



UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE CUENCA

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**RELACIÓN ENTRE LA REGULACIÓN EMOCIONAL Y
LA INTENSIDAD SUBJETIVA DE LA REACCIÓN EN
ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA.**

**PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

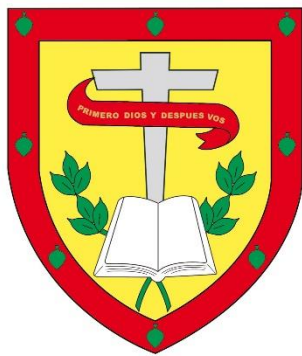
AUTOR: ALBERTO JOSUÉ PACHECO PACHECO

DIRECTOR: JUAN PABLO VIÑANZACA LÓPEZ

CUENCA - ECUADOR

2026

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**RELACIÓN ENTRE LA REGULACIÓN EMOCIONAL Y
LA INTENSIDAD SUBJETIVA DE LA REACCIÓN EN
ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA.**

**PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

AUTOR: ALBERTO JOSUÉ PACHECO PACHECO

DIRECTOR: JUAN PABLO VIÑANZACA LÓPEZ

CUENCA - ECUADOR

2026

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO



Declaratoria de Autoría y Responsabilidad

Alberto Josue Pacheco Pacheco portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **0104966999**. Declaro ser el autor de la obra: **“Relación entre la regulación emocional y la intensidad subjetiva de la reacción en estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Católica de Cuenca.”**, sobre la cual me hago responsable sobre las opiniones, versiones e ideas expresadas. Declaro que la misma ha sido elaborada respetando los derechos de propiedad intelectual de terceros y eximo a la Universidad Católica de Cuenca sobre cualquier reclamación que pudiera existir al respecto. Declaro finalmente que mi obra ha sido realizada cumpliendo con todos los requisitos legales, éticos y bioéticos de investigación, que la misma no incumple con la normativa nacional e internacional en el área específica de investigación, sobre la que también me responsabilizo y eximo a la Universidad Católica de Cuenca de toda reclamación al respecto.

Cuenca, **30 de julio de 2026**

F:

Alberto Josue Pacheco Pacheco

C.I. 0104966999

Cuenca, 30 de julio de 2026

CERTIFICACIÓN

Yo **Juan Pablo Viñanzaca López**, con cédula de identidad N° **0105635072** en calidad de Director del Trabajo de Titulación con el tema: “**Relación entre la regulación emocional y la intensidad subjetiva de la reacción en estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Católica de Cuenca.**”, certifico que el presente trabajo fue desarrollado por Alberto Josue Pacheco Pacheco, bajo mi supervisión.

Atentamente;



Psic. Clin, JUAN PABLO
VIÑANZACA LÓPEZ, Mgs.

DIRECTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN
DOCENTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Agradecimientos

En primer lugar, agradezco a Dios por haberme dado la vida, las capacidades y el tiempo necesario para llegar hasta este momento. Sin su guía, nada de este camino habría sido posible.

Agradezco profundamente a mis padres por brindarme la oportunidad de acceder a una educación desde la escuela hasta la universidad. En especial, a mi padre, Julio Jacinto, quien desde muy temprano me motivó a seguir una carrera profesional y a construir un proyecto de vida basado en el estudio y el crecimiento personal. Asimismo, expreso un agradecimiento muy especial a mi madre, la Dra. Carmen Elena, quien me ha acompañado y apoyado incondicionalmente durante todo este trayecto. Además de darme la vida, heredé de ella la vocación, la curiosidad y el amor por la Psicología Clínica, profesión que hoy tengo el privilegio de ejercer y seguir aprendiendo.

Agradezco a todos mis profesores, quienes formaron parte fundamental de este proceso. Cada uno de ellos dejó una enseñanza valiosa que contribuyó a mi desarrollo profesional y personal. De ellos aprendí tanto el tipo de profesional que aspiro a ser como aquellas actitudes que deseo evitar, recordándome que toda experiencia representa una oportunidad para aprender.

Quiero expresar un agradecimiento especial a mi tutor, Juan Pablo Viñanzaca, quien insistió en que realizara un proyecto de titulación para culminar esta etapa académica y quien estuvo presente durante todo el proceso, brindándome su conocimiento, orientación y disponibilidad cada vez que necesité ayuda.

También agradezco a las secretarías de la institución, quienes con paciencia y amabilidad me guiaron en los distintos procesos administrativos y burocráticos, especialmente considerando que nunca han sido mi mayor fortaleza.

Mi agradecimiento se extiende al director de la carrera, por su confianza, apertura y disposición para brindar apoyo cuando fue necesario.

Agradezco igualmente a mis compañeros de clase, quienes fueron un soporte importante a lo largo de estos años y, en muchas ocasiones, una ayuda indispensable para superar los distintos retos del proceso educativo.

De igual manera, agradezco a las personas que hicieron mi camino más difícil. Aunque en su momento representaron desafíos, gracias a ellas desarrollé habilidades, resiliencia y aprendizajes que hoy me fortalecen tanto como persona como futuro profesional.

Finalmente, quiero agradecer a todos los seres que he conocido a lo largo de mi vida, tanto personas como animales, quienes, aunque no hayan participado directamente en la elaboración de esta tesis, han contribuido de alguna manera a mi formación. Cada encuentro, conversación, experiencia y vínculo me ha permitido comprender mejor la complejidad de la naturaleza y crecer no solo como psicólogo, sino también como ser humano.

A todos y cada uno de ustedes, mi más sincero agradecimiento.

Dedicatoria

Dedico este trabajo a todas las personas que, de una u otra forma, hicieron posible mi existencia y el camino que me ha traído hasta aquí. A mis antepasados, cuyas decisiones, sacrificios y vidas permitieron que hoy yo pueda ocupar este lugar. A mi familia, maestros, amigos, compañeros y a cada persona con la que he compartido un instante de mi vida, pues todas han dejado una enseñanza que ha contribuido a la construcción de quien soy.

