

## **TRABAJO FIN DE MÁSTER**

CURSO 2022/2023

# LA IMPORTANCIA DE LA GESTIÓN EMOCIONAL EN LA INFLUENCIA DE AUTOLESIONES E IDEACIONES SUICIDAS EN ADOLESCENTES

**Alumna: Irene Gil Salvador**

**Tutor: Ignacio Perlado Lamo de Espinosa**

Modalidad: Revisión Sistemática

Especialidad: Orientación Educativa

Máster Universitario en Formación del Profesorado de Educación

Secundaria Obligatoria, Bachillerato, Formación Profesional, Enseñanza de Idiomas y  
Enseñanzas Deportivas

**UNIVERSIDAD EUROPEA DE MADRID**

## **Resumen**

El presente trabajo de fin de máster se centra en analizar la literatura científica existente sobre la importancia de la gestión emocional ante la aparición de autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes. Desde el punto de vista metodológico, este trabajo constituye una revisión sistemática de 31 contribuciones publicadas desde 2011 hasta la actualidad y recogidas en diferentes bases de datos. Se ha atendido a diferentes criterios de inclusión y exclusión para seleccionar los resultados. Tras una revisión detallada, se ha concluido que las causas de estas conductas son multifactoriales y complejas, y que existen factores de riesgo y factores protectores que pueden influir en su desarrollo. Entre los factores de riesgo se encuentran problemas emocionales y psicológicos, abuso de sustancias, experiencias traumáticas, falta de habilidades sociales y emocionales, así como exposición a la violencia y el acoso. Por otro lado, los factores protectores incluyen la resiliencia, el apoyo emocional y social, la formación en habilidades de detección y prevención, y la implementación de estrategias de salud pública. Es importante destacar que la gestión emocional es un factor clave en la prevención de estas conductas, y que los programas de prevención deberían centrarse en mejorar las habilidades de regulación emocional de los adolescentes para reducir su riesgo. Asimismo, la detección temprana y la atención a los problemas emocionales y psicológicos subyacentes pueden ser importantes factores de protección. En conclusión, la prevención del suicidio en adolescentes requiere de la colaboración y el compromiso de diferentes actores sociales y la implementación de estrategias integrales.

**Palabras clave:** adolescencia, autolesiones, suicidio, ideación suicida, gestión emocional.

## **Abstract**

This master's thesis focuses on analyzing the existing scientific literature on the importance of emotional management in the occurrence of self-injury and suicidal ideation in adolescents. From the methodological point of view, this work constitutes a systematic review of 31 contributions published from 2011 to the present and collected in different databases. Different inclusion and exclusion criteria were used to select the results. After a detailed review, it was concluded that the causes of these behaviors are multifactorial and complex, and that there are risk factors and protective factors that can influence their development. Risk factors include emotional and psychological problems, substance abuse, traumatic experiences, lack of social and emotional skills, as well as exposure to violence and bullying. On the other hand, protective factors include resilience, emotional and social support, training in detection and prevention skills, and implementation of public health strategies. It is important to highlight that emotional management is a key factor in the prevention of these behaviors, and that prevention programs should focus on improving adolescents' emotional regulation skills to reduce their risk. Also, early detection and attention to underlying emotional and psychological problems can be important protective factors. In conclusion, adolescent suicide prevention requires the collaboration and commitment of different social actors and the implementation of comprehensive strategies.

**Key words:** adolescence, self-harm, suicide, suicidal ideation, emotional management.

## ÍNDICE

<b>1. Introducción</b>	<b>9</b>
1.1. Justificación del tema	9
1.2. Definición del problema de investigación	11
<b>2. Marco teórico</b>	<b>12</b>
2.1. Desarrollo teórico y científico de la cuestión	12
<i>Marco contextual</i>	12
<i>Marco legal</i>	13
<i>Marco histórico</i>	14
<i>Marco conceptual</i>	17
2.2. Principales líneas de investigación	18
<i>Aproximación conceptual de las causas de las autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes</i>	18
<i>Aproximación conceptual de los factores de riesgo en autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes</i>	19
<i>Aproximación conceptual de los factores de protección en autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes</i>	20
<i>Aproximación conceptual de la gestión emocional de los adolescentes en las escuelas</i>	21
<i>Aproximación conceptual de la influencia de la gestión emocional con el incremento de autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes</i>	22
<b>3. Metodología</b>	<b>24</b>
3.1. Problema de investigación y objetivos	24
3.2. Metodología de investigación y procedimiento	25
3.3. Criterios de inclusión y exclusión	27
3.4. Diagrama de flujo	28

<b>4. Resultados</b>	<b>31</b>
4.1. Resultados en función del año de publicación sobre el tema a tratar	31
4.2. Resultados en función de los autores que hablan de las posibles causas de las autolesiones y/o ideaciones suicidas en la adolescencia.	32
4.3. Resultados en función de los autores que hablan de factores de riesgo en autolesiones y suicidio en adolescentes.	33
4.4. Resultados en función de los autores que hablan de factores de protección de autolesiones y suicidio en adolescentes.	35
4.5. Resultados en función de los autores que hablan de la importancia de la gestión emocional en los adolescentes	37
4.6. Resultados en función autores que han realizado estudios sobre autolesiones y suicidio en adolescentes.	39
<b>5. Discusión</b>	<b>42</b>
5.1. Análisis comparativo de los resultados	42
<b>6. Conclusiones</b>	<b>47</b>
6.1. Futuras líneas de investigación	49
<b>7. Referencias bibliográficas</b>	<b>52</b>

## ÍNDICE DE FIGURAS

*Figura 1: Diagrama de flujo de la búsqueda sistemática* \_\_\_\_\_ **28**

*Figura 2: Número de artículos por año de publicación* \_\_\_\_\_ **31**

## ÍNDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1: Resumen de búsqueda con frases y palabras clave en bases de datos</i>	<b>26</b>
<i>Tabla 2: Selección final de los documentos que serán analizados para los resultados</i>	<b>29</b>
<i>Tabla 3: Selección de artículos relacionados con las posibles causas</i>	<b>32</b>
<i>Tabla 4: Selección de artículos relacionados con los factores de riesgo</i>	<b>33</b>
<i>Tabla 5: Selección de artículos relacionados con los factores de protección</i>	<b>35</b>
<i>Tabla 6: Selección de artículos relacionados con la gestión emocional y autolesiones</i>	<b>37</b>
<i>Tabla 7: Selección de artículos relacionados con estudios realizados</i>	<b>39</b>

**Listado de acrónimos**

**ANS-** Autolesiones No Suicidas

**DSM-5-** Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, quinta edición.

**D-SIB-** Direct Self-Injurious Behavior

**LOMLOE-** Ley Orgánica de Mejora de la Ley Orgánica de Educación.

**NSSH** -Non-Suicidal Self-Harm

**NSSI-** Nonsuicidal Self-Injury

**OMS-** Organización Mundial de la Salud.

**PAT-** Plan de Acción Tutorial.

**PRISMA-** Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses

**SA-** Suicide Attempt

**TFM-** Trabajo Final de Máster.



## **1. INTRODUCCIÓN**

El propósito del siguiente Trabajo Final de Máster (TFM en adelante) es ofrecer un análisis sobre la importancia de la gestión emocional y la influencia en las autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes desde el año 2011 hasta la actualidad. Para ahondar sobre el tema planteado, se realizará una revisión de la literatura relacionada sobre el mismo y un análisis de esta.

El contenido del trabajo se estructura en seis secciones que abarcan todos los detalles necesarios. En la primera sección, se explica con rigor la justificación del tema y se plantea la investigación. La segunda sección analiza el estado actual de la cuestión, incluyendo el marco legal, conceptual e investigativo, así como las principales teorías sobre la gestión emocional en la adolescencia y su relación con las autolesiones e ideaciones suicidas. La tercera sección describe la metodología empleada, que comprende la pregunta de investigación, los objetivos y la estrategia de investigación, siguiendo las directrices de la declaración PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses) (Page et al., 2020) para cualquier revisión sistemática. En la cuarta sección se presentan los resultados alcanzados de acuerdo con los objetivos específicos establecidos, en la quinta sección se analizan los resultados y, finalmente, en la última sección, se presentan las principales conclusiones del estudio, así como posibles direcciones futuras de investigación.

### **1.1. Justificación del tema**

La adolescencia es una etapa de cambios físicos, psicológicos y emocionales que pueden generar un gran estrés en los jóvenes y afectar su bienestar mental y emocional. Durante esta etapa, algunos adolescentes pueden desarrollar comportamientos autolesivos, ideaciones suicidas y una baja tolerancia a la frustración, lo que puede estar relacionado con problemas de ansiedad y dificultades en la gestión emocional (Castellvi, 2018).

La autolesión y las ideaciones suicidas son un problema grave de salud mental en los adolescentes en todo el mundo. Según la Organización Mundial de la Salud (2021) (OMS en adelante), el suicidio es la cuarta causa de muerte entre los jóvenes de 15 a 29 años.

Los adolescentes que se autolesionan pueden causarse dolor o lesiones físicas intencionalmente como una forma de aliviar el estrés emocional, la angustia o la ansiedad. La autolesión puede incluir cortes, quemaduras, rasguños o golpes en el cuerpo.

Las ideaciones suicidas son pensamientos recurrentes sobre la muerte o el deseo de morir. Los adolescentes que tienen ideaciones suicidas pueden sentirse desesperados, solos o sin esperanza. Algunos adolescentes pueden incluso planificar un intento de suicidio o intentarlo (Constanza et al., 2018).

La OMS (2014) informa que aproximadamente el 15% de los adolescentes han considerado seriamente el suicidio en algún momento de sus vidas, y que la autolesión es más común en adolescentes que en adultos. Es importante que los adolescentes que experimentan estas dificultades busquen ayuda y apoyo.

También, es muy importante tratar los problemas de fondo que llevan a los adolescentes a hacerse daño o pensar en el suicidio, como la tristeza profunda, la preocupación excesiva, el consumo de drogas, el bullying y la tensión en la familia. Prevenir y actuar lo antes posible son esenciales para disminuir la cantidad de jóvenes que sufren estas dificultades.

Varios autores han estudiado la relación entre estos conceptos. Por ejemplo, según Plener et al. (2015), las autolesiones y las ideaciones suicidas están fuertemente relacionadas con la ansiedad en la adolescencia. Asimismo, según Juarros-Basterretxea et al. (2019), la baja tolerancia a la frustración y las dificultades en la gestión emocional son factores que pueden contribuir al desarrollo de comportamientos autolesivos.

Por lo tanto, es importante profundizar en la relación entre autolesiones, ansiedad, ideaciones suicidas, baja tolerancia a la frustración y gestión emocional en la adolescencia, con el fin de comprender mejor estos comportamientos y poder prevenirlos. En este sentido, el presente trabajo se enfocará en analizar los factores que influyen en la aparición de estas problemáticas en la adolescencia.

Existe una mayor conciencia del aumento de las autolesiones en los centros y la importancia y necesidad de abordar y formar sobre este tema a la comunidad educativa para afrontar la problemática que nos plantea la nueva sociedad adolescente (Castellvi, 2018). Son varios los autores que hablan de esto y comparten la idea de que es fundamental tratar el tema de las autolesiones en los entornos escolares y de preparar a los miembros de la comunidad educativa para hacer frente a esta problemática.

Por tanto, aparte de los desafíos previamente presentes, nuestro sistema educativo actual se enfrenta a la tarea de identificar los factores de riesgo y protección relacionados con las conductas de autolesión y pensamientos suicidas, para así prevenir e intervenir a tiempo con

los jóvenes con los que trabajan. Para lograr este objetivo, se requiere la capacitación de los docentes y la provisión de herramientas para toda la comunidad educativa.

## **1.2. Definición del problema de investigación**

Las autolesiones e ideaciones suicidas son problemas de salud mental que afectan a un gran número de adolescentes en todo el mundo. Según estudios recientes, aproximadamente el 17% de los adolescentes informan haberse autolesionado en algún momento de sus vidas (Klonsky et al., 2013), y la tasa de ideación suicida en adolescentes es aún mayor, con un 20% informando haber pensado en el suicidio en el último año (Centers for Disease Control and Prevention, 2019).

Las causas de estas conductas son multifactoriales y pueden estar influenciadas por factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales. La investigación ha identificado varios factores de riesgo para las autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes, incluyendo antecedentes de abuso o negligencia, problemas de salud mental como depresión y trastornos de ansiedad, y exposición a eventos estresantes como el acoso escolar (Joiner et al., 2016).

Sin embargo, también se han identificado factores de protección que pueden ayudar a prevenir la aparición de estos comportamientos en los adolescentes, como el apoyo social y familiar, la capacidad para afrontar el estrés y la resiliencia emocional (Gvion et al., 2019).

En conclusión, el estudio de las causas de las autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes y los factores de riesgo y protección asociados a estas conductas es de gran importancia para desarrollar estrategias de prevención y actuación efectivas para este grupo de población tan vulnerable. Y, por tanto, se va a realizar este estudio con el objetivo de explorar si la gestión emocional tiene algún impacto en estas conductas. Será necesario continuar investigando para seguir mejorando nuestra comprensión y abordaje de estas problemáticas en el ámbito educativo.

## 2. MARCO TEÓRICO

El apartado del marco teórico y científico es fundamental dentro del trabajo de máster, ya que permite contextualizar el tema de investigación y las preguntas que se tratarán. En esta sección se expondrán las investigaciones y estudios previos sobre el tema en cuestión, se discutirán las teorías relevantes aplicables al análisis y se establecerá la base para la investigación que se llevará a cabo. El objetivo principal de este apartado es explicar los conceptos y teorías fundamentales que se utilizarán a lo largo del trabajo. Todo ello permitirá sentar las bases para una investigación rigurosa y efectiva, basada en un sólido conocimiento teórico y científico.

### 2.1. Desarrollo teórico y científico de la cuestión

#### *Marco contextual*

Este trabajo se enmarca en el Máster Universitario en Formación del Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato, Formación Profesional, Idiomas y Enseñanzas Deportivas en la especialidad de Orientación Educativa.

Algunos autores señalan la gravedad de las conductas autolesivas e ideaciones suicidas en la etapa de la adolescencia. Además, señalan importancia del conocimiento, por parte de los adultos que se encuentran junto a los menores, de las causas, los factores de riesgo y de protección de estas acciones, para poder prevenir, en la medida de lo posible, estas conductas.

Los autores Castellvi et al. (2018), en su artículo "El suicidio en la adolescencia: un problema de salud pública que se puede y debe prevenir", señalan la importancia de la prevención del suicidio en la población adolescente, destacando la necesidad de políticas públicas y programas de intervención que aborden este problema de manera integral. Por su parte, Colorado (2018) aborda el tema del suicidio en la adolescencia desde una perspectiva psicológica, haciendo énfasis en la importancia del apego y la regulación emocional en la prevención de este fenómeno.

