los jóvenes en comparación con las personas mayores (Tabla 2, Gráfico 2).

Tabla 2. Diferencias de medias

	Test Welch	gl1	gl2	p	Distribución
Síntomas de depresión	.62	2	127.58	.54	-
Síntomas de ansiedad	.75	2	131.28	.48	-
Síntomas de estrés	4.70	2	123.77	.01	Jóvenes > Mediana edad y Mayores
Ideación suicida	3.54	2	129.69	.03	Jóvenes > Mayores

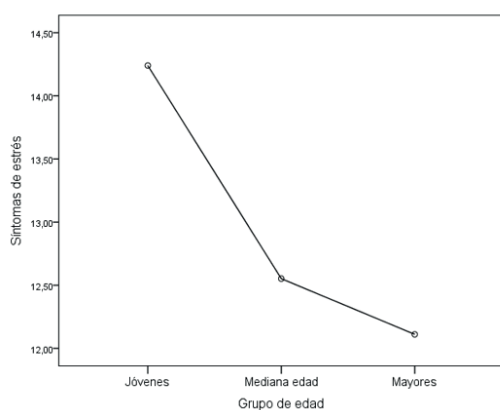


Gráfico 1. Distribución de los niveles medios de síntomas de estrés por grupos de edad

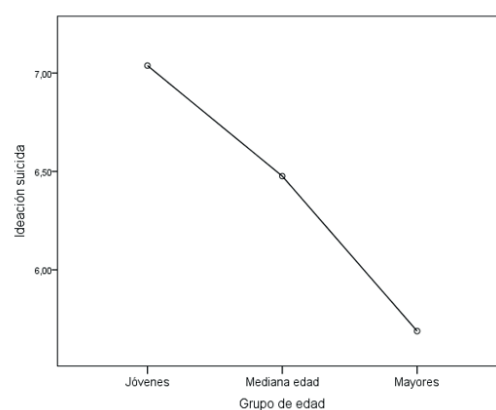


Gráfico 2 Distribución de los niveles medios de ideación suicida por grupos de edad

Con respecto a las asociaciones entre la ideación suicida y las variables de malestar, mientras que en jóvenes y adultos de mediana edad la ideación suicida se relacionó significativamente con mayores síntomas de depresión, en el grupo de personas mayores se asoció con mayores niveles de ansiedad (Tabla 3).

Tabla 3. Asociaciones entre ideación suicida y las variables evaluadas en cada grupo de edad

	(Log <sub>10</sub> ) Ideación suicida		
	Personas jóvenes	Personas de mediana edad	Personas mayores
Síntomas de depresión (Log <sub>10</sub> )	$\beta = .57^{**}$ ; $t = 4.11$	$\beta = .66^{**}$ ; $t = 5.25$	$\beta = .111$ ; $t = .52$
Síntomas de ansiedad (Log <sub>10</sub> )	$\beta = .26$ ; $t = 1.11$	$\beta = -.06$ ; $t = -.43$	$\beta = .42^*$ ; $t = 2.04$
Síntomas de estrés (Log <sub>10</sub> )	$\beta = -.23$ ; $t = -1.69$	$\beta = -.00$ ; $t = -.03$	$\beta = -.12$ ; $t = -.55$