Lo dedico también a quienes vendrán después de nosotros, a las futuras generaciones que heredarán el mundo que hoy estamos construyendo. Espero que el conocimiento, la empatía y el compromiso con los que ejerceré esta profesión representen un pequeño aporte para que ese mundo sea un lugar más consciente, más humano y más compasivo.

Como psicólogo, entiendo que mi vocación trasciende el ámbito individual. Elegí esta profesión con la convicción de que cada persona que logra aliviar su sufrimiento puede transformar su entorno, y que cada acto de comprensión y ayuda tiene el potencial de extenderse mucho más allá de lo que alcanzamos a ver. Por ello, dedico este logro a toda la humanidad, con el compromiso de poner mis conocimientos al servicio de quienes los necesiten y de contribuir, en la medida de mis posibilidades, al bienestar de nuestro planeta.

Finalmente, dedico este trabajo a todos los seres vivos con quienes compartimos este mundo, recordando que formamos parte de una misma realidad y que cada acción orientada al bienestar, la comprensión y el cuidado de la vida tiene un valor que trasciende el tiempo y las generaciones.

Con profundo cariño

Alberto Josue Pacheco Pacheco

Resumen

Con el afán de describir científicamente fenómenos de la dinámica psicoemocional relevantes para la calidad de vida de la población ecuatoriana, el presente estudio analizó la relación entre la regulación emocional y la intensidad subjetiva de la reacción en los estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Católica de Cuenca. Se empleó un diseño observacional, transversal, con enfoque cuantitativo y alcance descriptivo-relacional. La muestra estuvo conformada por 87 estudiantes seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. Se aplicó el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ), una encuesta de autopercepción emocional y un cuestionario sociodemográfico diseñados ad hoc. Los resultados evidenciaron predominio de la reevaluación cognitiva ($M = 30.06$; $DE = 5.52$) sobre la supresión expresiva ($M = 15.49$; $DE = 5.43$). Respecto al reconocimiento emocional, la alegría y el disgusto presentaron niveles elevados de concordancia, mientras que la ira obtuvo el nivel más bajo. El análisis de correlación mediante el coeficiente de Spearman no mostró una relación estadísticamente significativa entre las estrategias de regulación emocional y la intensidad subjetiva de la reacción, lo que sugiere que la forma en que los participantes regulan sus emociones no influyó en la intensidad con la que experimentaron los estímulos presentados (reevaluación cognitiva: $\rho = -.086$, $p = .430$; supresión expresiva: $\rho = .138$, $p = .201$), lo que condujo a la aceptación de la hipótesis nula. Estos hallazgos aportan evidencia empírica inicial sobre el funcionamiento emocional en los adultos emergentes y establecen una base para el diseño y mejora de herramientas de evaluación emocional.

Palabras clave: Regulación emocional, intensidad subjetiva, reevaluación cognitiva, supresión expresiva, adultos emergentes.

Abstract

Intending to scientifically describing psychoemotional dynamics relevant to the quality of life of the Ecuadorian population, this study analyzed the relationship between emotional regulation and the subjective intensity of reactions among Clinical Psychology students at the Catholic University of Cuenca. An observational, cross-sectional design with a quantitative approach and a descriptive-relational scope was employed. The sample consisted of 87 students selected using non-probability convenience sampling. The Emotion Regulation Questionnaire (ERQ), an emotional self-perception survey, and a sociodemographic questionnaire designed ad hoc were administered. The results showed a predominance of cognitive reappraisal ($M = 30.06$; $SD = 5.52$) over expressive suppression ($M = 15.49$; $SD = 5.43$). Regarding emotional recognition, joy and disgust showed high levels of agreement, whereas anger showed the lowest level. Correlation analysis using Spearman's coefficient revealed no statistically significant relationship between emotional regulation strategies and the subjective intensity of the reactions, suggesting that the way participants regulated their emotions did not influence the intensity with which they experienced the stimuli (cognitive reappraisal: $\rho = -.086$, $p = .430$; expressive suppression: $\rho = .138$, $p = .201$), which led to the acceptance of the null hypothesis. These findings provide initial empirical evidence regarding emotional functioning in emerging adults and establish a foundation for the design and improvement of emotional assessment tools.

Keywords: Emotional regulation, subjective intensity, cognitive reappraisal, expressive suppression, emerging adults

CONTENIDO

Introducción	11
Conceptualización de variables.....	11
Presentación del problema	12
Estado del arte.....	13
Pregunta guía de investigación	15
Hipótesis	15
Objetivo general.....	17
Método	18
Diseño	18
Población y muestra.....	18
Instrumentos.....	19
Procedimiento	20
Aspectos bioéticos	21
Análisis de datos	22
Resultados	22
Tabla 1	23
Tabla 2	24
Discusión y Conclusiones	25
Discusión	25
Limitaciones.....	28
Futuras líneas de investigación	29
Implicaciones prácticas.....	29
Conclusiones	30
Referencias Bibliográficas.....	32

Introducción

Conceptualización de variables

Las emociones son las reacciones de un organismo complejas y ordenadas que involucran valoraciones cognitivas, cambios fisiológicos y tendencias conductuales, estas surgen de la evaluación que hace un individuo sobre el significado que le atribuye a una situación específica en relación con sus metas y con su bienestar personal (Lazarus, 1991). Paul Ekman, considerado uno de los principales investigadores en el estudio de las emociones humanas, sostiene y especifica que las emociones son universales y transculturales, manifestándose de forma similar entre todas las personas independientemente de sus culturas y contextos geográficos, en este marco teórico se propone un modelo de emociones básicas compuesto por seis categorías principales —alegría, tristeza, ira, miedo, sorpresa y asco—, las cuales se expresan en gran medida de forma involuntaria a través de las microexpresiones faciales las cuales, por su naturaleza automática, e involuntaria, funcionan como indicadores precisos del estado emocional real de una persona (Ekman, 2003).