Ibáñez et al. (2012), en su investigación sobre la conducta autolesiva en adolescentes, identificaron la prevalencia y los factores de riesgo de este comportamiento, así como los tratamientos más efectivos para abordarlo. En este mismo sentido, Klonsky et al. (2014) se enfocaron en la autolesión no suicida, exponiendo lo que se sabe y lo que se necesita saber sobre este fenómeno.

Finalmente, Sánchez (2018) abordó el tema de las autolesiones en la adolescencia, explorando los significados y perspectivas que subyacen a este comportamiento y proponiendo posibles enfoques terapéuticos. En conjunto, estos autores proporcionan un marco contextual amplio para entender la problemática de las autolesiones y el suicidio en la adolescencia, así como las posibilidades de prevención y tratamiento.

El problema de las autolesiones e ideaciones suicidas en los adolescentes es un hecho y una problemática importante en los centros españoles de secundaria y bachillerato. Según un estudio publicado en el *International Journal of Mental Health and Addiction* (2018), las autolesiones afectan a un porcentaje muy alto en la adolescencia y juventud y es un hecho que está ocurriendo con mucha frecuencia. Asimismo, otro estudio publicado en el *Journal of Adolescent Health* (2020) halló que existe también un porcentaje muy elevado en ideaciones suicidas en la población adolescente española.

Por tanto, es esencial que los docentes cuenten con las destrezas y la información necesarias para detectar los factores de riesgo potenciales en los alumnos y tomar medidas de prevención adecuadas. Asimismo, tener un protocolo de actuación para situaciones de emergencia puede tener un efecto importante en la disminución de las repercusiones emocionales y físicas en los estudiantes.

### ***Marco legal***

Las leyes educativas han avanzado de manera gradual, integrando cada vez más las complejas realidades sociales, científicas y contextuales que rodean el entorno educativo. Esto ha permitido que se ponga mayor énfasis en la importancia de entender la interacción social y personal de los estudiantes en su proceso de aprendizaje, así como en la necesidad de adaptar el sistema educativo a las demandas cambiantes de la sociedad actual. En otras palabras, se ha reconocido la importancia de que las políticas educativas aborden de manera efectiva las necesidades individuales y colectivas de los estudiantes, para que puedan desarrollar todo su potencial y hacer frente a los desafíos del mundo en el que vivimos. En este sentido, la actual Ley Orgánica 3/2020 (en adelante, LOMLOE), de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (Ley Orgánica 3/2020) incluye, dentro de las ocho competencias básicas, la competencia personal, social y de aprender a aprender como un aspecto fundamental de adquisición del aprendizaje, convirtiéndose en un principio pedagógico en la educación básica que debe ser trabajada en todas las áreas y materias.

Asimismo, en la Comunidad Valenciana se publicó el curso escolar 2021-2022, la Instrucción del 9 de septiembre de 2021, de la directora general de Inclusión Educativa, para la intervención en autolesiones y conductas de suicidio. La finalidad de esta instrucción es promover medidas en el marco de los planes de actuación del centro, especialmente en los planes de igualdad y convivencia, orientación educativa y tutoría, con el objetivo de prevenir el suicidio. Se busca fomentar la integración y participación de todos los estudiantes en la comunidad educativa, creando un ambiente acogedor y propiciando la implicación y el compromiso con la vida del centro. El objetivo principal de este proyecto es crear un entorno escolar seguro que fomente el bienestar emocional y personal de los estudiantes. Para lograrlo, se promoverán las tutorías personalizadas con enfoque emocional entre el personal del centro, se establecerán campañas preventivas contra el acoso y el ciberacoso, y se sensibilizará y capacitará a docentes y familias sobre factores protectores y de riesgo, así como las señales de alerta de autolesiones e ideaciones suicidas, utilizando la guía de prevención del suicidio desarrollada por la Consellería de Sanidad y Salud Pública (2018). Además, se crearán equipos de mediación escolar, apoyo entre iguales, observatorios de convivencia, círculos de apoyo, tutorías entre iguales, mentores, cibertutorías, entre otros, para brindar apoyo emocional y personal al alumnado. Asimismo, se implementarán programas de educación emocional para el manejo de situaciones difíciles y educación afectivo-sexual, y se llevarán a cabo acciones que permitan detectar y visibilizar conductas machistas, de extorsión y control, para prevenir la violencia de género, la LGTBIfobia y otras formas de violencia. Se promoverán actividades orientadas al desarrollo de habilidades personales y sociales, tales como resiliencia, tolerancia a la frustración y al fracaso, autoconocimiento, autoestima positiva, establecimiento de metas realistas, resolución de problemas, establecimiento de relaciones positivas, habilidades sociales y de comunicación, y se trabajará en la eliminación de mitos y creencias erróneas en toda la comunidad educativa. Con todas estas acciones, se espera crear un ambiente escolar donde los estudiantes se sientan seguros y apoyados emocionalmente, lo que contribuirá a su éxito académico y personal.

### ***Marco histórico***

Las autolesiones en adolescentes no son un fenómeno nuevo, de hecho, han existido desde hace décadas, pero su prevalencia ha ido en aumento en las últimas décadas. Las autolesiones se definen como cualquier comportamiento intencional que cause daño físico a

uno mismo, sin la intención de suicidarse. Estas pueden incluir cortes, quemaduras, mordeduras, golpes o rasguños (Zaragozano, 2017).

En un estudio sobre las consideraciones históricas, Amador (2015) decía que, a lo largo del tiempo, ha habido diferentes teorías sobre las causas de estos comportamientos. Por ejemplo, en la antigua Grecia, se creía que el suicidio era causado por una enfermedad mental, mientras que en la Edad Media se consideraba un pecado mortal.

En el siglo XIX, el médico francés Jean-Étienne Dominique Esquirol argumentó que el suicidio era una enfermedad mental que podría tratarse. En su trabajo, Esquirol destacó la importancia de entender y tratar las enfermedades mentales, incluyendo la idea de que el suicidio era un síntoma de una enfermedad mental subyacente.

En la década de 1920, el psicoanalista austríaco Sigmund Freud argumentó que el suicidio era una forma de agresión hacia uno mismo motivada por la hostilidad hacia los demás.

En la década de 1960, las autolesiones se consideraban un síntoma de trastornos psiquiátricos graves, como la esquizofrenia. Sin embargo, a medida que se realizaban más investigaciones, se descubrió que las autolesiones también se presentaban en adolescentes que no tenían trastornos psiquiátricos graves, y que estas eran una forma de hacer frente a emociones intensas (Sánchez, 2018).

Durante la década de 1980, se llevó a cabo una importante investigación sobre el tema de las autolesiones y el suicidio en la adolescencia. En particular, un estudio influyente en ese momento fue el trabajo de Shneidman et al. (1985), quienes identificaron una serie de factores de riesgo asociados con el suicidio en adolescentes, incluyendo la depresión, la ansiedad, la impulsividad y los trastornos de conducta. Además, estos autores destacaron la importancia de prestar atención a las señales de advertencia de suicidio en adolescentes, como la conducta autolesiva y la expresión verbal de pensamientos suicidas. Este trabajo y otros de la década de 1980 sentaron las bases para futuras investigaciones y prácticas clínicas en el campo de la prevención del suicidio en la adolescencia.

Según Zaragozano (2017), en la década de 1990, se realizó una investigación más exhaustiva sobre las autolesiones en adolescentes. Se descubrió que las autolesiones eran más comunes en adolescentes que tenían antecedentes de abuso sexual, y que las niñas eran más propensas a autolesionarse que los niños. Más tarde, en la década de los 2000, observó que la prevalencia de las autolesiones en adolescentes comenzó a aumentar. Se cree que esto puede

deberse en parte al aumento del acceso a la información sobre las autolesiones a través de Internet y las redes sociales.

Así pues, las autolesiones y el suicidio en adolescentes han sido temas de gran preocupación a lo largo de la historia. Como se ha nombrado anteriormente, según un estudio de la Organización Mundial de la Salud (2021), el suicidio es la cuarta causa principal de muerte entre los jóvenes de 15 a 19 años en todo el mundo.

Hoy en día, las autolesiones siguen siendo un problema importante en la adolescencia. Los profesionales de la salud mental trabajan con los adolescentes y sus familias para ayudarles a comprender las causas subyacentes de las autolesiones y a desarrollar formas más saludables de hacer frente a las emociones intensas. Además, se están llevando a cabo investigaciones continuas para comprender mejor las causas de las autolesiones y cómo prevenirlas (Ñañez et al., 2020). En la actualidad, los expertos en salud mental sugieren que las causas del suicidio y las autolesiones en adolescentes son complejas y multifacéticas. La psicóloga clínica Sarah Whitlock (2022) señala que, los adolescentes que se provocan autolesiones o tentativas suicidas lidian a menudo con una variedad de problemas, incluyendo ansiedad, depresión, trauma, abuso o dificultades en las relaciones interpersonales, entre muchas otras.

En síntesis, a lo largo del tiempo ha habido un cambio en la forma en que se ha comprendido la historia de las autolesiones y el suicidio en adolescentes. Sin embargo, la importancia de estar atentos y brindar ayuda a quienes enfrentan estos problemas sigue siendo tan relevante como siempre. En tanto sociedad, es necesario seguir trabajando juntos para asegurarnos de que los adolescentes tengan acceso a los recursos y el apoyo que necesitan para mantenerse saludables y seguros. Esto implica no solo proporcionar atención médica y psicológica, sino también abogar por la educación y la concienciación en torno a la salud mental de los adolescentes, y asegurarse de que los recursos estén disponibles y sean accesibles para quienes los necesiten. Asimismo, es importante prestar atención a los factores de riesgo asociados con el suicidio y las autolesiones, tales como la exposición a la violencia y el acoso, y tomar medidas para abordar estas cuestiones en un nivel más amplio. Solo mediante un enfoque colaborativo y holístico podemos garantizar un futuro más seguro y saludable para los adolescentes en todo el mundo.



### *Marco conceptual*

En este punto es una sección fundamental en cualquier trabajo académico o de investigación, ya que permite establecer los conceptos clave. En él, se establece el fundamento conceptual sobre el que se basa la investigación.

Según Arnett (2016), La etapa de la adolescencia se sitúa entre la infancia y la edad adulta, y se inicia con la pubertad para finalizar cuando se logra una independencia satisfactoria en lo económico, emocional y social. Es un período de transición en el que los jóvenes experimentan muchos cambios físicos, emocionales y psicológicos. Durante esta fase, se espera que los adolescentes desarrollen habilidades importantes para la vida adulta, como la toma de decisiones, la gestión de las emociones, el establecimiento de relaciones interpersonales saludables y la búsqueda de una identidad propia. Por tanto, es fundamental que se les brinde el apoyo necesario para que puedan atravesar esta etapa de manera segura y saludable, tanto a nivel individual como social.

Las autolesiones se definen como comportamientos intencionales de dañarse el propio cuerpo sin la intención de suicidarse (Nock, 2010). Estos comportamientos pueden incluir cortes, quemaduras, rasguños, golpes, entre otros, y suelen estar asociados con emociones intensas de angustia, ansiedad, tristeza o ira (Klonsky, 2007).

Las ideaciones suicidas se definen como pensamientos repetidos y persistentes acerca de terminar con la propia vida. Según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, Quinta edición (DSM-5 en adelante), las ideaciones suicidas pueden variar en intensidad, desde una breve consideración hasta un plan detallado para cometer el acto. Las ideaciones suicidas son un síntoma común en muchos trastornos mentales, como la depresión mayor y el trastorno de estrés postraumático, y pueden ser una señal de peligro inminente.

La gestión emocional se refiere al conjunto de habilidades y estrategias que una persona utiliza para reconocer, comprender y regular sus propias emociones, así como para responder de manera efectiva a las emociones de los demás en situaciones sociales y laborales (Salovey et al., 1990). En este artículo, Salovey y Mayer introducen el concepto de "inteligencia emocional" y explican que la gestión emocional es una de las cuatro habilidades fundamentales que componen esta capacidad. Argumentan que la capacidad de gestionar adecuadamente las emociones es esencial para el bienestar personal y las relaciones interpersonales efectivas.

La gestión emocional en la adolescencia es un proceso complejo que involucra una serie de habilidades y estrategias para identificar, comprender, expresar y regular las emociones. La etapa de la adolescencia es un momento clave en el desarrollo emocional, ya que los jóvenes se enfrentan a una gran variedad de desafíos y situaciones que pueden generar emociones intensas y difíciles de manejar.

## **2.2. Principales líneas de investigación**

A continuación, se presentan las diferentes ideas que sustentan el estudio en cuestión, siguiendo los objetivos específicos planteados para el presente trabajo y respaldadas por citas bibliográficas, que sirven como guía para el diseño y desarrollo del estudio.

### ***Aproximación conceptual de las causas de las autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes***

Como se irá indicando a lo largo del documento, las autolesiones e ideaciones suicidas son fenómenos complejos que pueden ser influenciados por diversos factores, incluyendo factores biológicos, psicológicos y ambientales. A continuación, se presentan algunas de las múltiples causas posibles de las autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes:

**Trastornos mentales:** Los trastornos mentales, como la depresión, la ansiedad, el trastorno bipolar y el trastorno límite de la personalidad, se han relacionado con un mayor riesgo de autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes (Pisani et al., 2012).

**Problemas familiares:** Los adolescentes que experimentan problemas familiares, como la violencia doméstica, el abuso o la negligencia, tienen un mayor riesgo de autolesiones e ideaciones suicidas (Klonsky et al., 2013).

**Bullying:** La victimización por bullying se ha relacionado con un mayor riesgo de autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes (Klonsky et al., 2013).

**Abuso de sustancias:** Los adolescentes que abusan de sustancias tienen un mayor riesgo de autolesiones e ideaciones suicidas (Swanson et al., 2011).

**Dificultades académicas:** Los adolescentes que experimentan dificultades académicas pueden estar en mayor riesgo de autolesiones e ideaciones suicidas debido al estrés y la presión relacionados con el rendimiento académico (Gonçalves et al., 2021).

Problemas sociales: Los adolescentes que tienen dificultades para relacionarse con sus compañeros o experimentan aislamiento social pueden tener un mayor riesgo de autolesiones e ideaciones suicidas (Klonsky et al., 2013).

Es importante tener en cuenta que estos factores no son exhaustivos y que cada caso es único. Es crucial que los adolescentes que experimentan autolesiones e ideaciones suicidas reciban atención médica y psicológica adecuada para abordar los elementos o factores subyacentes y prevenir futuras crisis. Estos elementos de los que se habla pueden convertirse en factores de riesgo, que se tratan a continuación, si no se le presta la atención adecuada.

### *Aproximación conceptual de los factores de riesgo en autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes*

Las autolesiones y las ideaciones suicidas en adolescentes son comportamientos complejos que tienen múltiples factores de riesgo. A continuación, se presentan algunos de los factores más relevantes, junto con citas bibliográficas que los respaldan:

Trastornos mentales: La presencia de trastornos mentales, como la depresión, la ansiedad, el trastorno bipolar, el trastorno límite de la personalidad y la esquizofrenia, se asocia con un mayor riesgo de autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes (Nock et al., 2013).