\*\* $p < .01$ ; \* $p < .05$

## DISCUSIÓN Y LIMITACIONES

El objetivo de este estudio fue analizar las diferencias en los niveles de malestar emocional e ideación suicida en diferentes grupos de edad, así como las asociaciones entre indicadores de malestar emocional e ideación suicida en los diferentes grupos de edad. En primer lugar, los resultados sugieren que, aunque los niveles de depresión y ansiedad no difieren entre los distintos grupos de edad, el estrés y la ideación suicida sí muestran mayores niveles entre los jóvenes. Una posible explicación a este hallazgo es que, entre la población joven, existe una mayor exposición a factores estresantes (académicos, laborales, sociales) y la menor experiencia en regulación emocional, que en los otros grupos de edad. El estrés y la percepción de falta de control sobre el futuro, junto con factores como la baja autoestima y el bienestar subjetivo, pueden potenciar la vulnerabilidad suicida en este grupo (Twenge et al., 2019; Ha y Shim, 2025), siendo estos factores menos frecuentes en otros grupos de edad. Por otro lado, el uso intensivo de redes sociales, muy común en este grupo, se ha relacionado con comparaciones sociales, ciberacoso y exposición a contenidos nocivos, que pueden incrementar el malestar psicológico y la vulnerabilidad suicida (Orben y Przybylski, 2019; Sampasa-Kanyinga y Lewis, 2015).

En segundo lugar, los resultados sugieren que una mayor presencia de síntomas de depresión se asocia con una mayor ideación suicida en los grupos de jóvenes y adultos de mediana edad, pero no en las personas mayores al considerar los síntomas de depresión, ansiedad y estrés de manera conjunta. Pese a que este hallazgo es contrario a lo encontrado por Orri et al. (2020), va en línea con los resultados que recientemente han encontrado Ha y Shim (2025), los cuales muestran que la depresión es el factor más directamente asociado a la ideación suicida en todos los grupos de edad, pero su peso es especialmente alto en jóvenes y adultos de mediana edad. El modelo de la desesperanza (Beck et al., 1975) y la Teoría de los tres pasos o “Three-Step Theory (3ST)” de Klonsky y May (2015) subrayan que la combinación de dolor psicológico y desesperanza es clave para la aparición de ideación suicida, especialmente en jóvenes, donde el estrés y la falta de recursos de afrontamiento pueden precipitar este proceso (Junus y Yip, 2023). En adultos de mediana edad, pese a que la depresión sigue siendo el principal predictor de ideación suicida, tal y como muestran los datos de este estudio, conviene destacar que la literatura existente sugiere que otros factores como la satisfacción laboral, la salud física y las relaciones familiares también juegan un papel relevante (Ha y Shim, 2025). Por tanto, una posible explicación es que la presión por el desempeño laboral, la estabilidad económica y las responsabilidades familiares pueden incrementar el malestar emocional y, en presencia de depresión, aumentar el riesgo de ideación suicida.

Por otro lado, entre las personas mayores, y a diferencia de lo que ocurría en los otros grupos de edad, nuestro estudio sugiere que la ansiedad se asocia con una mayor ideación suicida. Entre los posibles factores que pudiesen estar detrás de esta asociación, cabe destacar el posible papel de variables como preocupaciones sobre la salud, el futuro, la pérdida de autonomía y la soledad, que son más frecuentes en la vejez (Park et al., 2020; Gomboc et al., 2021). En este sentido, el modelo interpersonal-psicológico de Joiner (2005) resalta que la percepción de ser una carga y la desconexión social, son especialmente relevantes en este grupo. La literatura apoya este modelo teórico, con estudios que sugieren que la satisfacción con el apoyo social y la ausencia de relaciones significativas son factores críticos en la ideación suicida de los mayores, incluso en ausencia de depresión (Handley et al., 2014; Gomboc et al., 2021). Otra posible explicación se relaciona con aspectos metodológicos. Dado que la recogida de datos se realizó de manera online, es probable que la muestra de personas mayores estuviera compuesta en mayor medida por individuos con un buen nivel de autonomía y, en consecuencia, con menor sintomatología depresiva. En este contexto, la ansiedad podría emerger como el factor de riesgo más destacado.