La regulación emocional es el proceso mediante el cual una persona influye sobre sus emociones, modulando el cuándo y el cómo las experimenta y expresa, esto se lleva a cabo a través de mecanismos tanto conscientes como automáticos que permiten la modificación tanto de su intensidad, duración y tipo de respuesta (Gross, 2014). Se plantean dos estrategias principales para la regulación emocional, por un lado, la reevaluación cognitiva, que consiste en la reinterpretación del significado de una situación específica para modificar su impacto emocional, y la supresión expresiva, que implica inhibir la manifestación conductual inmediata de las emociones. Se tiene evidencia científica de que ambas estrategias tienen implicaciones y consecuencias distintas en el ajuste psicológico longitudinal de una persona, la reevaluación cognitiva, por ejemplo, se asocia con un mayor bienestar, afecto positivo y funcionamiento interpersonal, mientras que la supresión expresiva se vincula con malestar, activación fisiológica sostenida y deterioro en las relaciones sociales (Gross & John, 2003).

En cuanto a la intensidad subjetiva de la reacción, esta se entiende como el grado de activación interna que experimenta una persona frente a un estímulo o situación determinada, independientemente de las características objetivas que al estímulo experimentado se le atribuyan, esta experiencia se constituye a partir de la información sensorial percibida y es modulada tanto por los procesos cognitivos como por los

emocionales, mediante los cuales el individuo evalúa la relevancia personal que tiene cada estímulo para su historia e intereses personales (Surcinelli et al., 2023). A nivel neurobiológico, hay evidencia de que la intensidad subjetiva de la reacción está mediada por sistemas neuroquímicos como el dopaminérgico, ya que la liberación de dopamina en estructuras cerebrales asociadas al procesamiento emocional se incrementa durante la exposición a los estímulos afectivos, influyendo así en la intensidad con la que se asocia una experiencia (Schuster et al., 2022).

Presentación del problema

En la actualidad, los jóvenes universitarios enfrentan crecientes dificultades en el ámbito de la salud mental, donde los desafíos para gestionar sus emociones ocupan un lugar central y crítico en el desarrollo de sus vidas, según la Organización Mundial de la Salud, la pandemia por COVID-19 incrementó en un 25% la prevalencia mundial de ansiedad y depresión (Brunier, 2022), y se estima que uno de cada siete jóvenes presenta algún trastorno emocional a nivel global (Helin, 2024). La Organización Panamericana de la Salud reporta que la prevalencia de los trastornos por ansiedad en la población general oscila entre el 9,3% y el 16,1% (Ponce & Telenchana, 2023), cifras que se agravan en poblaciones universitarias, donde la exigencia académica, la transición hacia la adultez y la exploración de la identidad incrementan la probabilidad de generar respuestas emocionales intensas que, mal gestionadas, implican en muchos casos consecuencias irreversibles que se perpetúan para el resto de la vida (Buizza et al., 2022).

En Ecuador, el Ministerio de Salud Pública estima que para el 2022 un total de 50.379 personas recibieron un diagnóstico de depresión, siendo las mujeres el grupo mayoritariamente afectado con 36.631 casos registrados (Ministerio de Salud Pública, 2022). Paralelamente, una encuesta desarrollada por UNICEF conjuntamente con el Ministerio de Educación del Ecuador reveló que 4 de cada 10 estudiantes incrementaron sus niveles de ansiedad y angustia durante la pandemia, afectando el aprendizaje, el desarrollo y la salud mental de aproximadamente 4,3 millones de estudiantes (Arboleda, 2020). En cuanto a los datos de la mortalidad a causa del suicidio en el Ecuador, según datos del INEC, durante el año 2024 se registraron 1.143 muertes por suicidio en el país, lo que corresponde a una tasa nacional de 6.36 por cada 100.000 habitantes (Ministerio de Salud Pública, 2025).

Las cifras evidencian que la falta de recursos psicoeducativos y de estrategias para fortalecer la autorregulación emocional contribuye al aumento de síntomas patológicos de origen psicológico y al abandono de actividades académicas en la población estudiantil ecuatoriana (Ministerio de Salud Pública, 2022).

En investigaciones recientes se confirma que las limitaciones en el desarrollo de las habilidades emocionales afecta directamente al bienestar en general, al rendimiento académico y a la salud mental (Kraiss et al., 2020). En este sentido, la regulación emocional se identifica como un factor protector necesario, ya que el uso de estrategias adaptativas como la reevaluación cognitiva se asocia con el mayor bienestar psicológico, mientras que el uso de estrategias afines a la supresión expresiva se relacionan con un mayor malestar y con el deterioro interpersonal y colectivo (Gross & John, 2003; Ponce & Telenchana, 2023a). Sin embargo, persiste en la literatura un vacío en la comprensión de los factores que modulan la elección y eficacia de estas estrategias, particularmente su relación con la intensidad con la que los individuos experimentan sus propias emociones y las de los demás, dado que esta variable podría influir de manera determinante en los procesos regulatorios más importantes (Kozubal et al., 2023; Van Bockstaele et al., 2024). Por último es importante recalcar que, en los contextos educativos y clínicos la evaluación emocional depende en gran medida de la observación subjetiva de los profesionales, lo que incrementa en gran medida la probabilidad de generar sesgos y provocar variabilidad en el diagnóstico (Liu et al., 2022).

Estado del arte

La relación entre la intensidad emocional subjetiva en su relación con las estrategias de regulación emocional son un tema poco estudiado en la literatura pero que han cobrado una creciente atención reciente, por ejemplo en un estudio mediante un diseño de diario de experiencias aplicado durante siete días consecutivos, se encontraron que de acuerdo a la intensidad de las emociones reportadas en los individuos, esta se asocia con una mayor probabilidad de utilizar estrategias como la rumiación y con una menor utilización de estrategias que implican la reevaluación cognitiva, lo que sugiere que la intensidad subjetiva actúa como un factor determinante tanto en la elección como en la eficacia de los mecanismos regulatorios (Kozubal et al., 2023). De forma complementaria, en un estudio diferente se demostró que cuando las emociones alcanzan

mayor intensidad, los individuos prefieren escoger estrategias orientadas a reducir rápidamente la activación emocional, como la distracción, reservando la reevaluación cognitiva para situaciones de menor intensidad, pero hay que recalcar que este patrón no es uniforme sino que varía en función del tipo específico de emoción experimentada (Van Bockstaele et al., 2024).