Historia de abuso y negligencia: Los adolescentes que han experimentado abuso sexual, físico o emocional, o negligencia, tienen un mayor riesgo de autolesiones e ideaciones suicidas (Swanson et al., 2015).

Problemas familiares: Los adolescentes que experimentan conflictos familiares, abandono emocional o violencia doméstica tienen un mayor riesgo de autolesiones e ideaciones suicidas (Borges et al., 2008).

Problemas escolares: Los adolescentes que experimentan acoso escolar, fracaso académico, falta de apoyo escolar o problemas de adaptación social tienen un mayor riesgo de autolesiones e ideaciones suicidas (Wyman et al., 2010).

Uso de sustancias: El consumo de alcohol y drogas está asociado con un mayor riesgo de autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes (Lloyd-Richardson et al., 2007). Acceso a medios letales: El acceso a medios letales, como armas de fuego o medicamentos, aumenta el riesgo de ideaciones y comportamientos suicidas en adolescentes (Bridge et al., 2006).

En general, los factores de riesgo para la autolesión y las ideaciones suicidas son complejos y multifactoriales, y pueden variar de un individuo a otro. Es importante abordar estos factores de riesgo de manera individualizada y en el contexto de la vida del adolescente.

### ***Aproximación conceptual de los factores de protección en autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes***

Las autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes son un problema de salud pública importante. Es crucial comprender los factores de protección que pueden ayudar a prevenir o reducir el riesgo de estas conductas. Un factor de protección es cualquier variable que reduce la probabilidad de una conducta de riesgo.

Un estudio realizado por Klonsky et al. (2013) encontró que los adolescentes que informaron tener más apoyo social y menos eventos estresantes eran menos propensos a tener pensamientos suicidas. Esto sugiere que el apoyo social es un factor importante de protección contra las ideaciones suicidas en adolescentes.

Además, otros estudios han encontrado que la autoestima y el sentido de pertenencia también pueden proteger a los adolescentes de las autolesiones e ideaciones suicidas (Crosby et al., 2011; Klonsky et al., 2010). Los adolescentes que tienen una alta autoestima y sienten que pertenecen a un grupo tienen menos probabilidades de involucrarse en comportamientos de riesgo para la salud mental.

La capacidad de afrontamiento también se ha identificado como un factor de protección importante en la prevención de las autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes (Bridge et al., 2006). Los adolescentes que tienen habilidades adecuadas de afrontamiento son más capaces de lidiar con situaciones estresantes y tienen menos probabilidades de recurrir a comportamientos de riesgo para la salud mental.

Finalmente, el acceso a servicios de salud mental y tratamiento también se ha identificado como un factor de protección importante en la prevención de las autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes (Aseltine et al., 2004; Gould et al., 2003). Los adolescentes que tienen acceso a servicios de salud mental y tratamiento pueden recibir la ayuda necesaria para manejar la angustia emocional y reducir el riesgo de conductas de riesgo para la salud mental.

En conclusión, los factores de protección son fundamentales en la prevención de las autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes. El apoyo social, la autoestima, el sentido

de pertenencia, la capacidad de afrontamiento y el acceso a servicios de salud mental y tratamiento son todos factores de protección importantes que pueden ayudar a reducir el riesgo de estas conductas en adolescentes.

### *Aproximación conceptual de la gestión emocional de los adolescentes en las escuelas*

Para ayudar a los adolescentes a gestionar sus emociones en las escuelas, es necesario un enfoque multidimensional que aborde tanto los factores individuales como los contextuales.

La gestión emocional de los adolescentes en las escuelas se refiere a la capacidad de los estudiantes para identificar, comprender y regular sus emociones, así como para expresarlas de manera apropiada en diferentes situaciones escolares. Esta habilidad es esencial para su bienestar emocional, su rendimiento académico y su éxito en la vida.

Según Durlak et al. (2011), la gestión emocional de los adolescentes se relaciona con la competencia social y emocional, la autoestima, la resiliencia y la capacidad para enfrentar el estrés. Por lo tanto, es importante que las escuelas fomenten la educación emocional y ofrezcan apoyo emocional a los estudiantes.

Algunas estrategias que pueden ayudar a los adolescentes a gestionar sus emociones en la escuela incluyen:

**Enseñanza de habilidades emocionales:** Las escuelas pueden incorporar programas de educación emocional que enseñen a los estudiantes habilidades para identificar y expresar sus emociones de manera efectiva. Estos programas pueden incluir actividades como la práctica de la meditación, la respiración profunda y la relajación muscular progresiva (Brackett et al., 2012).

**Desarrollo de relaciones de apoyo:** Los adolescentes necesitan sentirse escuchados y comprendidos para poder expresar sus emociones. Las escuelas pueden proporcionar un ambiente seguro y de apoyo para que los estudiantes puedan hablar sobre sus emociones con sus pares y con adultos de confianza, como consejeros escolares o maestros (Greenberg et al., 2017).

**Fomento de la resiliencia:** Los adolescentes necesitan habilidades para enfrentar el estrés y superar los desafíos. Las escuelas pueden ayudar a los estudiantes a desarrollar resiliencia a

través de programas que enseñen habilidades para la resolución de problemas, la toma de decisiones y la planificación a largo plazo (Elias et al., 2011).

En conclusión, la gestión emocional de los adolescentes en las escuelas es crucial para su bienestar emocional y su éxito académico y personal. Las escuelas pueden fomentar la educación emocional, proporcionar apoyo emocional y enseñar habilidades para la resiliencia para ayudar a los estudiantes a desarrollar esta habilidad vital.

### ***Aproximación conceptual de la influencia de la gestión emocional con el incremento de autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes***

La gestión emocional es un proceso fundamental para el bienestar psicológico y emocional de los adolescentes. Los jóvenes que tienen dificultades para manejar sus emociones pueden experimentar problemas de salud mental, como la autolesión y las ideaciones suicidas. La autolesión se refiere a cualquier comportamiento deliberado que dañe el cuerpo sin intención de suicidarse, mientras que las ideaciones suicidas se refieren a pensamientos de autolesión o muerte.

Varios estudios han demostrado una correlación entre una mala gestión emocional y un mayor riesgo de autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes. Por ejemplo, una revisión sistemática de 16 estudios encontró una asociación significativa entre la incapacidad de regular emociones y las ideaciones suicidas en adolescentes (Liu et al., 2019). Otro estudio encontró que la falta de habilidades para manejar emociones aumentó el riesgo de autolesiones en adolescentes en un factor de dos (Liu et al., 2020).

La gestión emocional se refiere a la capacidad de regular y expresar emociones de una manera saludable y adaptativa. Algunas estrategias efectivas para la gestión emocional en adolescentes incluyen la meditación, la atención plena, el ejercicio regular, la terapia cognitivo-conductual y la terapia de aceptación y compromiso (Kim et al., 2010; Kuo, 2011).

Es importante destacar que la autolesión y las ideaciones suicidas en adolescentes son problemas complejos que pueden tener múltiples factores causales. La gestión emocional es solo uno de los factores que pueden contribuir a estos problemas. Otros factores de riesgo incluyen el abuso de sustancias, la historia de trauma, la depresión y la ansiedad.

En conclusión, una mala gestión emocional puede contribuir al aumento del riesgo de autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes. Por lo tanto, es importante que los

adolescentes aprendan estrategias efectivas para manejar sus emociones y busquen ayuda profesional si están experimentando problemas de salud mental.

Por todo esto, se puede resumir que, la adolescencia es una etapa de la vida que puede presentar diferentes dificultades en el ámbito emocional y psicológico. Entre las problemáticas más preocupantes se encuentra el suicidio y las autolesiones, que pueden tener consecuencias graves en la vida de los jóvenes y su entorno. Por ello, es importante prestar atención a estas situaciones y actuar preventivamente.

En este sentido, Arévalo Mahecha et al. (2022) destacan la importancia del cuidado de enfermería en la prevención de autolesiones y suicidio en adolescentes, especialmente en el ámbito escolar. Asimismo, Castellvi y Rodríguez (2018) señalan que el suicidio en la adolescencia es un problema de salud pública que debe ser prevenido.

En cuanto a las estrategias preventivas, Korinfeld (2017) destaca la importancia del acompañamiento y la corresponsabilidad de la comunidad educativa en situaciones de suicidio en la escuela. Buerger et al. (2022) proponen un programa universal de prevención de autolesiones basado en la regulación emocional efectiva, que se implementará en un ensayo clínico aleatorizado.

Por otro lado, Suárez Colorado (2018) destaca la relevancia del apego y la regulación emocional en la prevención del suicidio en la adolescencia, mientras que Kirchner et al. (2011) encuentran diferencias de género en la conducta autolesiva e ideación suicida en estudiantes de enseñanza secundaria obligatoria.

En resumen, la prevención del suicidio y las autolesiones en la adolescencia es un problema de salud pública que debe ser abordado de manera integral. Las estrategias preventivas deben ser universales y basadas en la regulación emocional efectiva y el apego, y deben involucrar a toda la comunidad educativa en el acompañamiento y la corresponsabilidad de situaciones de riesgo.

### **3. METODOLOGÍA**

La revisión sistemática es una herramienta de investigación que permite recopilar, evaluar y sintetizar la evidencia científica disponible sobre un tema en particular. En este trabajo, se describe la metodología utilizada para llevar a cabo una revisión sistemática sobre la importancia de la gestión emocional en la influencia de autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes. Los objetivos generales y específicos, así como la metodología de investigación y procedimiento, los criterios de inclusión y exclusión y el diagrama de flujo son presentados a continuación.

#### **3.1. Problema de investigación y objetivos**

La gestión emocional es fundamental en la prevención de autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes. Se ha demostrado que aprender a identificar y regular las emociones puede reducir significativamente estos comportamientos preocupantes en los jóvenes. Por esta razón, es importante fomentar la educación emocional y el desarrollo de habilidades de afrontamiento en los adolescentes, para que puedan manejar adecuadamente situaciones estresantes y de conflicto. Además, se deben desarrollar programas de prevención y evaluación rigurosa para garantizar su efectividad y mejorar la calidad de vida de los jóvenes. Por lo que esta revisión pretende dar respuesta a la siguiente pregunta de intervención: ¿Qué influencia tiene la gestión emocional (I) en el incremento (O) de las autolesiones e ideaciones suicidas en los adolescentes (P) alrededor de la última década (T)?

La pregunta de investigación se ha formulado siguiendo la estrategia PICOT (Participantes, Intervención, Comparación, Resultados y Tiempo), tal y como se establece en la declaración PRISMA (Page et al.,2020). Sin embargo, no se ha contemplado el apartado de comparación (C) ya que no se trata de una revisión que compare grupos ni estudios.

El objetivo principal de esta investigación es examinar la literatura científica disponible acerca de la relevancia de la gestión emocional en su relación con las conductas de autolesión e ideaciones suicidas en la etapa de la adolescencia.

Para ello, se plantean los siguientes objetivos específicos:

- Analizar la literatura científica que pueda haber sobre el tema en los últimos doce años.



- Conocer las causas más comunes de autolesiones e ideaciones suicidas en los adolescentes.
- Identificar los factores de riesgo asociados con las autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes y conocer la relación que existe con la gestión emocional.
- Analizar los factores de protección que pueden prevenir o reducir la probabilidad de estas conductas para relacionarlos con la gestión emocional.
- Analizar la importancia de la gestión emocional en las ideaciones suicidas y autolesiones en los adolescentes.
- Conocer algunos estudios realizados sobre el tema a tratar.

### **3.2. Metodología de investigación y procedimiento**

Con el fin de abordar las preguntas planteadas anteriormente y los objetivos de presente TFM, se ha llevado a cabo una investigación sistemática de la literatura científica utilizando criterios de búsqueda específicos. Para localizar los documentos bibliográficos relevantes, se realizaron búsquedas en diversas bases de datos, incluyendo Dialnet, Scopus, Web of Science, ERIC y PsycINFO. Para ampliar, limitar o definir nuestra búsqueda, se han utilizado palabras clave, frases de búsqueda y operadores booleanos, como AND y OR. Estos operadores booleanos permitieron conectar de manera lógica términos como adolescencia, autolesiones, ideaciones suicidas, gestión emocional, autolesión no suicida, influencia, incremento, secundaria y centros escolares. Las combinaciones de palabras clave más comunes incluyeron "autolesiones AND adolescencia", "adolescenc\* AND autolesiones OR suicidio", "Self-harm AND adolescents", "Self-injuries OR suicidal AND secondary AND schools AND high". Tanto las palabras clave como las frases de búsqueda fueron traducidas al inglés, ya que es el idioma más utilizado y permite un mayor sondeo.

En resumen, la búsqueda se realizó de la siguiente manera:

**Tabla 1**

*Resumen de búsqueda con frases y palabras clave en bases de datos*

Base de datos	Términos de búsqueda	Resultados totales	Textos completos	Artículos de revista	Tesis	Artículos de libro	Publicaciones académicas	Resultados finales
<b>Dialnet</b>	Autolesiones AND adolescencia	110	83	74	7	2	-	
<b>Dialnet</b>	adolescenc* AND autolesiones OR suicidio	42	32	26	5	1	-	17
<b>ERIC</b>	Self harm in adolescents	58	58	-	-	-	56	3
<b>SCOPUS</b>	Self-injuries OR suicidal AND ideations AND secondary AND schools AND high	193	-	-	-	-	13	
<b>SCOPUS</b>	emotional management and self-harm and adolesc*	50	-	-	-	-	-	6
<b>Psyc INFO</b>	adolescenc* and autolesiones or suicidio	69	-	-	-	-	-	
<b>Psyc INFO</b>	gestión emocional and autolesiones and adolesc*	10	-	-	-	-	-	3
<b>Web of Science</b>	Self-injuries OR suicidal AND ideations AND secondary AND schools AND high	88	-	-	-	-	-	2

Fuente: elaboración propia

No obstante, se aplicaron una serie de criterios que se detallan a continuación y tras esto, queda plasmada, de una manera más clara, la elección final de la literatura recogida y analizada en el diagrama de flujo que se presenta en la Figura 1.

### **3.3. Criterios de inclusión y exclusión**

En esta sección se detalla el proceso de selección utilizado en nuestra búsqueda bibliográfica. Se establecieron criterios de inclusión iniciales que abarcan un período de doce años, desde 2011 hasta 2023, con el objetivo de garantizar la actualidad y solidez teórica de nuestra revisión. Los idiomas utilizados para la búsqueda de literatura fueron inglés, catalán y español, considerando que la mayoría de la literatura relacionada con el tema objeto de estudio está escrita en inglés. También se incluyeron artículos en español para facilitar la extracción y contextualización de las principales ideas. En cuanto a la tipología de publicación, se excluyeron textos incompletos, trabajos fin de máster, trabajos fin de grado y revisiones sistemáticas. La metodología utilizada en este estudio fue cualitativa, ya que se buscó describir las cualidades de un fenómeno sin realizar ningún análisis estadístico (Mira et al., 2004). Solo se incluyeron artículos completos y de acceso abierto que reporten investigaciones sobre aspectos relacionados con los ámbitos académico, psicológico o de la salud. Se descartó todo lo que no se ajustaba a estos criterios de selección.