A pesar de los hallazgos obtenidos, el presente estudio presenta ciertas limitaciones. En primer lugar, el tamaño muestral fue reducido, especialmente en el grupo de personas mayores, lo que limita la potencia estadística y aconseja interpretar sus resultados con cautela. Además, la muestra se obtuvo mediante un muestreo de conveniencia, lo que puede introducir sesgos de autoselección y afectar a la representatividad. Por otro lado, su diseño transversal imposibilita el establecimiento de relaciones causales entre las variables. Futuros estudios deberían tratar de reclutar un mayor número de participantes, mediante un procedimiento aleatorizado, llevando a cabo diseños longitudinales y/o de intervención para poder establecer causalidad. Por último, cabe destacar que el presente trabajo se centra en la predicción de la ideación suicida, y no de la propia conducta suicida. Estudios previos (Nock et al., 2013), señalan que los factores que predicen mejor la ideación suicida son diferentes de aquellos que predicen las transiciones condicionales de la ideación a los planes e intentos, por lo que la frecuencia de conducta suicida y sus predictores, podrían diferir también entre distintos grupos de edad.

Sin embargo, el presente estudio, pese a las limitaciones mencionadas, también tiene importantes implicaciones prácticas, destacando la necesidad de diseñar estrategias preventivas de la ideación suicida, dirigidas especialmente al grupo de jóvenes, dado que estos parecen presentar una mayor manifestación de esta ideación. Adicionalmente, cabe destacar que las intervenciones deben estar especialmente diseñadas, y de manera diferencial, para los distintos grupos de edad. Pese a que las intervenciones encaminadas a reducir la sintomatología depresiva pudiesen ser especialmente eficaces para reducir la ideación suicida entre la población joven y de mediana edad, intervenciones más focalizadas en la reducción de sintomatología ansiosa, pudiesen ser más útiles para el trabajo con la ideación suicida de las personas mayores.

## CONCLUSIONES

Respondiendo al objetivo del presente estudio, se puede concluir que los resultados obtenidos sugieren que existen diferencias entre los diferentes grupos de edad en las asociaciones encontradas entre malestar e ideación suicida. Estas diferencias pueden deberse a la interacción de factores emocionales (depresión, ansiedad, estrés), variables psicológicas (autoestima, desesperanza, soledad) y contextuales (apoyo social, salud física), cuya relevancia varía a lo largo del ciclo vital. Esto subraya la necesidad de intervenciones preventivas adaptadas a las características y necesidades de cada grupo de edad.

## Referencias bibliográficas

- Beck, A.T., Kovacs, M., y Weissman, A. (1975). Hopelessness and suicidal behavior: An overview. *Journal of the American Medical Association*, 234, 1146–1149.
- Gomboc, V., Krohne, N., Lavrič, M., Podlogar, T., Poštuvan, V., Zadavec Šedivy, N., y De Leo, D. (2022). Emotional and social loneliness as predictors of suicidal ideation in different age groups. *Community Mental Health Journal*, 58(2), 311-320. <https://doi.org/10.1007/s10597-021-00823-8>.
- Ha, H., y Shim, E. J. (2025). Do the Relative Importance and Pattern of Correlates of Suicidal Ideation Vary by Age and Gender? Network Analyses. *International Journal of Psychology*, 60(3), e70049. <https://doi.org/10.1002/ijop.70049>
- Handley, T. E., Hiles, S. A., Inder, K. J., Kay-Lambkin, F. J., Kelly, B. J., Lewin, T. J., . Attia, J. R. (2014). Predictors of suicidal ideation in older people: a decision tree analysis. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 22(11), 1325-1335. <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2013.05.009>.
- Instituto Nacional de Estadística. (2023). *Defunciones por causa de Muerte 2022* [https://www.ine.es/prensa/edcm\\_2022.pdf](https://www.ine.es/prensa/edcm_2022.pdf).
- Joiner, T. E. (2005). *Why people die by suicide*. Harvard University Press.
- Junus, A., y Yip, P. S. (2023). Preventing comorbidity between distress and suicidality: a network analysis. *npj Mental Health Research*, 2(1), 2. <https://doi.org/10.1038/s44184-023-00022-1>.
- Klonsky, E. D., y May, A. M. (2015). The three-step theory (3ST): A new theory of suicide rooted in the “ideation-to-action” framework. *International Journal of Cognitive Therapy*, 8(2), 114-129. <https://doi.org/10.1521/ijct.2015.8.2.114>.
- Lovibond, P. F., y Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour research and therapy*, 33(3), 335-343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U).
- Nock, M. K., Green, J. G., Hwang, I., McLaughlin, K. A., Sampson, N. A., Zaslavsky, A. M., & Kessler, R. C. (2013). Prevalence, correlates, and treatment of lifetime suicidal behavior among adolescents: results from the National Comorbidity Survey Replication Adolescent Supplement. *JAMA Psychiatry*, 70(3), 300-310. <https://doi.org/10.1001/2013.jamapsychiatry.55>.
- Orben, A., y Przybylski, A. K. (2019). The association between adolescent well-being and digital technology use. *Nature Human Behaviour*, 3(2), 173–182. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0506-1>.
- Organización Mundial de la Salud. (OMS), (2021). *Suicide worldwide in 2019: Global health estimates*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240026643>.
- Orri, M., Scardera, S., Perret, L. C., Bolanis, D., Temcheff, C., Séguin, J., ... Geoffroy, M. (2020). Mental health problems and risk of suicidal ideation and attempts in adolescents. *Pediatrics*, 145(6), e20194034. <https://doi.org/10.1542/peds.2019-4034>.