Ahora con relación al papel de la motivación en el proceso regulativo emocional, se encontró que la intensidad de la motivación con la que se regulan las emociones se asocia con un mayor esfuerzo para aplicar estrategias regulatorias conscientemente y con experiencias emocionales más adaptativas, lo que nos indica que la motivación y la intensidad subjetiva interactúan para influir en qué estrategias se emplean y también en su eficacia y en la calidad del resultado adaptativo que generan (Gutentag et al., 2026). Estos hallazgos amplían la información y comprensión que se tiene del proceso regulatorio ya que incorporan la dimensión motivacional como una variable moduladora de la relación entre la intensidad emocional percibida y la elección estratégica que se elige con predominio entre los individuos para regular sus emociones.

En un estudio realizado con estudiantes universitarios portugueses, se identificaron tres perfiles diferenciados de regulación emocional mediante un análisis de perfiles latentes. Los resultados evidenciaron que los estudiantes con mayores dificultades para gestionar sus emociones tendían a presentar niveles más bajos en su bienestar subjetivo y una mayor tendencia a generar pensamientos negativos recurrentes (Oliveira et al., 2024). En una muestra de 210 estudiantes universitarios ecuatorianos, hallaron una correlación positiva baja entre reevaluación cognitiva y bienestar psicológico, y una correlación negativa entre supresión expresiva y bienestar, resultados consistentes con la literatura internacional pero que subrayan la necesidad de profundizar en el análisis de los factores que modulan estas relaciones en el contexto latinoamericano (Ponce & Telenchana, 2023a).

En conjunto, la evidencia revisada sugiere que la intensidad subjetiva de la reacción emocional constituye una variable con capacidad de modular la elección específica y la eficacia de las estrategias de regulación emocional que se elige mayoritariamente por la población, aunque los mecanismos específicos de esta relación permanecen insuficientemente estudiados, sobre todo en poblaciones universitarias latinoamericanas, lo que justifica el abordaje del presente estudio.

Pregunta guía de investigación

¿Cuál es la relación entre la regulación emocional y la intensidad subjetiva de la reacción en estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Católica de Cuenca?

Hipótesis

- H_0 : No existe una relación significativa entre la regulación emocional y la intensidad subjetiva de reacción en estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Católica de

Cuenca

- H_1 : Existe una relación significativa, moderada y directa entre la re evaluación cognitiva y la intensidad subjetiva de reacción en estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad

Católica de Cuenca

- H_{02} : No existe una relación significativa, moderada e inversa entre la supresión expresiva y la intensidad subjetiva de reacción en estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad

Católica de Cuenca

- H_2 : Existe una relación significativa, moderada e inversa entre la supresión expresiva y la intensidad subjetiva de reacción en estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Católica de Cuenca.

Justificación

El presente estudio se deriva del proyecto institucional Desarrollo del Reconocimiento Emocional en Entornos de Realidad Virtual, cuyo objetivo es desarrollar software de percepción emocional mediante metahumanos capaces de representar expresiones faciales universales y registrar respuestas emocionales ante estímulos controlados. Los datos obtenidos durante la fase piloto de este proyecto permiten analizar de forma independiente la relación entre la regulación emocional y la intensidad subjetiva de la reacción emocional desde una perspectiva observacional. Esto aporta evidencia útil para comprender mejor cómo funcionan los procesos emocionales en contextos

académicos y puede contribuir al desarrollo de herramientas de evaluación e intervención más ajustadas a las características de la población latinoamericana.

En un contexto más amplio, estudiar la relación entre las estrategias de regulación emocional y la intensidad con la que las personas experimentan sus emociones resulta especialmente importante durante la adultez emergente. Esta etapa se caracteriza por cambios significativos, exploración de la identidad, toma de decisiones relevantes y mayores exigencias académicas y sociales. Debido a ello, los estudiantes universitarios constituyen una población particularmente vulnerable a experimentar ansiedad, estrés y otras formas de malestar emocional que pueden afectar tanto su salud mental como su desempeño académico a largo plazo (Velert-Jiménez et al., 2025). En este sentido, las diferentes intervenciones dirigidas a fortalecer la regulación emocional han demostrado efectos positivos en la reducción de los síntomas depresivos y del estrés percibido, manteniéndose incluso varios meses después de su aplicación, lo que destaca la importancia de profundizar en el estudio de estos procesos durante esta etapa del desarrollo (Chen, 2024).

Desde la psicología clínica, comprender cómo se relacionan las estrategias de regulación emocional con la intensidad de las respuestas emocionales permite identificar los factores que podrían favorecer o dificultar a la adaptación psicológica de los individuos. Diversas investigaciones han encontrado que la reevaluación cognitiva suele asociarse con mayores niveles en el bienestar, afecto positivo y mejores relaciones interpersonales. Por el contrario, la supresión expresiva se ha relacionado con un mayor malestar emocional y con dificultades en el ámbito social. Pero cabe recalcar que estos efectos no pueden analizarse de forma aislada, ya que la intensidad de la emoción experimentada influye considerablemente tanto en la elección de las estrategias como en su efectividad (Gross & John, 2003; Kozubal et al., 2023).

Por otra parte, estudios recientes han señalado algunas limitaciones de las evaluaciones basadas únicamente en los autoinformes generales. En muchas ocasiones, la tendencia de una persona a experimentar emociones intensas puede confundirse con las dificultades en la regulación emocional cuando los instrumentos utilizados no diferencian adecuadamente ambos aspectos. Por esta razón, se destaca la necesidad de complementar estas mediciones con procedimientos que permitan evaluar la experiencia

emocional de manera más específica y de forma mejor contextualizada (Preece et al., 2023; Zelkowitz & Cole, 2016).