Entre los criterios de selección destacamos los de inclusión y los de exclusión.

- Los criterios de inclusión son los siguientes:
  - Tipo de investigación: documentos publicados en bases de datos fiables.
  - Tipo de texto: artículos de revista, tesis doctorales y que sean textos completos.
  - Estudios desde el año 2011 al 2023.
  - País del documento: puede ser de cualquier país ya sea artículo o estudio siempre y cuando esté escrito en los idiomas que se han seleccionado.
  - Idioma de publicación: castellano, catalán e inglés.
- Los criterios de exclusión son:
  - Tipo de investigación: documentos de internet no fiables y no publicados en revistas, libros o universidades.
  - Tipo de texto: revisiones sistemáticas, TFM, TFG, textos no completos.

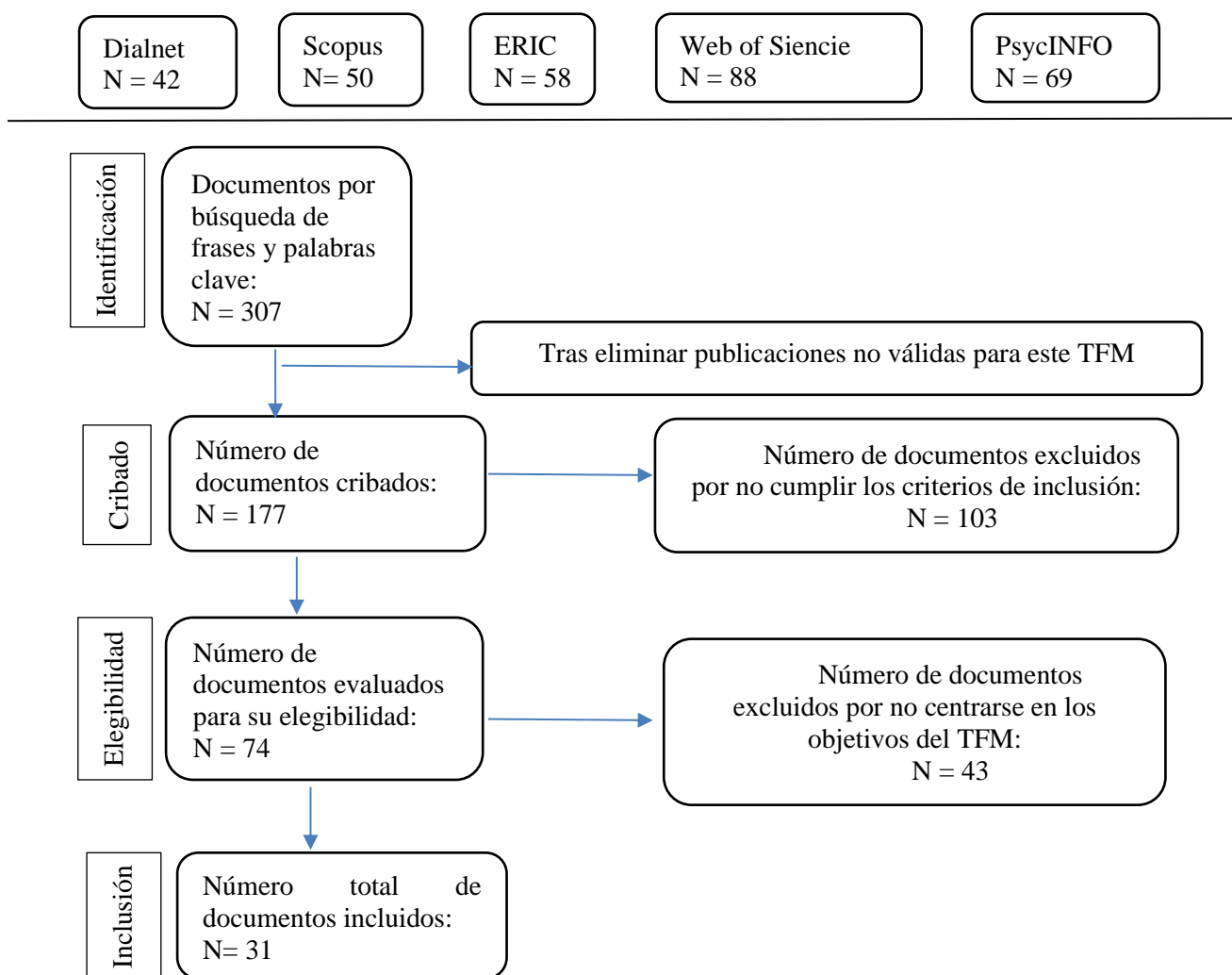
- Estudios anteriores al 2011.
- Idioma de publicación: cualquier texto que no esté en castellano, catalán o inglés.

A continuación, se presenta el diagrama de flujo que ilustra de forma visual el proceso de recopilación de la literatura científica para este TFM:

### 3.4. Diagrama de flujo

**Figura 1**

*Diagrama de flujo de la búsqueda sistemática*



Fuente: elaboración propia

- **Selección de resultados**

Durante los meses de enero a marzo de 2022 se llevó a cabo la revisión bibliográfica principal. Posteriormente, en mayo se amplió la búsqueda para actualizar y enriquecer los

contenidos con publicaciones más recientes. El objetivo de este proceso fue identificar aquellos artículos que contienen información relevante para los aspectos planteados en nuestra investigación. La búsqueda inicial arrojó 307 documentos, pero después de eliminar publicaciones repetidas y no válidas, se obtuvieron 177 artículos. Sin embargo, de estos, 103 no cumplieron con los criterios de inclusión y se descartaron. De las 74 referencias bibliográficas restantes, 43 fueron consideradas no relevantes para el tema de estudio y también se descartaron. Por lo tanto, después de aplicar el proceso de cribado previamente establecido, **se seleccionaron un total de 31 artículos para el desarrollo de la investigación:**

**Tabla 2**

*Selección final de los documentos que serán analizados para los resultados*

Nº	Autor/es	Título	Año
1	Arévalo Mahecha Y., Gómez Prieto K. J., Ladino Florez A. J., Linares Carvajal B., Rodríguez Peña K. J., Losada Trujillo E. V., & Romero Salgado M. D.	Prevención de autolesiones y suicidio: una experiencia desde el cuidado de enfermería para docentes de educación secundaria.	2022
2	Bousoño, M., Al-Halabí, S., Burón, P., Garrido, M., Díaz-Mesa, E. M., Galván, G., ... & Bobes, J.	Consumo de alcohol y factores de riesgo de conductas autolesivas en adolescentes españoles.	2021
3	Brunner, R., Kaess, M., Parzer, P., Fischer, G., Carli, V., Hoven, C. W., ... & Wasserman, D.	Life-time prevalence and psychosocial correlates of adolescent direct self-injurious behavior: A comparative study of findings in 11 European countries.	2014
4	Buerger, A., Emser, T., Seidel, A., Scheiner, C., von Schoenfeld, C., Ruecker, V., ... & Romanos, M.	DUDE-a universal prevention program for non-suicidal self-injurious behavior in adolescence based on effective emotion regulation: study protocol of a cluster-randomized controlled trial.	2022
5	Casas Dorado, A.	Comportamiento autolesivo como herramienta de autorregulación emocional en una adolescente de 14 años	2016
6	Castellvi, P., & Rodríguez, J. A. P.	El suicidio en la adolescencia: un problema de salud pública que se puede y debe prevenir.	2018
7	Colorado, Y. S.	El suicidio en la adolescencia: una aproximación desde el apego y la regulación emocional.	2018
8	Faura-García, J., Orue, I., & Calvete, E.	Nonsuicidal self-injury thoughts and behavior in adolescents: validation of SITBI-NSSI.	2022
9	Guadix, M. G., Almendros, C., Mondragón, L. R., & Pérez, E. M.	Autolesiones online entre adolescentes españoles: análisis de la prevalencia y de las motivaciones.	2020
10	Ibáñez, Á. F., Costa, M. V., del Real Peña, A., & del Castillo, C. S.	Conducta autolesiva en adolescentes: prevalencia, factores de riesgo y tratamiento.	2012
11	Kirchner, T., Ferrer, L., Forns, M., & Zanini, D.	Conducta autolesiva e ideación suicida en estudiantes de Enseñanza Secundaria Obligatoria.	2011

		Diferencias de género y relación con estrategias de afrontamiento.	
12	Klonsky, E. D., Victor, S. E., & Saffer, B. Y.	Nonsuicidal self-injury: What we know, and what we need to know.	2014
13	Korinfeld, D.	Situaciones de suicidio en la escuela Acompañamiento y corresponsabilidad.	2017
14	Moran P, Coffey C, Romaniuk H et al.	The natural history of self-harm from adolescence to young adulthood: a population-based cohort study.	2012
15	Neupane, S. P., & Mehlum, L.	Adolescents With Non-Suicidal Self-Harm—Who Among Them Has Attempted Suicide?	2022
16	Ougrin, D.	Commentary: Self-harm in adolescents: the best predictor of death by suicide?—reflections on Hawton et al.(2012)	2012
17	Ougrin, D., Tranah, T., Leigh, E., Taylor, L., & Asarnow, J. R.	Practitioner review: Self-harm in adolescents.	2012
18	Oktan, V.	Self-harm behaviour in adolescents: body image and self-esteem.	2017
19	Pérez, S., García-Alandete, J., Gallego, B., & Marco, J. H.	Characteristics and unidimensionality of non-suicidal self-injury in a community sample of spanish adolescents.	2021
20	Puigardeu, O., Barroso, J. C., & Amorós, J.	La conducta autolítica en l'entorn escolar: Eines per a la prevenció, detecció i intervenció.	2021
21	Rey, L. V., Pérez-Serrano, P. C., Carrasco, J. Á. G., Murugarren, S. R., & Leal, A. F.	Daño autoinducido e ideación suicida en adolescentes: perfil de los pacientes y factores de riesgo.	2019
22	Robinson, K., Garisch, J. A., & Wilson, M. S.	Nonsuicidal self-injury thoughts and behavioural characteristics: Associations with suicidal thoughts and behaviours among community adolescents.	2021
23	Sánchez, T. S.	Autolesiones en la adolescencia. Significados, perspectivas y prospección para su abordaje terapéutico.	2018
24	Sánchez-Teruel, D., & Robles-Bello, M. A.	Factores protectores que promueven la resiliencia ante el suicidio en adolescentes y jóvenes.	2014
25	Sánchez Teruel, D., Robles Bello, M. A., & Camacho Conde, J. A.	Self-inflicted injuries in adolescents and young adults: A longitudinal approach.	2020
26	Shoib, S., Patel, V., Khan, S., Armiya'u, A. Y. U., Saeed, F., Swed, S., ... & Chandradasa, M.	Over-the-counter drug use in suicidal/self-harm behavior: Scoping review.	2022
27	Solis-Espinoza, M., Mancilla-Díaz, J. M., & Vázquez-Arévalo, R.	Suicidio: autolesión e insatisfacción corporal en adolescentes.	2022
28	Tigasi Chiguano, D. D.	La conducta autolesiva y su relación con la autoestima en adolescentes.	2023
29	Valencia, L. F. F., Maya, J. J. F., Cubillos, G. V. I., Suárez, L. F. G., & Moreno, M. J. V.	Relación entre conductas autolesivas con fines no suicidas y depresión en población adolescente escolarizada	2019

30	Villar Cabeza, F.	Factores de riesgo en la conducta suicida en la adolescencia.	2018
31	Villa, E. O. D. L. S., Meza, E. M., Delgado, C. C., Reyes, M. M., & Hernández, J. L. C.	Autolesiones en estudiantes de Secundaria: incidencia y factores circundantes.	2020

Fuente: elaboración propia

## 4. RESULTADOS

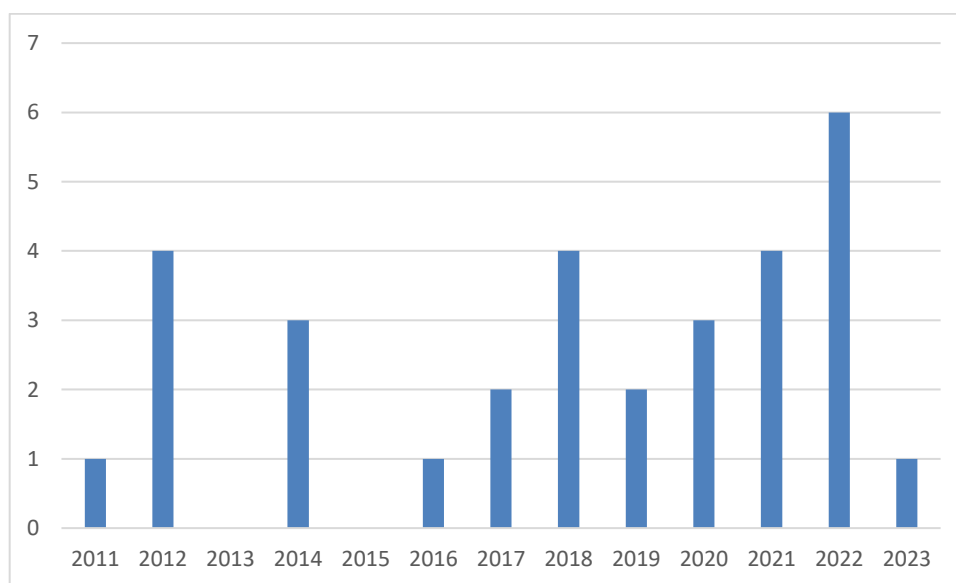
Los resultados de una revisión sistemática son el producto de un minucioso proceso de búsqueda y análisis de la literatura científica disponible sobre un tema en particular. En este sentido, es importante presentar los resultados de manera clara y organizada para que puedan ser fácilmente interpretados y aplicados. Una forma de lograr esto es clasificar los resultados según los objetivos planteados en la investigación.

### 4.1. Resultados en función del año de publicación sobre el tema a tratar

Se pretendía examinar la literatura científica que se encontrase sobre las ideaciones suicidas y autolesiones en la población adolescente en los últimos doce años, y el siguiente diagrama de barras muestra la cantidad de artículos analizados según su año de publicación.

**Figura 2**

*Número de artículos por año de publicación*



Fuente: elaboración propia

#### 4.2. Resultados en función de los autores que hablan de las posibles causas de las autolesiones y/o ideaciones suicidas en la adolescencia.

En la siguiente tabla de resultados se presentan algunos autores que abordan sus principales hallazgos respecto a las posibles causas de las conductas autolesivas y/o ideaciones suicidas en adolescentes.