- Pan, C.-H., Lee, M., Wu, C.-Y., Liao, S., Chan, C.-T., y Chen, C.-Y. (2021). Suicidal ideation, psychopathology, and help-seeking in 15 to 19-year-old adolescents in Taiwan: A population-based study 2015-2019. *Journal of Affective Disorders*, 282, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.12.174>.
- Park, C. H. K., Lee, J. W., Lee, S. Y., Moon, J., Jeon, D. W., Shim, S. H., ... Ahn, Y. M. (2020). Suicide risk factors across suicidal ideators, single suicide attempters, and multiple suicide attempters. *Journal of psychiatric research*, 131, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2020.08.018>.
- Petkus, A. J., Wetherell, J. L., Stein, M. B., Chavira, D. A., Craske, M. G., Sherbourne, C., ... Roy-Byrne, P. (2017). Age Differences in Death and Suicidal Ideation in Anxious Primary Care Patients. *Clinical Gerontologist*, 41(4), 271–281. <https://doi.org/10.1080/07317115.2017.1356893>.
- Rossom, R., Coleman, K., Ahmedani, B., Beck, A., Johnson, E., Oliver, M. M., y Simon, G. (2017). Suicidal ideation reported on the PHQ9 and risk of suicidal behavior across age groups. *Journal of Affective Disorders*, 215, 77–84. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.03.037>.
- Ruiz, F. J., Martín, M. B. G., Falcón, J. C. S., y González, P. O. (2017). The hierarchical factor structure of the Spanish version of Depression Anxiety and Stress Scale-21. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 17(1), 97-105. Available in: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56049624007>.
- Sampasa-Kanyinga, H., y Lewis, R. F. (2015). Frequent use of social networking sites is associated with poor psychological functioning among children and adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(7), 380–385. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0055>.
- Sánchez-Álvarez, N., Pacheco, N. E., Rey, L., Chang, E. C., y Chang, O. D. (2020). Frequency of suicidal ideation inventory: Psychometric properties of the Spanish version. *Psicothema*, 32(2), 253. <https://doi.org/10.7334/psicothema2019.344>.
- Twenge, J., Cooper, A. B., Joiner, T. E., Duffy, M. E., y Binau, S. G. (2019). Age, period, and cohort trends in mood disorder indicators and suicide-related outcomes in a nationally representative dataset, 2005–2017. *Journal of Abnormal Psychology*, 128(3), 185–199. <https://doi.org/10.1037/abn0000410>.
- Zhong, S., Cheng, D., Su, J., Xu, J., Zhang, J., Huang, R., ... Zhou, L. (2023). A network analysis of depressive symptoms, psychosocial factors, and suicidal ideation in 8686 adolescents aged 12–20 years. *Psychiatry research*, 329, 115517. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2023.115517>.