Finalmente, se puede asegurar que este estudio aporta evidencia sobre una relación que todavía es poco explorada en los estudiantes universitarios latinoamericanos. Además, incorpora el uso de estímulos visuales controlados, lo que permite reducir algunas de las limitaciones asociadas a los autoinformes tradicionales. Los resultados también podrían servir como base para el desarrollo de herramientas de evaluación emocional más precisas y para el diseño de intervenciones psicoeducativas adaptadas a las necesidades de los adultos emergentes en Latinoamérica. Esto cobra especial relevancia en Ecuador, considerando que se trata de una población predominantemente joven, con una edad promedio de 28,8 años (Ministerio de Salud Pública, 2025).

Estudiar la relación que existe entre las estrategias de regulación emocional que usan los jóvenes y la intensidad subjetiva de la reacción con la que se experimentan los estímulos controlados, representa un aporte importante y necesario para el desarrollo de herramientas de evaluación mejores y más precisas, que permitan resultados más fiables en los ámbitos clínicos, así como para fomentar el diseño de intervenciones orientadas a desarrollar de mejor manera la competencia emocional en las poblaciones universitarias.

Objetivo general

Analizar la relación entre la intensidad subjetiva de la reacción y las estrategias de regulación emocional en los estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Católica de Cuenca, como parte del estudio piloto del Desarrollo de software del Reconocimiento emocional en entornos de Realidad Virtual.

Objetivos específicos

Identificar las características de la regulación emocional en los estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Católica de Cuenca.

Determinar el porcentaje de concordancia en el reconocimiento emocional de los estímulos expuestos a los adultos emergentes.

Identificar la relación entre la regulación emocional y la intensidad subjetiva de la reacción en los adultos emergentes de la Universidad Católica de Cuenca.

Método

Este trabajo de titulación se desprende del proyecto ganador de convocatoria PTICRAIII-007 de la Jefatura de Innovación denominado Desarrollo del Reconocimiento emocional en entornos de Realidad Virtual, un estudio piloto dirigido por el Sic. Clin. Juan Pablo Viñanzaca López, Mgs.

Diseño

El estudio es de tipo observacional de corte transversal, con un enfoque metodológico cuantitativo con un alcance descriptivo-relacional.

Población y muestra

La población del estudio estuvo conformada mayoritariamente por estudiantes de Psicología Clínica. El proceso de reclutamiento se realizó mediante la elaboración y difusión de varias infografías digitales, las cuales contenían información básica y un código QR con el cual se podía acceder a un formulario de inscripción, se compartieron a través de grupos de WhatsApp y otras redes sociales, junto con la distribución de las invitaciones a participar en el proyecto mediante la comunicación boca a boca. Los estudiantes interesados accedieron al formulario de inscripción, a partir del cual se coordinó una fecha y hora para que acudieran de manera presencial a la evaluación.

El tipo de muestreo utilizado fue no probabilístico, considerando la disponibilidad y voluntariedad de los participantes. La muestra final estuvo constituida por un total de 87 estudiantes universitarios, quienes aceptaron participar de forma voluntaria y cumplieron con los criterios establecidos para la investigación.

Los criterios de inclusión contemplaron a estudiantes de la Universidad Católica de Cuenca, hombres y mujeres, con edades comprendidas entre los 19 y 30 años. Asimismo, se incluyeron únicamente participantes con visión normal o corregida, siempre que no presentaran una discapacidad visual significativa que interfiriera con el reconocimiento de los estímulos. Finalmente, se excluyó a personas con formación o experiencia profesional en actuación y a personas con trastornos mentales y de personalidad, con el fin de evitar posibles sesgos en la identificación y expresión emocional.

Instrumentos

Cuestionario de regulación emocional: Se utilizó el Cuestionario de Regulación Emocional (Emotion Regulation Questionnaire, ERQ), desarrollado por Gross y John (2003), cuyo objetivo es evaluar las estrategias habituales de regulación emocional empleadas por las personas. Se basa en el modelo de regulación emocional de Gross y mide sus dos dimensiones principales. Este instrumento está compuesto por 10 ítems, seis correspondientes a la reevaluación cognitiva y cuatro a la supresión expresiva, los cuales se responden mediante una escala tipo Likert de siete puntos que va desde 1 (totalmente en desacuerdo) hasta 7 (totalmente de acuerdo). Es un instrumento de autoinforme, de aplicación breve (aproximadamente 5 minutos). Las puntuaciones se obtienen a partir de la suma de los ítems de cada dimensión, donde valores más altos indican un mayor uso de la estrategia evaluada. El cuestionario cuenta con una versión validada al español que mantiene la estructura del instrumento original y presenta adecuadas propiedades psicométricas (Gross & John, 2003; Pagano & Vizioli, 2021).

La adaptación al español del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) evidenció propiedades psicométricas adecuadas en una muestra de adultos de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y el Conurbano Bonaerense, la validez de contenido fue respaldada por altos porcentajes de acuerdo entre jueces expertos en relación con las traducciones de los ítems, lo cual sugiere que éstos son representativos de las dimensiones teóricas propuestas en el instrumento, el análisis factorial confirmatorio confirmó la estructura de dos factores independientes, la reevaluación cognitiva y la supresión expresiva, con índices de ajuste satisfactorios, lo que constituye evidencia de validez de constructo (validez factorial) de la versión adaptada, en cuanto a la fiabilidad, los coeficientes de consistencia interna ordinal resultaron aceptables para ambos factores, con α ordinal = .81 y ω ordinal = .87 para la reevaluación cognitiva, y α ordinal = .71 y ω ordinal = .79 para la supresión expresiva, lo que indica niveles adecuados de consistencia interna según criterios psicométricos aceptados (Pagano & Vizioli, 2021).