**Tabla 3**

*Selección de artículos relacionados con las posibles causas*

<b>Año</b>	<b>Autor/es</b>	<b>Título</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Conclusiones</b>
2017	Korinfeld, D.	Situaciones de suicidio en la escuela Acompañamiento y corresponsabilidad.	Hacer una reflexión sobre cómo los intentos de suicidio y los suicidios consumados de los adolescentes afectan la vida diaria de las instituciones educativas.	Según las investigaciones realizadas, los adolescentes mencionan diversas razones detrás de su deseo de cometer suicidio. Algunas de estas razones incluyen problemas familiares como un ambiente familiar inestable o dificultades en la comunicación, la pérdida de un ser querido, dificultades para integrarse en su entorno social, y sentimientos de soledad y fracaso.
2012	Ougrin, D., Tranah, T., Leigh, E., Taylor, L., & Asarnow, J. R.	Practitioner review: Self-harm in adolescents.	Identificar la diferencia entre las conductas de autolesión con intención suicida y aquellas sin intención de quitarse la vida.	La autolesión repetida es una conducta común entre los adolescentes y está relacionada con una alta tasa de psicopatología, un mayor riesgo de suicidio y la necesidad de recibir atención clínica.
2018	Sánchez, T. S.	Autolesiones en la adolescencia. Significados, perspectivas y prospección para su abordaje terapéutico.	Proporcionar una revisión completa y actualizada de los factores etiológicos, los síntomas y otras variables relevantes asociadas con la presentación clínica de la condición.	El problema es complejo y está influenciado por múltiples factores sociales, como el ambiente familiar, la presión del grupo de referencia o de iguales, y experiencias traumáticas tempranas, así como factores individuales de temperamento, como una alta reactividad emocional y una sensibilidad exacerbada a las emociones negativas, o rasgos de personalidad como impulsividad, baja capacidad de mentalización, autoexigencia y perfeccionismo. La investigación ha destacado la desregulación emocional y la influencia de los pares, tanto en persona como en línea, así como la búsqueda errática de soluciones para el malestar interno como factores clave. A menudo, los individuos siguen esta vía sin ser conscientes de su potencial adictivo o de las consecuencias a largo plazo.
2020	Villa, E. O. D. L. S., Meza, E. M.,	Autolesiones en estudiantes de Secundaria:	Establecer la frecuencia y los factores relacionados con la autolesión en la población adolescente.	Los hallazgos del estudio indican que la autolesión es común entre estudiantes de secundaria, comenzando alrededor de los 12 años, y es más frecuente en mujeres que en hombres. Estos resultados están en línea con lo que se ha encontrado en la



Delgado, C. C., incidencia y factores  
Reyes, M. M., & circundantes.  
Hernández, J. L. C.

mayoría de la literatura científica a nivel nacional e internacional, en cuanto a la naturaleza, cantidad y motivos detrás de la autolesión.

Fuente: elaboración propia

### 4.3. Resultados en función de los autores que hablan de factores de riesgo en autolesiones y suicidio en adolescentes.

La tabla que se muestra a continuación recoge la literatura relacionada con aquellos autores que hablan sobre cuáles pueden ser los factores de riesgo o qué factores influyen en los adolescentes para tener una conducta autolesiva o ideaciones suicidas. Esto es necesario para estar atentos a aquellas señales que nos puedan indicar que se están produciendo estas conductas y actuar en consecuencia.

**Tabla 4**

*Selección de artículos relacionados con los factores de riesgo*

Año	Autor/es	Título	Objetivos	Conclusiones
2021	Bousoño, M., Al-Halabí, S., Burón, P., Garrido, M., Díaz-Mesa, E. M., Galván, G., ... & Bobes, J.	Consumo de alcohol y factores de riesgo de conductas autolesivas en adolescentes españoles.	Los objetivos de la investigación son examinar y contrastar las muestras españolas de dos estudios, SEYLE y WE-STAY, con el fin de determinar la frecuencia, los modelos de autolesión y los factores vinculados a estos comportamientos, especialmente el consumo de sustancias como alcohol o drogas.	En el estudio actual, se observó que las tasas de autolesión autoinformada varían según el sexo y el estudio, con cifras oscilando entre 0,58% y 2,08%. También se encontraron diferencias en los patrones de autolesión según el género, siendo los hombres más propensos a autolesionarse mediante golpes autoinfligidos y quemaduras, mientras que las mujeres presentaron con mayor frecuencia cortes. La presencia de síntomas depresivos y el consumo de alcohol fueron los factores más consistentemente asociados con un mayor riesgo de autolesión.
2012	Ibáñez, Á. F., Costa, M. V., del Real Peña, A., & del Castillo, C. S.	Conducta autolesiva en adolescentes: prevalencia,	Recopilar las conclusiones más importantes en relación al comportamiento de autolesión en la etapa de la adolescencia.	Se afirma que alrededor del 10% de los individuos en la adolescencia llevan a cabo al menos una autolesión, siendo los cortes en muñecas y antebrazos los métodos preferidos (De Leo y Heller, 2004; Landstedt y Gillander, 2011). Desde un punto de vista funcional, la autolesión se utiliza principalmente como una forma de regular las emociones (Chapman et al., 2006).

		factores de riesgo y tratamiento.		En cuanto a los factores de riesgo, es necesario llevar a cabo estudios prospectivos para determinar la relación causal entre la conflictividad familiar, el consumo de alcohol, la impulsividad y la desregulación emocional.
<b>2019</b>	Rey, L. V., Pérez-Serrano, P. C., Carrasco, J. Á. G., Murugarren, S. R., & Leal, A. F.	Daño autoinducido e ideación suicida en adolescentes: perfil de los pacientes y factores de riesgo.	Examinar las posibles conexiones entre las variables clínicas y sociales y comportamientos tales como el intento autolítico, la ideación suicida y el daño autoinducido.	El suicidio en niños y adolescentes es un problema significativo de salud a nivel mundial, pero su origen es complejo y multifacético, involucrando factores de diversa índole, tales como sociales, psicológicos, económicos y culturales.
<b>2022</b>	Shoib, S., Patel, V., Khan, S., Armiya'u, A. Y. U., Saeed, F., Swed, S., ... & Chandradasa, M.	Over-the-counter drug use in suicidal/self-harm behavior: Scoping review.	Examinar el uso de analgésicos de venta libre en relación con comportamientos de autolesión y tentativas de suicidio.	Los medicamentos analgésicos de venta libre y los sedantes/hipnóticos son comúnmente utilizados para el comportamiento suicida, especialmente por mujeres y jóvenes que se autolesionan. Además, se ha observado un aumento en el uso de analgésicos y otros medicamentos de venta libre para autolesiones en adolescentes durante los meses escolares.
<b>2022</b>	Solis-Espinoza, M., Mancilla-Díaz, J. M., & Vázquez-Arévalo, R.	Suicidio: autolesión e insatisfacción corporal en adolescentes.	Generar modelos predictivos de riesgo de suicidio en adolescentes, diferenciando entre hombres y mujeres.	Se generaron dos modelos de regresión, uno para hombres y otro para mujeres, con una proporción similar de coeficiente de determinación, explicando alrededor del 64% y 65% de la variabilidad, respectivamente. El factor de sintomatología depresiva fue el que presentó mayor explicación de la varianza en ambos modelos, sin embargo, mientras que para los hombres la impulsividad y la depresión se identificaron como variables predictivas, en el caso de las mujeres, las variables predictivas fueron la depresión, el efecto adictivo de autolesión y la insatisfacción con el cuerpo.
<b>2018</b>	Villar Cabeza, F.	Factores de riesgo en la conducta suicida en la adolescencia.	El estudio tiene como objetivos identificar los antecedentes y características de personalidad de adolescentes que han realizado conducta suicida, así como también identificar los factores que pueden pronosticar la recaída de dicha conducta durante los 6 meses posteriores al alta hospitalaria.	Se han identificado múltiples factores de riesgo para la conducta suicida en adolescentes, como problemas vitales y conductuales, antecedentes familiares de psicopatología, presencia de autolesiones, rasgos desadaptativos de personalidad o trastornos de personalidad, y depresión. Además, se ha encontrado que hay dos perfiles de personalidad distintos: el perfil internalizante, que se caracteriza por ser introvertido, inhibido, autopunitivo y pesimista; y el perfil externalizante, que se caracteriza por ser rebelde, rudo y opositor. Los datos muestran que el perfil de personalidad externalizante es más prevalente y grave entre los adolescentes que presentan conducta suicida en comparación con el perfil internalizante. Por lo tanto, es importante considerar estos perfiles de personalidad al seleccionar estrategias de intervención adecuadas para los objetivos terapéuticos específicos de cada adolescente con conducta suicida.

#### 4.4. Resultados en función de los autores que hablan de factores de protección de autolesiones y suicidio en adolescentes.

La tabla que se muestra a continuación recoge la literatura relacionada con aquellos autores que hablan sobre los factores de protección que influyen en los adolescentes para tener o no llegar a tener este tipo de conductas autolesivas o ideaciones suicidas. Esta tabla estaría muy relacionada con la siguiente (tabla 6) donde se habla de la importancia de la gestión emocional como factor de protección. No obstante, ese aspecto es solo una parte de los muchos factores protectores que podemos encontrar para paliar esta problemática y todos deben trabajarse y abordarse con la misma importancia.

**Tabla 5**

*Selección de artículos relacionados con los factores de protección*

<b>Año</b>	<b>Autor/es</b>	<b>Título</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Conclusiones</b>
<b>2022</b>	Arévalo Mahecha Y., Gómez Prieto K. J., Ladino Florez A. J., Linares Carvajal B., Rodríguez Peña K. J., Losada Trujillo E. V., & Romero Salgado M. D.	Prevención de autolesiones y suicidio: una experiencia desde el cuidado de enfermería para docentes de educación secundaria.	Mejorar la capacitación de los profesores de la Institución Educativa Francisco José de Caldas en el tratamiento y prevención de la autolesión y el suicidio.	La mejora de la salud mental de los adolescentes es esencial para su calidad de vida y, por lo tanto, es fundamental que los docentes tengan una comprensión sólida sobre las señales de alerta y la prevención de autolesiones en sus estudiantes.
<b>2018</b>	Castellvi, P., & Rodríguez, J. A. P.	El suicidio en la adolescencia: un problema de salud pública que se puede y debe prevenir.	Brindar a profesionales de ámbitos sociosanitarios y educativos herramientas para comprender mejor el fenómeno del suicidio en la adolescencia, y así poder abordarlo de manera más efectiva en su contexto laboral.	La OMS (Organización Mundial de la Salud, 2012) recomienda una serie de medidas de prevención del suicidio que incluyen la formación de profesionales para detectar señales de advertencia, el bloqueo del acceso a los medios para suicidarse, la intervención temprana en trastornos mentales como la depresión o el alcoholismo, y la sensibilización de la población para reducir el estigma. Estas medidas deben ser implementadas a nivel global.
<b>2017</b>	Korinfeld, D.	Situaciones de suicidio en la escuela Acompañamiento y corresponsabilidad.	Analizar el impacto de los intentos de suicidio y suicidios consumados en la vida cotidiana de las instituciones educativas, con el objetivo de identificar	Según Korinfeld (2013), la prevención y promoción de la salud debe abordar diversos aspectos en el contexto escolar, como la convivencia, la atención a la singularidad de los alumnos y el manejo de conflictos, a fin de crear instituciones subjetivizadas y operativas. Además, es importante trabajar con los adultos para desmitificar y disminuir los

			medidas preventivas y de intervención efectivas para el bienestar de los estudiantes y el personal docente.	prejuicios sobre la problemática del suicidio y las autolesiones. Es fundamental tener en cuenta que preguntar sobre estas ideas y conductas no las provoca, sino que puede generar un ambiente de confianza y aliviar la ansiedad del adolescente. Estas preguntas pueden ser un punto de partida significativo para continuar el acompañamiento.
<b>2021</b>	Puigardeu, O., Barroso, J. C., & Amorós, J.	La conducta autolítica en l'entorn escolar: Eines per a la prevenció, detecció i intervenció.	Proporcionar recursos y habilidades para prevenir, detectar e intervenir en casos de autolesión y situaciones de riesgo en el ámbito escolar.	Es esencial que los centros educativos cuenten con información y capacitación para manejar situaciones de conducta autolítica y reflexionar sobre ellas. El propósito de este artículo es proporcionar herramientas a los orientadores y docentes de los centros educativos para abordar la preocupante realidad de la conducta autolítica durante la adolescencia, una etapa en la que se espera que los jóvenes tengan una vida plena.
<b>2014</b>	Sánchez-Teruel, D., & Robles-Bello, M. A.	Factores protectores que promueven la resiliencia ante el suicidio en adolescentes y jóvenes.	Presentar factores de protección asociados al comportamiento suicida en adolescentes y promover su fortalecimiento, basándose en la revisión de estudios que identifican aspectos resilientes que pueden contrarrestar los efectos negativos de situaciones adversas.	Los expertos deben enfocarse en proporcionar teorías sobre la resiliencia frente al suicidio que se centren en los factores de protección y tengan en cuenta los aspectos culturales y ecológicos que influyen en la capacidad de los jóvenes para superar la adversidad. Además, es importante utilizar este conocimiento para fortalecer las características positivas en sus vidas y mejorar su bienestar.

Fuente: elaboración propia

#### 4.5. Resultados en función de los autores que hablan de la importancia de la gestión emocional en los adolescentes

La tabla que se muestra a continuación recoge la literatura científica relacionada con la importancia, correlación o influencia de la gestión emocional en las autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes.