Cuestionario sociodemográfico: El segundo instrumento corresponde a un cuestionario sociodemográfico elaborado ad hoc, mediante el cual se recopiló la edad y el sexo/género. Asimismo, se indagó sobre el estado de salud visual, la existencia de formación o experiencia profesional en actuación.

Encuesta de autopercepción emocional: El tercer instrumento fue una encuesta de autopercepción emocional diseñada ad hoc. Este instrumento incluyó las seis emociones básicas propuestas por la teoría, además de una opción neutra y la posibilidad de señalar otra emoción distinta. Para cada estímulo presentado, los participantes identificaron la emoción percibida y posteriormente calificaron la intensidad con la que la experimentaron mediante una escala del 1 al 10, reflejando su percepción subjetiva de la intensidad del estímulo.

Instrumentos para la recolección de datos biométricos: En cuanto a los instrumentos para la recolección de datos biométricos, se utilizó un dispositivo iPad de la marca Apple con sistema operativo iOS, equipado con tecnología ARKit y sensor TrueDepth (Face ID), colocada a una distancia aproximada de 50 cm, mediante la cual se registró en video el rostro de los participantes durante el desarrollo del estudio con el fin de recolectar información biométrica facial. Esta tablet se encontraba conectada en tiempo real a una computadora portátil ASUS, en la cual se ejecutaba un software de realidad virtual desarrollado en el motor Unity, el cual permitió procesar y registrar la información facial captada por la Tablet en modelos digitales tipo metahuman (avatares faciales), los cuales eran almacenados para su posterior análisis. Se realizó el posicionamiento estratégico de un monitor ASUS con relación de aspecto 16:9, tipo LED resolución Full HD a 50 cm aproximadamente como pantalla de proyección de los estímulos.

Procedimiento

La presente investigación se deriva de la primera fase del proyecto de innovación educativa denominado Desarrollo del Reconocimiento Emocional en Entornos de Realidad Virtual, cuyo objetivo general es desarrollar un software de percepción emocional mediante el motor Unity para dispositivos de realidad virtual, integrando metahumanos capaces de representar expresiones faciales universales y registrar respuestas emocionales frente a estímulos controlados.

En este marco, se busca cumplir con diseñar y modelar metahumanos orientados al reconocimiento y la expresión emocional en entornos de realidad virtual. Para cumplir este objetivo, en una primera fase se lleva a cabo la recolección de datos biométricos y de reacción emocional.

Inicialmente, se realizó el reclutamiento de participantes a través de una convocatoria abierta dirigida a los estudiantes que cumplieran con los criterios de selección establecidos. A los que manifestaron interés en participar se les dio a conocer el propósito del estudio, el procedimiento a seguir y el contenido del consentimiento informado. Una vez aceptada su participación, los estudiantes firmaron el consentimiento informado y respondieron a la encuesta sociodemográfica destinada a recopilar la información básica y confirmar el cumplimiento de los criterios de inclusión y exclusión.

A continuación, se llevó a cabo la evaluación del reconocimiento emocional. Para eso, los participantes fueron llevados a una habitación diferente y ubicados frente al equipo de monitoreo, a una distancia estandarizada aproximada de 50 cm, donde se proyectaron los estímulos visuales y se registraron sus expresiones faciales. Los estímulos consistieron en imágenes seleccionadas intencionalmente con base en la evidencia científica que describe cómo determinadas categorías de estímulos tienden a evocar respuestas emocionales específicas (Branco et al., 2023), es decir, se eligieron imágenes asociadas a situaciones que, de forma general, generan un impacto emocional particular en los individuos. Cada una de las imágenes fue proyectada durante un intervalo de 5 segundos, incluyendo al inicio y al final de la secuencia la presentación de una pantalla completamente negra como condición de línea base. Durante esta etapa, un investigador se encargó de manejar el equipo tecnológico, mientras que otro investigador administró el cuestionario de reconocimiento emocional, solicitando la identificación de la emoción percibida y la calificación posterior de la intensidad subjetiva de la reacción.

Finalmente, los participantes fueron trasladados a un espacio distinto, donde se aplicó el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ). En esta fase también se resolvieron dudas adicionales y se informó a los participantes sobre la posibilidad de ser contactados para fases posteriores del proyecto principal. La información obtenida a lo largo de este proceso constituyó la base de datos utilizada para el desarrollo de la presente investigación.

Aspectos bioéticos

El proyecto Desarrollo del Reconocimiento emocional en entornos de Realidad Virtual cuenta con la aprobación definitiva del Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos de la Universidad Católica de Cuenca (CEISH-UCACUE). La evaluación fue emitida bajo la modalidad de evaluación expedita y registrada con el código CEISH-

UCACUE-2025-044. Asimismo, se garantizó el uso del consentimiento informado de investigación y del consentimiento para la protección y el tratamiento de datos personales, asegurando en todo momento la confidencialidad, el resguardo y el manejo ético de la información proporcionada por los participantes.

Análisis de datos

El procesamiento estadístico se realizó mediante el software JASP versión 0.18.

Para identificar las características de la regulación emocional, se calcularon estadísticos descriptivos de las variables correspondientes al Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ), incluyendo media, desviación estándar, mediana y rango observado, con el fin de caracterizar la distribución de las puntuaciones en cada dimensión.

Para determinar el porcentaje de concordancia en el reconocimiento emocional, se calculó el porcentaje de coincidencia entre la emoción objetivo asignada a cada estímulo y la emoción identificada por los participantes. Este cálculo se realizó considerando el número de aciertos en relación con el total de respuestas, de modo que cinco aciertos correspondieron al 100% de concordancia, mientras que cero aciertos representaron el 0%, aplicando una regla de tres para la obtención de los porcentajes.

Y finalmente para identificar la relación entre la regulación emocional y la intensidad de la expresión emocional, se evaluaron los supuestos para el análisis correlacional mediante la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk. Los resultados evidenciaron que no todas las variables cumplían con el supuesto de normalidad ($p < .05$ en al menos una de las variables), por lo que se optó por emplear un enfoque no paramétrico.

En consecuencia, se utilizó la correlación de Spearman para analizar la relación entre las dimensiones de regulación emocional, reevaluación cognitiva, supresión expresiva, y el índice de intensidad subjetiva de reacción emocional, calculado a partir del promedio de las puntuaciones de intensidad reportadas por los participantes.

El nivel de significación estadística se estableció en $\alpha = .05$.

Resultados

Para obtener las características de la regulación emocional se analizaron los datos de 87 estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Católica de Cuenca. En relación

con la reevaluación cognitiva, se obtuvo una media de $M = 30.06$ ($DE = 5.52$), una mediana de 30 y un rango observado de 16 a 42, considerando un rango teórico de 6 a 42. La supresión expresiva presentó una media de $M = 15.49$ ($DE = 5.43$), una mediana de 16 y un rango observado de 5 a 27, con un rango teórico de 4 a 28. Los resultados mostraron que ambas dimensiones presentaron distribuciones relativamente simétricas, lo que se refleja en los valores de asimetría cercanos a cero para la reevaluación cognitiva (-0.105) y la supresión expresiva (-0.122). Esto sugiere que las puntuaciones no se concentraron de forma marcada en los valores más altos o bajos de la distribución. Asimismo, el análisis de percentiles indicó que al menos la mitad de los participantes obtuvo puntuaciones de 30 o más en reevaluación cognitiva, mientras que la mediana observada para la supresión expresiva fue de 16. En conjunto, estos hallazgos sugieren un mayor uso de estrategias de reevaluación cognitiva en comparación con la supresión expresiva dentro de la muestra analizada.

Tabla 1

Dimensiones del ERQ

Variable	M	DE	Mediana	Asimetría	Rango observado	Rango teórico
Reevaluación cognitiva	30.06	5.52	30	-0.105	16-42	6-42
Supresión expresiva	15.49	5.43	16	-0.122	5-27	4-28

Nota. $N = 87$. M = media; DE = desviación estándar.

Para evaluar la concordancia en el reconocimiento emocional, se calculó el porcentaje de coincidencia entre la emoción que se pretendía evocar con cada estímulo y la emoción identificada por los participantes. Cada categoría emocional estuvo compuesta por cinco imágenes, lo que permitió analizar el nivel de reconocimiento alcanzado para cada una de las emociones evaluadas. Las emociones de disgusto ($M = 82.07\%$, $DE = 25.52$) y alegría ($M = 81.38\%$, $DE = 27.41$) alcanzaron los niveles más altos de concordancia, con medianas del 100% en ambos casos y distribuciones con asimetría

negativa pronunciada (disgusto: skewness = -1.71 ; alegría: skewness = -1.68). La emoción neutra presentó un nivel de reconocimiento relativamente alto ($M = 72.87\%$, $DE = 27.61$; skewness = -0.82). La tristeza mostró concordancia intermedia ($M = 60.69\%$, $DE = 27.86$; skewness = -0.72). Las emociones de menor reconocimiento fueron el miedo ($M = 45.06\%$, $DE = 31.14$; skewness = -0.09), la sorpresa ($M = 35.86\%$, $DE = 31.27$; skewness = 0.41) y la ira, que presentó el nivel más bajo ($M = 22.30\%$, $DE = 27.01$; skewness = 1.06).

Tabla 2

Porcentajes de concordancia en el reconocimiento emocional

Emoción	M (%)	DE	Mediana (%)	Asimetría
Disgusto	82.07	25.52	100	-1.71
Alegría	81.38	27.41	100	-1.68
Neutro	72.87	27.61	80	-0.82
Tristeza	60.69	27.86	60	-0.72
Miedo	45.06	31.14	40	-0.09
Sorpresa	35.86	31.27	20	0.41
Ira	22.30	27.01	20	1.06

Nota. $N = 87$. M = media porcentual de concordancia; DE = desviación estándar.

Para examinar la relación entre las dimensiones del ERQ y el índice de intensidad subjetiva de reacción emocional, se aplicó una correlación de normalidad, debido a que previamente se identificó que no todas las variables cumplían con el supuesto de Spearman. La supresión expresiva mostró una correlación positiva débil y estadísticamente no significativa con la intensidad emocional ($\rho = .138$; $p = .201$). Por su parte, la reevaluación cognitiva presentó una correlación negativa débil, igualmente no significativa ($\rho = -.086$; $p = .430$). En consecuencia, no se encontró evidencia estadística

de asociación entre ninguna de las dos estrategias de regulación emocional evaluadas y la intensidad subjetiva de reacción, por lo que no se rechaza la hipótesis nula (H_0).

Discusión y Conclusiones

Discusión

Los resultados muestran que los estudiantes evaluados utilizan con mayor frecuencia la reevaluación cognitiva que la supresión expresiva, con distribuciones simétricas en ambas dimensiones lo que sugiere una muestra homogénea sin concentración de casos en los extremos. Este patrón es coherente con lo encontrado en una muestra de 210 estudiantes universitarios ecuatorianos, donde también predominó el uso de la reevaluación cognitiva y se identificó su asociación con mayores niveles de bienestar psicológico (Ponce & Telenchana, 2023). De manera similar, un estudio realizado con 330 estudiantes universitarios de Arabia Saudita mediante el ERQ reportó que la reevaluación cognitiva fue la estrategia ligeramente predominante frente a la supresión expresiva, señalando además que este patrón se mantiene independientemente de la carrera o el sexo, lo que sugiere que podría tratarse de una tendencia general en poblaciones universitarias más allá del contexto cultural (Alruwaili, 2025). En la misma línea se reportaron puntuaciones medias similares en adultos hispanoparlantes de Argentina, lo que sugiere que el patrón observado en la muestra ecuatoriana es comparable al de otros contextos latinoamericanos (Pagano & Vizioli, 2021).