**Tabla 6**

*Selección de artículos relacionados con la gestión emocional (ansiedad) y autolesiones*

<b>Año</b>	<b>Autor/es</b>	<b>Título</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Conclusiones</b>
<b>2022</b>	Buerger, A., Emser, T., Seidel, A., Scheiner, C., von Schoenfeld, C., Ruecker, V., ... & Romanos, M.	DUDE-a universal prevention program for non-suicidal self-injurious behavior in adolescence based on effective emotion regulation: study protocol of a cluster-randomized controlled trial.	El propósito central de la investigación en cuestión es examinar la eficacia de un programa de prevención universal recientemente diseñado ("DUDE - Du und deine Emotionen / Tú y tus emociones") que se basa en un enfoque basado en habilidades en entornos escolares, y que será aplicado en 3200 jóvenes adolescentes de entre 11 y 14 años.	La autolesión no suicida (NSSI) es un problema importante de salud pública que puede indicar un alto riesgo de problemas de salud mental persistentes, y conlleva altas tasas de morbilidad y mortalidad, además de generar costos significativos en atención médica. Por lo tanto, se necesita urgentemente el desarrollo de programas de prevención universal para NSSI antes de que los adolescentes comiencen a mostrar este comportamiento peligroso, pero actualmente existe una falta de dichos programas.
<b>2016</b>	Casas Dorado, A.	Comportamiento autolesivo como herramienta de autorregulación emocional en una adolescente de 14 años	El objetivo principal de este estudio es demostrar la importancia de ir más allá del síntoma de autolesión y explorar la complejidad de sus orígenes y funciones, al mismo tiempo que se destaca la importancia de la regulación emocional para la salud mental y el contexto psicoterapéutico.	Se desglosará la psicopatología en la exploración de la calidad de los vínculos afectivos, la percepción del propio yo, los procesos de regulación emocional y las formas de satisfacción sexual/sensual, analizando qué aspectos están afectados, cuáles se activan y cuáles se han desactivado por diversas razones.
<b>2018</b>	Colorado, Y. S.	El suicidio en la adolescencia: una aproximación desde el apego y la regulación emocional.	Entender las diversas expresiones del comportamiento suicida a través de factores tempranos como el apego y la regulación emocional puede proporcionar información valiosa sobre la importancia del vínculo afectivo con	La literatura revisada destaca la importancia de contextualizar el suicidio con relación al apego y la regulación emocional en adolescentes. Se ha encontrado evidencia de la relación entre la regulación emocional y el comportamiento suicida. En particular, Klonsky (2007) encontró que los individuos experimentan altos niveles de afecto negativo previo a la autolesión, seguido de una sensación de alivio después del acto. La

			los padres y la forma en que se manejan las emociones para la vida.	incapacidad para manejar emociones negativas intensas parece estar relacionada con los intentos suicidas.
<b>2014</b>	Klonsky, E. D., Victor, S. E., & Saffer, B. Y.	Nonsuicidal self-injury: What we know, and what we need to know.	Impulsar el progreso en el ámbito de la salud mental a través de la creación de modelos teóricos basados en evidencia y tratamientos eficaces.	Margaret S. Andover y Blair W. Morris presentan un enfoque de regulación emocional para comprender y tratar la autolesión no suicida (NSSI), utilizando modelos emocionales básicos. Por otro lado, Brianna J. Turner, Sara B. Austin y Alexander L. Chapman realizan una revisión sistemática de la investigación sobre los resultados del tratamiento de NSSI, destacando la necesidad de enfoques de tratamiento adaptados específicamente para abordar este problema.
<b>2021</b>	Pérez, S., García-Alandete, J., Gallego, B., & Marco, J. H.	Characteristics and unidimensionality of non-suicidal self-injury in a community sample of spanish adolescents.	El presente estudio se propuso alcanzar dos objetivos: por un lado, determinar la prevalencia, tipología y función de la autolesión no suicida en los participantes; por otro lado, evaluar la validez discriminante y la estructura factorial unidimensional de la autolesión no suicida incluida en el ISAS-parte I en una muestra de adolescentes españoles de la comunidad.	En la juventud española, los comportamientos de autolesión no suicida indican problemas en la regulación emocional y en las relaciones interpersonales, y parecen ser parte de una dimensión única y latente. En consecuencia, es importante que existan programas de intervención que se centren en el manejo de estos problemas en la regulación emocional y conductas autolesivas no suicidas en este grupo de población.
<b>2023</b>	Tigasi Chiguano, D. D.	La conducta autolesiva y su relación con la autoestima en adolescentes.	Examinar la posible correlación entre el nivel de autoestima y la frecuencia de conductas autolesivas en adolescentes que asisten a una institución educativa.	Se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman para demostrar que existe una relación estadísticamente significativa entre las conductas autolesivas y la autoestima en los adolescentes participantes del estudio.
<b>2019</b>	Valencia, L. F. F., Maya, J. J. F., Cubillos, G. V. I., Suárez, L. F. G., & Moreno, M. J. V.	Relación entre conductas autolesivas con fines no suicidas y depresión en población adolescente escolarizada	El objetivo del estudio fue investigar la posible relación entre la conducta autolesiva sin intenciones suicidas y la depresión en adolescentes que asisten a escuelas en la ciudad de Pereira, Colombia.	En su mayoría, las conductas autolesivas no suicidas (ANS) surgen durante la adolescencia y están asociadas a la reducción del malestar emocional y cognitivo del individuo. Las estrategias de afrontamiento de las ANS se enfocan en la emoción, lo que puede llevar a que persistan en la vida adulta si no son detectadas y tratadas adecuadamente. Estos patrones de comportamiento pueden contribuir al desarrollo de trastornos mentales como la depresión, los cuales pueden manifestarse no solo durante la adolescencia sino también en la edad adulta. En casos extremos, pueden llevar a comportamientos autolesivos con fines suicidas.

Fuente: elaboración propia

#### 4.6. Resultados en función autores que han realizado estudios sobre autolesiones y suicidio en adolescentes.

La tabla siguiente recoge algunos estudios realizados sobre el tema tratado en los que se nombran los aspectos arriba mencionados (causas, factores de riesgo, factores de protección y gestión emocional) en algún momento del estudio, pero no se centra específicamente en ello.

**Tabla 7**

*Selección de artículos relacionados con estudios realizados*

<b>Año</b>	<b>Autor/es</b>	<b>Título</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Conclusiones</b>
<b>2014</b>	Brunner, R., Kaess, M., Parzer, P., Fischer, G., Carli, V., Hoven, C. W., ... & Wasserman, D.	Life-time prevalence and psychosocial correlates of adolescent direct self-injurious behavior: A comparative study of findings in 11 European countries.	El objetivo de la investigación fue examinar la frecuencia y los factores psicosociales que se relacionan con las autolesiones directas (D-SIB), incluyendo comportamientos como cortarse, quemarse, morderse, golpearse o causar daño a la piel mediante otros métodos, en adolescentes de 11 países europeos. La muestra seleccionada fue representativa de la población adolescente en dichos países.	Los hallazgos indican que los adolescentes europeos tienen una alta frecuencia de D-SIB a lo largo de su vida, y que tanto su prevalencia como los factores psicosociales asociados están relacionados con el género y el país de origen. Estos resultados subrayan la importancia de un enfoque integral para comprender la evolución del SIB y para facilitar la prevención y el tratamiento culturalmente adaptados.
<b>2022</b>	Faura-García, J., Orue, I., & Calvete, E.	Nonsuicidal self-injury thoughts and behavior in adolescents: validation of SITBI-NSSI.	Examinar los pensamientos y comportamientos de autolesión no suicida (ANS) en adolescentes españoles de entre 13 y 18 años que forman parte de la comunidad.	Los rasgos más comunes de ANS son comparables a los hallados tanto a nivel nacional como internacional. El instrumento de Entrevista de Pensamientos y Comportamientos Autolesivos - Autolesión no suicida (SITBI-ANS) podría ser beneficioso para la detección de ANS en adolescentes españoles.
<b>2020</b>	Guadix, M. G., Almendros, C., Mondragón, L. R., & Pérez, E. M.	Autolesiones online entre adolescentes españoles: análisis de la prevalencia y de las motivaciones.	El presente estudio tiene como objetivos examinar la prevalencia de diversas formas de autolesiones en línea en adolescentes, así como analizar las motivaciones que los impulsan a involucrarse en dichas conductas a través del uso de una metodología cualitativa de análisis de contenido.	Las razones más comunes para participar en autolesiones en línea fueron identificadas como: 1) una manera de expresar su sufrimiento; 2) buscar alivio o consuelo; 3) llamar la atención y recibir comprensión de los demás; 4) ver la reacción de los demás; 5) por diversión; y 6) debido a la influencia de otros o por considerarlo una moda. Los hallazgos indican que este fenómeno es un asunto preocupante que necesita ser estudiado con mayor profundidad.

<b>2011</b>	Kirchner, T., Ferrer, L., Forns, M., & Zanini, D.	Conducta autolesiva e ideación suicida en estudiantes de Enseñanza Secundaria Obligatoria. Diferencias de género y relación con estrategias de afrontamiento.	El objetivo de este estudio fue triple: a) examinar la prevalencia de conductas autolesivas y pensamientos suicidas en adolescentes de la comunidad según el sexo, b) investigar la posible asociación entre ideación suicida y conducta autolesiva mediante el cálculo del riesgo relativo (RR) de autolesión, y c) analizar las estrategias de afrontamiento utilizadas por los adolescentes que presentan conductas autolesivas y pensamientos suicidas en comparación con aquellos que no los tienen.	La posible relación entre la ideación suicida, el comportamiento autolesivo y las estrategias de afrontamiento utilizadas puede tener un gran valor en la prevención y en la mejora de los tratamientos efectivos.
<b>2012</b>	Moran P, Coffey C, Romaniuk H et al.	The natural history of self-harm from adolescence to young adulthood: a population-based cohort study.	Explicar cómo evoluciona la autolesión a lo largo del tiempo, desde la adolescencia media hasta la adultez temprana, mediante el análisis de múltiples mediciones de una muestra representativa que se realiza de forma repetida.	La mayoría de los comportamientos de autolesión en adolescentes se resuelve espontáneamente. La detección y el tratamiento tempranos de trastornos mentales comunes durante la adolescencia podrían constituir un componente importante y hasta ahora no reconocido de la prevención del suicidio en adultos jóvenes.
<b>2022</b>	Neupane, S. P., & Mehlum, L.	Adolescents With Non-Suicidal Self-Harm—Who Among Them Has Attempted Suicide?	Identificar y analizar las posibles diferencias entre los adolescentes que han llevado a cabo autolesiones no suicidas y que tienen antecedentes de intento de suicidio (IS) y aquellos que han llevado a cabo autolesiones no suicidas, pero no tienen dichos antecedentes.	Los adolescentes con antecedentes de intento de suicidio presentaron un mayor número de métodos de autolesión, así como mayores grados de problemas emocionales y de comportamiento en comparación con los participantes sin antecedentes de IS. Además, utilizaron métodos con mayor letalidad y obtuvieron puntajes más altos en síntomas depresivos, patología límite, desregulación emocional, desesperanza e ideación suicida.
<b>2012</b>	Ougrin, D.	Commentary: Self-harm in adolescents: the best predictor of death by suicide?—reflections on Hawton et al.(2012)	Analizar las consecuencias a largo plazo de los comportamientos de autolesión en menores y jóvenes.	La depresión es común en adolescentes que se autolesionan y es predictor de repetición de autolesiones y suicidio. Se propone tratar los síntomas depresivos en adolescentes con trastornos afectivos que se autolesionan en lugar de la autolesión. El tratamiento de la depresión en adolescentes tiene margen de mejora y se sugiere un enfoque basado en fortalezas y conexiones familiares, escolares y sociales.
<b>2017</b>	Oktan, V.	Self-harm behaviour in adolescents: body image and self-esteem.	Analizar la asociación entre la autolesión, la imagen corporal y la autoestima, y evaluar si había alguna disparidad en la imagen corporal y la autoestima entre los	Los resultados del estudio indicaron que existía una conexión importante entre la autoimagen y la autoestima de los adolescentes, y que estas variables eran factores predictivos significativos de la conducta de autolesión.



			adolescentes con y sin comportamientos de autolesión.	
<b>2021</b>	Robinson, K., Garisch, J. A., & Wilson, M. S.	Nonsuicidal self-injury thoughts and behavioural characteristics: Associations with suicidal thoughts and behaviours among community adolescents.	Comprender la relación entre las autolesiones no suicidas y los pensamientos y comportamientos suicidas en la población adolescente.	Los resultados resaltan la relevancia de considerar tanto los pensamientos como los comportamientos de autolesión no suicida (ANS) al abordar la compleja conexión entre ANS y los pensamientos y comportamientos suicidas en la población adolescente.
<b>2020</b>	Sánchez Teruel, D., Robles Bello, M. A., & Camacho Conde, J. A.	Self-inflicted injuries in adolescents and young adults: A longitudinal approach.	Determinar cuáles son las variables sociodemográficas y de comorbilidad psicopatológica previa que pueden predecir una mayor probabilidad de autolesión en el futuro después de 12 meses en adolescentes y adultos jóvenes con lesiones autoinfligidas.	Es necesario desarrollar urgentemente protocolos de salud específicos para prevenir la reincidencia de lesiones autoinfligidas en adolescentes y adultos jóvenes, ya que estos comportamientos pueden aumentar el riesgo de intentos de suicidio o suicidios completados.

Fuente: elaboración propia

## **5. DISCUSIÓN**

En el apartado anterior se presentan los resultados de la clasificación de la literatura utilizada para llevar a cabo el presente trabajo siguiendo los objetivos planteados. Ahora, en este apartado, se procederá a analizar y evaluar críticamente los hallazgos obtenidos, con el objetivo de extraer conclusiones relevantes y significativas. A través de esta discusión, se pretende profundizar en los resultados y su relación con los objetivos planteados. En definitiva, este apartado busca ofrecer una interpretación y análisis riguroso de los datos obtenidos, con el fin de contribuir al avance del conocimiento y la comprensión del tema tratado.

### **5.1. Análisis comparativo de los resultados**

En la presente revisión sistemática, se ha llevado a cabo un exhaustivo análisis y clasificación de la literatura pertinente para el tema de estudio en cuestión. Según lo que se encontró en este estudio, la autolesión y las ideaciones suicidas son temas de gran preocupación en la salud mental de los adolescentes y jóvenes adultos. Los autores de estos artículos han abordado esta problemática desde distintos enfoques.

En su artículo, Korinfeld (2017) aborda el tema de la prevención del suicidio en el ámbito escolar. La autora plantea que la escuela es un espacio significativo para reconocer y atender los casos de autolesión e ideaciones suicidas que puedan presentar los estudiantes. Korinfeld sostiene que los profesionales de la educación tienen una responsabilidad y una oportunidad de detectar de manera temprana estos problemas, y que deben establecer una colaboración efectiva con los padres de familia y los profesionales de la salud mental para prevenir y abordar estos casos de forma adecuada. Ougrin et al. (2012) realizan una revisión exhaustiva y actualizada sobre la autolesión en adolescentes, y analizan los factores que pueden influir en el desarrollo de esta conducta. La revisión se centra en el papel que desempeñan los trastornos psiquiátricos, las experiencias traumáticas y las dificultades emocionales como posibles factores desencadenantes o predisponentes de la autolesión. Asimismo, los autores resaltan la importancia que tiene el apoyo social y familiar, y la atención temprana y efectiva por parte de los profesionales de la salud mental, para prevenir y tratar esta problemática que afecta a muchos jóvenes. Sánchez (2018) profundiza en los significados y perspectivas que los adolescentes tienen sobre las autolesiones, las cuales se definen como un comportamiento

multifacético y complejo que puede tener diversas motivaciones, entre las que se encuentran la búsqueda de alivio emocional, la expresión de dolor emocional y la obtención de atención. La autora enfatiza la importancia de considerar la autolesión de manera holística, no solo como un síntoma aislado, sino como un comportamiento que puede ser influenciado por factores personales, sociales y culturales. Asimismo, destaca la necesidad de brindar una atención integral a los jóvenes que presentan conductas de autolesión, abordando no solo la dimensión psicológica, sino también la física, social y cultural. De esta forma, se puede comprender mejor las motivaciones y perspectivas de los adolescentes que se autolesionan, y proporcionar una atención más efectiva y comprensiva.

El estudio de Villa et al. (2020) se enfocó en analizar la incidencia y factores circundantes de las autolesiones en una población de estudiantes de secundaria. Los resultados arrojaron que las autolesiones son un problema común en esta población, lo que indica la necesidad de prestar una atención adecuada y efectiva a este problema. Los autores también identificaron que la ansiedad y la depresión son factores de riesgo importantes que se relacionan con la autolesión en los estudiantes de secundaria, lo que sugiere la necesidad de considerar estos trastornos en la prevención y el tratamiento de la autolesión. Además, los autores resaltan que el acoso escolar y la falta de apoyo social pueden ser factores que contribuyen a la autolesión en los estudiantes, lo que destaca la necesidad de prestar atención a los contextos en los que se desarrolla la conducta de autolesión. En consecuencia, se recomienda un enfoque integral y multidisciplinario para abordar la autolesión en los estudiantes de secundaria, que considere tanto los factores personales como los contextuales y sociales que pueden estar influyendo en esta conducta.

En conjunto, estos artículos destacan la necesidad de abordar la autolesión y las ideaciones suicidas en los adolescentes desde una perspectiva integral y multidisciplinaria. Es fundamental involucrar a los profesionales de la educación, los padres y los profesionales de la salud mental en la prevención y el tratamiento de estos problemas, y considerar los factores personales, sociales y culturales que pueden estar influyendo en la conducta de autolesión.

La problemática de las autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes es un tema que preocupa a nivel mundial, ya que representa una grave amenaza para la salud y el bienestar de esta población. En este sentido, es importante seguir investigando los factores de riesgo y las posibles estrategias de prevención y tratamiento. En línea con lo anterior, Bousoño et al. (2021) realizaron un estudio en el que encontraron que el consumo de alcohol y otros factores de

riesgo, como la depresión, la ansiedad y la impulsividad, se asociaron significativamente con la conducta autolesiva en adolescentes españoles. Estos hallazgos son consistentes con otras investigaciones que han destacado la importancia de abordar los trastornos mentales en la prevención de las autolesiones. Además, Ibáñez et al. (2012) mencionan que los factores de riesgo para las autolesiones en adolescentes incluyen la violencia, el abuso sexual y emocional, los problemas familiares y la falta de apoyo social. Por tanto, es fundamental continuar profundizando en la comprensión de estos factores y trabajar de manera colaborativa y multidisciplinaria para prevenir y tratar las autolesiones e ideaciones suicidas en la población adolescente.

El estudio de Rey et al. (2019) destaca que los pacientes que muestran daño autoinducido y pensamientos suicidas presentan un perfil particular, donde se observa la presencia de trastornos mentales, el uso de sustancias psicoactivas y altos niveles de estrés. Por otro lado, Shoib et al. (2022) mencionan que el consumo de medicamentos de venta libre, como analgésicos y antitusivos, se ha relacionado con un mayor riesgo de conductas suicidas y autolesivas en la población adolescente. Estos estudios subrayan la necesidad de una evaluación exhaustiva de los factores de riesgo en la prevención y tratamiento de la autolesión y la ideación suicida en adolescentes.

La investigación en torno a la salud mental de los adolescentes revela que la insatisfacción corporal es un factor de riesgo significativo para la ideación suicida y la autolesión. Solis-Espinoza et al. (2022) destacan la importancia de considerar la imagen corporal en la evaluación y prevención de estos comportamientos en esta población. Por otro lado, Villar (2018) clasifica los factores de riesgo para la conducta suicida en adolescentes en tres grupos: factores personales, familiares y sociales. Esta clasificación refuerza la importancia de adoptar un enfoque integral y multidisciplinario para la prevención y el tratamiento de la conducta suicida en los jóvenes, y de abordar los factores individuales, familiares y sociales que puedan estar influyendo en su comportamiento.

En este sentido, los estudios revisados en este análisis resaltan la importancia de considerar factores como la depresión, la ansiedad, la impulsividad, el estrés, el consumo de sustancias, la insatisfacción corporal, el acoso escolar, la falta de apoyo social, los problemas familiares y la violencia como factores de riesgo para la autolesión e ideación suicida en adolescentes. Además, se destaca la necesidad de abordar la autolesión y las ideaciones suicidas desde una perspectiva multidisciplinaria que involucre a los profesionales de la educación, los

padres y los profesionales de la salud mental. Solo de esta manera se podrán desarrollar programas y políticas públicas que permitan prevenir y tratar de manera efectiva este problema de salud mental en la población adolescente.

La prevención del suicidio en adolescentes es un tema de gran importancia y preocupación en la sociedad actual, dado que esta etapa de la vida se caracteriza por una gran cantidad de cambios y retos emocionales que pueden aumentar el riesgo de autolesiones e ideaciones suicidas. En este sentido, diferentes autores han abordado el tema desde distintas perspectivas, incluyendo los factores de riesgo y protección que pueden influir en la conducta suicida. Además, se han desarrollado programas de prevención que se enfocan en la identificación temprana de los adolescentes en riesgo y la promoción de habilidades de afrontamiento y resolución de problemas. Por ejemplo, McLeod et al. (2017) proponen un programa de intervención en el que se fomenta la comunicación abierta y la creación de un ambiente seguro en el que los adolescentes puedan expresar sus sentimientos y emociones. Por otro lado, Liu et al. (2020) han propuesto un enfoque basado en la tecnología que utiliza la inteligencia artificial para detectar patrones de comportamiento que puedan indicar un riesgo de conducta suicida. Asimismo, se han desarrollado estrategias de prevención a nivel comunitario, como la creación de espacios seguros y la promoción de la participación en actividades sociales y deportivas. En conclusión, la prevención del suicidio en adolescentes requiere de un enfoque integral y multidisciplinario que involucre a diferentes actores y estrategias para abordar el problema de manera efectiva.

La prevención del suicidio en la adolescencia es un tema que ha adquirido una creciente importancia en las últimas décadas, debido al aumento de las tasas de suicidio y autolesiones en esta población. Ante este escenario, se han desarrollado diferentes estrategias y programas de prevención, que incluyen desde la detección temprana de factores de riesgo y la promoción de la salud mental, de las que se hablan a continuación, hasta la capacitación de profesionales de la salud y la educación en la identificación y manejo de casos de riesgo. En este contexto, la perspectiva de salud pública que proponen Castellvi et al. (2018) resulta fundamental para abordar el problema de manera integral y efectiva, involucrando a diferentes actores sociales, como las familias, las comunidades, las organizaciones y el Estado.

En cuanto a los factores protectores, algunos autores como Sánchez-Teruel et al. (2014) han destacado la importancia de promover la resiliencia en los adolescentes, es decir, su capacidad de adaptarse positivamente ante situaciones adversas y superarlas. De igual forma,

se ha destacado la importancia de la presencia de redes de apoyo emocional y social, como familiares y amigos, así como la participación en actividades extracurriculares y deportivas que favorezcan el desarrollo de habilidades sociales y emocionales.

Por otro lado, autores como Arévalo Mahecha et al. (2022) han resaltado la importancia del papel de los docentes y enfermeros en la prevención de autolesiones y suicidio en adolescentes, ya que ellos pueden ser los primeros en detectar señales de alerta en los jóvenes y brindarles apoyo emocional y orientación para buscar ayuda profesional. En este sentido, la formación en habilidades de detección y prevención de la conducta suicida puede ser un factor clave para reducir el riesgo de autolesiones e ideaciones suicidas.

En este sentido, es fundamental que se aborde la prevención del suicidio en la adolescencia desde una perspectiva integral que involucre aspectos personales, familiares, sociales y culturales, y que permita una comprensión más profunda del problema. Asimismo, es importante fomentar la educación y sensibilización sobre la conducta suicida en adolescentes, para que se puedan detectar señales de alerta a tiempo y se brinde el apoyo emocional y la orientación necesaria para buscar ayuda profesional. La prevención del suicidio en adolescentes es un desafío que requiere de la colaboración y el compromiso de todos los actores sociales, y que puede tener un impacto significativo en la vida de los jóvenes y en la sociedad en su conjunto.

La gestión emocional es un aspecto crucial para prevenir las autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes, como sugieren varios de los artículos incluidos en esta discusión. En el estudio protocolo "DUDE" de Buerger et al. (2022), se propone un programa de prevención universal para el comportamiento autolesivo en la adolescencia basado en la regulación efectiva de las emociones. Esta propuesta se relaciona con el comportamiento autolesivo como herramienta de autorregulación emocional descrito por Casas (2016), quien explica cómo una adolescente de 14 años encontró en el comportamiento autolesivo una forma de regular sus emociones. Sin embargo, la regulación emocional no siempre se da de manera adecuada y puede ser un factor de riesgo para la ideación y comportamiento suicida, como lo señala Colorado (2018) en su aproximación al suicidio en la adolescencia desde el apego y la regulación emocional. De igual manera, Klonsky et al. (2014) señalan que la autolesión no suicida es un predictor fuerte de la ideación y comportamiento suicida.

Por otro lado, Pérez et al. (2021) encontraron que la conducta autolesiva en adolescentes es un constructo unidimensional y que puede ser un indicador de problemas emocionales y

psicológicos en esta población. Tigasi (2023) también encontró que la conducta autolesiva se relaciona con la autoestima en adolescentes.

En este sentido, la gestión emocional se presenta como un factor importante en la prevención del comportamiento autolesivo y la ideación y comportamiento suicida en adolescentes. Esta gestión emocional puede ser fomentada a través de programas como el propuesto por Buerger et al. (2022), nombrado anteriormente, que promueve la regulación efectiva de las emociones. Asimismo, la detección temprana de conductas autolesivas y la atención a los problemas emocionales y psicológicos subyacentes pueden ser importantes factores de protección, como lo señalan Valencia et al. (2019) al encontrar una relación entre conductas autolesivas con fines no suicidas y la depresión en adolescentes escolarizados.

En conclusión, los autores incluidos en esta discusión destacan la importancia de la gestión emocional en la prevención de las autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes. La regulación emocional puede ser un factor protector frente a estas conductas, y los programas de prevención deberían centrarse en mejorar las habilidades de regulación emocional de los adolescentes para reducir su riesgo. Como ya se ha comentado, esta gestión emocional puede ser fomentada a través de programas de prevención. Asimismo, la detección temprana y atención a los problemas emocionales y psicológicos subyacentes pueden ser importantes factores de protección.

## 6. CONCLUSIONES

Mediante la revisión sistemática de la literatura científica, es posible extraer conclusiones significativas acerca de un tema específico. Tras **analizar la literatura**, se han identificado conclusiones relevantes que pueden resultar de gran ayuda para la comprensión y tratamiento de este asunto. A continuación, se exponen las principales conclusiones obtenidas a partir de la revisión sistemática de la literatura científica relacionada con este tema en particular.

Después de analizar la literatura científica sobre las **causas** de las autolesiones en adolescentes, podemos concluir que existe una compleja interacción de factores biológicos, psicológicos y sociales que pueden influir en el desarrollo de estas conductas. Algunos factores de riesgo identificados incluyen la presencia de trastornos mentales, como la depresión y la ansiedad, la exposición a situaciones de estrés y trauma, la falta de habilidades de regulación emocional y la influencia de factores sociales, como el acoso escolar y el rechazo social.

Asimismo, se ha observado que la conducta autolesiva puede funcionar como una forma de aliviar el dolor emocional en los adolescentes y, en algunos casos, puede ser un indicador de problemas emocionales y psicológicos más profundos. En este sentido, es importante abordar de manera integral los **factores de riesgo y protección** para la prevención y tratamiento de las autolesiones en adolescentes. La prevención del suicidio en adolescentes es un tema de gran importancia y preocupación en la sociedad actual, dado que esta etapa de la vida se caracteriza por una gran cantidad de cambios y retos emocionales que pueden aumentar el riesgo de autolesiones e ideaciones suicidas. En este sentido, diferentes autores han abordado el tema desde distintas perspectivas, incluyendo los factores de riesgo y protección que pueden influir en la conducta suicida.

En resumen, la discusión de los **factores de riesgo** de las autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes es compleja y multifactorial, ya que involucra aspectos personales, familiares, sociales y culturales. Es fundamental que se realicen estudios que permitan una comprensión más profunda de este problema para poder desarrollar intervenciones y políticas públicas efectivas que aborden el problema de manera integral.

En conclusión, la prevención del suicidio en adolescentes es un tema complejo que requiere de la colaboración y el compromiso de diferentes actores sociales. La promoción de **factores protectores** como la resiliencia, el apoyo emocional y social, la formación en habilidades de prevención y la implementación de estrategias de salud pública pueden contribuir a reducir el riesgo de autolesiones e ideaciones suicidas en la adolescencia.

Los estudios revisados destacan que la **gestión emocional** es un factor clave en la prevención de las autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes. Los programas de prevención deben centrarse en mejorar las habilidades de regulación emocional de los jóvenes, con el objetivo de reducir su riesgo. Además, la detección temprana y atención a los problemas emocionales y psicológicos subyacentes pueden ser importantes factores de protección. Por tanto, es fundamental que los programas educativos incluyan la enseñanza de la inteligencia emocional y que los profesionales de la salud mental estén capacitados para detectar y atender a los problemas emocionales y psicológicos en adolescentes. De esta manera, se puede contribuir a la prevención de conductas autolesivas e ideaciones suicidas en esta población vulnerable.

Para concluir este apartado, es importante destacar que se ha evidenciado que una gestión emocional deficiente se relaciona de manera significativa con un aumento en las conductas



autolesivas e ideaciones suicidas en la población adolescente. Por esta razón, es fundamental incluir en los programas educativos de las escuelas la enseñanza de habilidades de inteligencia emocional, enfocándose especialmente en la gestión emocional y la tolerancia a la frustración, con el objetivo de disminuir el número de jóvenes que recurren a la autolesión como forma de aliviar su sufrimiento emocional. Es importante que los centros educativos cuenten con información adecuada acerca de los factores de riesgo y protección que pueden influir en estas conductas para poder detectar las señales de alerta que puedan presentarse en los estudiantes. Además, es relevante destacar que, aunque las conductas autolesivas no siempre están relacionadas con las ideaciones suicidas, se ha observado en **numerosos estudios** un aumento en el riesgo de suicidio en la población adolescente, lo que subraya la importancia de la prevención en el ámbito escolar.

### **6.1. Futuras líneas de investigación**

Tras el análisis y conclusiones realizados en el presente trabajo, se plantean las siguientes futuras líneas de investigación que resultarían de interés para mejorar la comprensión y abordaje del tema tratado y, por ende, contribuir a la prevención de autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes.

Estudio de intervenciones psicológicas y farmacológicas en el tratamiento de la autolesión y las ideaciones suicidas en adolescentes: a pesar de que se han llevado a cabo diversos estudios sobre el tratamiento de la autolesión e ideaciones suicidas en adolescentes, todavía hay mucho por explorar en este ámbito. Se podrían realizar investigaciones que evalúen la eficacia de diferentes enfoques psicológicos y farmacológicos en el tratamiento de estos problemas, teniendo en cuenta las características específicas de la población adolescente.

Análisis de la influencia de las redes sociales y la tecnología en la autolesión y las ideaciones suicidas en adolescentes: con el creciente uso de las redes sociales y la tecnología, se ha observado un aumento en la incidencia de la autolesión y las ideaciones suicidas en adolescentes. Por tanto, sería interesante investigar la relación entre el uso de las redes sociales y la tecnología y estos problemas, así como la forma en que se pueden abordar desde una perspectiva preventiva.

Investigación de factores de riesgo y protección en la autolesión e ideaciones suicidas en adolescentes: aunque se han identificado diversos factores de riesgo en la autolesión y las ideaciones suicidas en adolescentes, todavía hay muchos aspectos que desconocemos. Se

podrían realizar estudios que profundicen en los factores de riesgo y protección en la población adolescente, incluyendo factores biológicos, psicológicos y sociales.

Estudio de la relación entre la autolesión y las ideaciones suicidas y otros problemas de salud mental en adolescentes: las autolesiones e ideaciones suicidas a menudo están relacionadas con otros problemas de salud mental, como la depresión y la ansiedad. Se podrían llevar a cabo más investigaciones que exploren la relación entre estos problemas y cómo pueden ser abordados desde una perspectiva integral.

Investigación de la prevención de la autolesión y las ideaciones suicidas en adolescentes en diferentes contextos: la prevención de la autolesión y las ideaciones suicidas en adolescentes es fundamental y puede ser abordada desde diferentes contextos, como la escuela, la familia y la comunidad. Sería interesante realizar investigaciones que analicen la eficacia de diferentes estrategias de prevención en cada uno de estos contextos y cómo se pueden adaptar a las necesidades de la población adolescente.

Formación adecuada del profesorado de educación secundaria y bachillerato en relación a la identificación y manejo de factores de riesgo y protección en autolesiones e ideaciones suicidas: la capacitación del personal educativo en la detección temprana de signos de advertencia y la aplicación de medidas preventivas es esencial para prevenir trastornos de salud mental y comportamientos negativos en los estudiantes, además es fundamental para garantizar un ambiente escolar seguro y saludable.

Programas de intervención en autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes en los centros educativos de educación secundaria y bachillerato: existen cada vez más programas de detección, pero es necesario contar con un plan de acción ante situaciones de crisis, ya que puede tener un impacto significativo en la reducción de las consecuencias emocionales y físicas en los estudiantes.

Programas de prevención de las autolesiones e ideaciones suicidas en adolescentes en los centros escolares: la prevención del suicidio y las autolesiones en adolescentes es un tema de vital importancia que debe ser abordado de manera prioritaria en los centros escolares de secundaria. Los adolescentes enfrentan una variedad de desafíos emocionales y psicológicos durante esta etapa de sus vidas, y la falta de habilidades de afrontamiento puede llevar a problemas de salud mental graves, incluyendo la ideación suicida y la conducta autolesiva. Por esta razón, es necesario contar con programas de prevención que proporcionen información y

recursos para el reconocimiento de los signos y síntomas de las autolesiones y la ideación suicida en los adolescentes, así como para la gestión de crisis y la derivación a servicios de salud mental especializados. Además, estos programas deben ser diseñados para promover un ambiente escolar saludable y seguro que fomente la inclusión y el apoyo emocional entre los estudiantes y estar incluidos dentro del Plan de Acción Tutorial (PAT), lo que puede ayudar a prevenir la aparición de problemas de salud mental. En resumen, la implementación de programas de prevención en los centros escolares de secundaria es fundamental para proteger la salud mental y el bienestar emocional de los adolescentes y debe ser considerada como una prioridad para los responsables de la toma de decisiones en este ámbito.

## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, Fifth Edition (DSM-5). American Psychiatric Publishing.
- Arévalo Mahecha, Y., Gómez Prieto, K. J., Ladino Florez, A. J., Linares Carvajal, B., Rodríguez Peña, K. J., Losada Trujillo, E. V. & Romero Salgado, M. D. (2022). Prevención de autolesiones y suicidio: una experiencia desde el cuidado de enfermería para docentes de educación secundaria. *Boletín Semillero De Investigación En Familia*, 4(1), e-872. <https://doi.org/10.22579/27448592.846>
- Arnett, J. J. (2016). *Adolescence and emerging adulthood: A cultural approach* (5ª ed.). Pearson.
- Bousoño, M., Al-Halabí, S., Burón, P., Garrido, M., Díaz-Mesa, E. M., Galván, G., García-Álvarez, L., Velasco, Á., Rodríguez-Revuelta, J., Wasserman, C., Carli, V., Hoven, C., Sarchiapone, M., Wasserman, D., Bousoño, M., García-Portilla, M. P., Iglesias, C., Sáiz, P. A. & Bobes, J. (2021). Consumo de alcohol y factores de riesgo de conductas autolesivas en adolescentes españoles. *Adicciones*, 33(1), 53–62. <https://doi.org/10.20882/adicciones.1239>
- Brackett, M. A., Reyes, M. R., Rivers, S. E., Elbertson, N. A. & Salovey, P. (2012). Enhancing academic performance and social and emotional competence with the RULER feeling words curriculum. *Learning and Individual Differences*, 22(2), 218–224.
- Brunner, R., Kaess, M., Parzer, P., Fischer, G., Carli, V., Hoven, C. W., ... & Wasserman, D. (2014). Life-time prevalence and psychosocial correlates of adolescent direct self-injurious behavior: A comparative study of findings in 11 European countries. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 55(4), 337–348. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12166>
- Buerger, A., Emser, T., Seidel, A., Scheiner, C., von Schoenfeld, C., Ruecker, V., ... & Romanos, M. (2022). DUDE-a universal prevention program for non-suicidal self-injurious behavior in adolescence based on effective emotion regulation: study protocol of a cluster-randomized controlled trial. *Trials*, 23(1), 1–16. <https://doi.org/10.1186/s13063-021-05973-4>
- Casas Dorado, A. (2016). Comportamiento autolesivo como herramienta de autorregulación emocional en una adolescente de 14 años. *Revista Clínica Contemporánea*, 7(3), 203–220. <https://doi.org/10.5093/cc2016a17>

- Castellvi, P., & Rodríguez, J. A. P. (2018). El suicidio en la adolescencia: un problema de salud pública que se puede y debe prevenir. *Revista de Estudios de Juventud*, (121), 45–59.
- Colorado, Y. S. (2018). El suicidio en la adolescencia: una aproximación desde el apego y la regulación emocional. *Estudios del desarrollo humano y socioambiental* (pp. 178–207). Corporación Universitaria Reformada.
- Faura-García, J., Orue, I. & Calvete, E. (2022). Nonsuicidal self-injury thoughts and behavior in adolescents: validation of SITBI-NSSI. *Psicothema*, 34(4), 582–592. <https://doi.org/10.7334/psicothema2022.13>
- Guadix, M. G., Almendros, C., Mondragón, L. R. & Pérez, E. M. (2020). Autolesiones online entre adolescentes españoles: análisis de la prevalencia y de las motivaciones. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 7(1), 9–15. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2020.07.1.1>
- Ibáñez, Á. F., Costa, M. V., del Real Peña, A., & del Castillo, C. S. (2012). Conducta autolesiva en adolescentes: prevalencia, factores de riesgo y tratamiento. *Cuadernos de Medicina psicosomática y psiquiatría de enlace*, (103), 33–48.
- Dirección General de Inclusión Educativa. (2021). *Instrucción del 9 de septiembre de 2021, de la directora general de Inclusión Educativa, para la intervención en autolesiones y conductas de suicidio*. [https://ceice.gva.es/documents/169149987/173803185/Instruccions\\_autolesions\\_suicidi\\_cas.pdf](https://ceice.gva.es/documents/169149987/173803185/Instruccions_autolesions_suicidi_cas.pdf)
- Juarros-Basterretxea, J., Arrieta, J. J. & Goñi, E. (2019). Predictive factors of self-harm in adolescence: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(22), 1–21.
- Kaffenberger, C. J. & Seligman, M. E. (2018). Strengthening adolescent well-being through enhancing life skills with a focus on interpersonal relationships. *The Journal of Positive Psychology*, 13(4), 455–463.
- Kim, J. E. & Cicchetti, D. (2010). A Longitudinal Study of Emotion Regulation, Peer Acceptance, and Depressive Symptoms among School-Age Children. *Developmental Psychology*, 46(1), 139–152.
- Kirchner, T., Ferrer, L., Forns, M. & Zanini, D. (2011). Conducta autolesiva e ideación suicida en estudiantes de Enseñanza Secundaria Obligatoria. Diferencias de género y relación con estrategias de afrontamiento. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 39(4), 226–235.

- Klonsky, E. D. (2007). The functions of deliberate self-injury: A review of the evidence. *Clinical Psychology Review, 27*(2), 226–239.  
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.08.002>
- Klonsky, E. D., Victor, S. E. & Saffer, B. Y. (2014). Nonsuicidal self-injury: What we know, and what we need to know. *The Canadian Journal of Psychiatry, 59*(11), 565–568.  
<https://doi.org/10.1177/070674371405901101>
- Korinfeld, D. (2017). Situaciones de suicidio en la escuela Acompañamiento y corresponsabilidad. *Voces de la Educación, 2*(4), 209–219.
- Liu, R. T., Miller, I. & Kleiman, E. M. (2020). Self-injurious behavior in adolescents. *Pediatric Clinics of North America, 67*(1), 123–136.
- Liu, R. T., Scopelliti, K. A., Pittman, S. K., Zamora, A. S., Lewis, S. P. & Gross, J. J. (2019). Emotion regulation difficulties and suicide risk in early adolescence: A systematic review. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 58*(2), 131–146.
- Moran, P., Coffey, C., Romaniuk, H., Olsson, C., Borschmann, R., Carlin, J. B. & Patton, G. C. (2012). The natural history of self-harm from adolescence to young adulthood: a population-based cohort study. *The Lancet, 379*(9812), 236–243.  
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)61141-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(11)61141-0)
- Neupane, S. P. & Mehlum, L. (2022). Adolescents With Non-Suicidal Self-Harm—Who Among Them Has Attempted Suicide? *Archives of suicide research, 1*–14.  
<https://doi.org/10.1080/13811118.2022.2072254>
- Nock, M. K. (2010). Self-injury. *Annual Review of Clinical Psychology, 6*(1), 339–363.  
<https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131258>
- Oktan, V. (2017). Self-harm behaviour in adolescents: body image and self-esteem. *Journal of psychologists and counsellors in schools, 27*(2), 177–189.  
<https://doi.org/10.1017/jgc.2017.6>
- Osher, D., Kidron, Y., Brackett, M. A., Dymnicki, A., Jones, S. & Weissberg, R. P. (2016). Advancing the science and practice of social and emotional learning: Looking back and moving forward. *Review of Research in Education, 40*(1), 644–681.

<https://doi.org/10.3102/0091732X16673595>

- Ougrin, D. (2012). Commentary: Self-harm in adolescents: the best predictor of death by suicide?—reflections on Hawton et al. (2012). *Journal of child psychology and psychiatry*, 53(12), 1220–1221. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2012.02622.x>
- Ougrin, D., Tranah, T., Leigh, E., Taylor, L. & Asarnow, J. R. (2012). Practitioner review: Self-harm in adolescents. *Journal of child psychology and psychiatry*, 53(4), 337–350. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1469-7610.2012.02525.x>
- Pérez, S., García-Alandete, J., Gallego, B. & Marco, J. H. (2021). Characteristics and unidimensionality of non-suicidal self-injury in a community sample of Spanish adolescents. *Psicothema*, 33(2), 251–258.
- Plener, P. L., Schumacher, T. S., Munz, L. M. & Groschwitz, R. C. (2015). The longitudinal course of non-suicidal self-injury and deliberate self-harm: a systematic review of the literature. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 2(1), 1–14.
- Puigardeu, O., Barroso, J. C. & Amorós, J. (2021). La conducta autolítica en l'entorn escolar: Eines per a la prevenció, detecció i intervenció. *ÀAF Àmbits de Psicopedagogia i Orientació*, (55), 5–24. <https://doi.org/10.32093/ambits.vi55.5026>
- Rey, L. V., Pérez-Serrano, P. C., Carrasco, J. Á. G., Murugarren, S. R. & Leal, A. F. (2019). Daño autoinducido e ideación suicida en adolescentes: perfil de los pacientes y factores de riesgo. *Revista de Investigación y Educación en Ciencias de la Salud (RIECS)*, 4(2), 12–19. <https://doi.org/10.37536/RIECS.2019.4.2.149>
- Robinson, K., Garisch, J. A. & Wilson, M. S. (2021). Nonsuicidal self-injury thoughts and behavioural characteristics: Associations with suicidal thoughts and behaviours among community adolescents. *Journal of Affective Disorders*, 282, 1247–1254. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.12.201>
- Sánchez-Teruel, D. & Robles-Bello, M. A. (2014). Factores protectores que promueven la resiliencia ante el suicidio en adolescentes y jóvenes. *Papeles del psicólogo*, 35(2), 181–192.
- Salovey, P. & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Sánchez, T. S. (2018). Autolesiones en la adolescencia. Significados, perspectivas y prospección para su abordaje terapéutico. *Revista de psicoterapia*, 29(110), 185–209.

<https://doi.org/10.33898/rdp.v29i110.196>

Sánchez Teruel, D., Robles Bello, M. A. & Camacho Conde, J. A. (2020). Self-inflicted injuries in adolescents and young adults: A longitudinal approach. *Psicothema*, 32(3), 322–328.

<https://doi.org/10.7334/psicothema2019.347>

Shoib, S., Patel, V., Khan, S., Armiya'u, A. Y. U., Saeed, F., Swed, S., ... & Chandradasa, M. (2022). Over-the-counter drug use in suicidal/self-harm behavior: Scoping review.

*Health science reports*, 5(3), e662. <https://doi.org/10.1002/hsr2.662>

Solis-Espinoza, M., Mancilla-Díaz, J. M. & Vázquez-Arévalo, R. (2022). Suicidio: autolesión e insatisfacción corporal en adolescentes. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 22(1), 1–15.

<https://doi.org/10.18270/chps.v22i1.4037>

Suárez Colorado, Y. (2018). El suicidio en la adolescencia: una aproximación desde el apego y la regulación emocional. En A. D. Marengo-Escuderos (ed.), *Estudios del desarrollo humano y socioambiental* (pp. 178–207). Ediciones CUR.

Tigasi Chiguanó, D. D. (2023). La conducta autolesiva y su relación con la autoestima en adolescentes. *Revista latinoamericana de ciencias sociales y humanidades*, 4(1), 713–

727. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.290>

Valencia, L. F. F., Maya, J. J. F., Cubillos, G. V. I., Suárez, L. F. G. & Moreno, M. J. V. (2019). Relación entre conductas autolesivas con fines no suicidas y depresión en población adolescente escolarizada. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 19(2), 1–25.

Villar Cabeza, F. (2018). *Factores de riesgo en la conducta suicida en la adolescencia*. [tesis doctoral, Universidad Autónoma de Barcelona]. Repositorio institucional UAB, Tesis Doctorals en Xarxa. <http://hdl.handle.net/10803/650280>

Villa, E. O. D. L. S., Meza, E. M., Delgado, C. C., Reyes, M. M. & Hernández, J. L. C. (2020). Autolesiones en estudiantes de Secundaria: incidencia y factores circundantes. *Apuntes de Psicología*, 38(1), 23–33.

<https://doi.org/10.18270/chps.19i2.3145>

Zaragozano, J. F. (2017). Autolesiones en la adolescencia: una conducta emergente. *Boletín de la sociedad de pediatría de Aragón, La Rioja y Soria*, 47(2), 37–45.