El predominio de la reevaluación cognitiva tiene implicaciones clínicas relevantes, dado que esta estrategia ha sido consistentemente asociada con menores niveles de ansiedad, mayor bienestar subjetivo y mejor funcionamiento interpersonal. Un estudio reciente con 788 estudiantes universitarios chinos encontró que la reevaluación cognitiva actúa como mediador entre el mindfulness y la salud mental general, de modo que quienes emplean con mayor frecuencia esta estrategia reportan mejores indicadores de salud mental incluso al controlar el efecto de rasgos de personalidad como el neuroticismo (Li et al., 2025). De manera consistente con estos hallazgos, estudios realizados con estudiantes universitarios han encontrado que niveles más bajos de reevaluación cognitiva se relacionan con mayores niveles de depresión y estrés, asimismo, una utilización más frecuente de la supresión expresiva se ha asociado con un mayor malestar psicológico, lo que resalta la importancia de las estrategias de regulación emocional en el bienestar de esta población general (Öztekin et al., 2025). Una posible explicación del predominio de la reevaluación cognitiva en una muestra de estudiantes de

psicología específicamente podría estar relacionada con el efecto de la formación académica en el desarrollo de estrategias de afrontamiento más elaboradas y flexibles, aunque este supuesto requiere verificación empírica directa mediante estudios que comparen poblaciones universitarias de distintas disciplinas.

En relación con el segundo objetivo, se observaron diferencias importantes en el reconocimiento emocional, la alegría y el disgusto fueron las emociones que presentaron los mayores niveles de concordancia, mientras que la ira registró el menor nivel. Estudios de validación de estímulos emocionales han reportado resultados comparables, señalando que la alegría posee señales faciales más salientes y distintivas que facilitan su reconocimiento de forma consistente en distintas poblaciones, mientras que emociones como la ira y la sorpresa presentan mayor ambigüedad perceptiva (Calvo & Lundqvist, 2008). En el mismo sentido, investigaciones con técnicas de rastreo ocular han encontrado que la alegría es la emoción categorizada de forma más rápida y precisa, mientras que emociones como el miedo y la ira generan mayor variabilidad en las respuestas de los participantes, con patrones de fijación ocular distintos que reflejan la mayor complejidad en el procesamiento de estas categorías (Eisenbarth & Alpers, 2011). Por su parte, estudios normativos amplios de reconocimiento facial han reportado consistentemente que la alegría alcanza los niveles más altos de concordancia mientras que la ira obtiene los más bajos, confirmando que estas emociones representan los extremos del espectro de reconocibilidad independientemente del tamaño de la muestra y la procedencia geográfica de los participantes (Tottenham et al., 2009).

La baja concordancia que se observa para la ira merece una reflexión adicional. Una explicación posible es que esta emoción comparte rasgos faciales con el disgusto, particularmente en la zona de las cejas y la nariz, lo que podría generar una confusión entre las categorías (Nagata & Okajima, 2024). Adicionalmente, cabe recalcar que investigaciones sobre el efecto del contexto cultural en el reconocimiento emocional documentan que existe una ventaja de endogrupo en el reconocimiento facial de emociones, por la cual los individuos reconocen con mayor precisión y facilidad las expresiones producidas por personas de su propio grupo cultural (Elfenbein & Ambady, 2002). Este fenómeno podría estar sucediendo en este estudio, dado que los estímulos visuales utilizados no fueron producidos ni validados en población ecuatoriana ni latinoamericana con anterioridad, lo que puede haber reducido la familiaridad perceptiva

de los participantes con las expresiones presentadas, especialmente en aquellas emociones con menor universalidad en su expresión facial.

Asimismo, en algunas investigaciones se han señalado que el paradigma de elección forzada, utilizado con frecuencia en tareas de reconocimiento emocional, puede influir en los niveles de precisión obtenidos al limitar las alternativas de las respuestas disponibles para los participantes. Como consecuencia de esto, los resultados podrían sobreestimar o alterar el reconocimiento real de las emociones, por lo que este aspecto debería considerarse al interpretar los porcentajes de concordancia encontrados (Frank & Stennett, 2001).

En relación con el tercer objetivo, no se encontró evidencia estadísticamente significativa de asociación entre ninguna de las dos estrategias del ERQ y la intensidad subjetiva de reacción emocional. Este resultado difiere de lo encontrado en otras investigaciones. Por ejemplo, un estudio que empleó un diseño de diario de experiencias durante siete días consecutivos halló que una mayor intensidad emocional se relaciona con una menor utilización de la reevaluación cognitiva, sugiriendo una asociación inversa entre ambas variables (Kozubal et al., 2023). Una posible explicación para esta discrepancia radica en las diferencias metodológicas entre ambos estudios. Mientras que dicha investigación evaluó la intensidad emocional a partir de situaciones cotidianas consideradas emocionalmente significativas por los propios participantes, el presente estudio la examinó mediante la exposición a estímulos visuales estandarizados en una única sesión de laboratorio.

Esta diferencia resulta relevante desde el punto de vista teórico, ya que diversos estudios basados en evaluación momentánea ecológica han señalado que las medidas obtenidas en contextos de laboratorio suelen presentar menor variabilidad y una relación más débil con variables disposicionales en comparación con aquellas recogidas en entornos naturales. Esto se debe a que las condiciones controladas del laboratorio reducen la influencia de factores contextuales que normalmente intervienen en la experiencia emocional cotidiana (Kaplan et al., 2023). Por esta razón, la ausencia de una asociación estadísticamente significativa en el presente estudio podría estar relacionada con las características del diseño empleado para evaluar las variables, más que con la inexistencia de una relación entre ellas, considerando además las limitaciones propias a}de un estudio piloto.

Asimismo, investigaciones recientes han mostrado que la relación entre la intensidad emocional y la selección de estrategias de regulación puede variar según la emoción experimentada. Esto sugiere que utilizar una medida global o promedio de intensidad emocional podría no ser suficiente para captar las particularidades asociadas a cada emoción específica (Van Bockstaele et al., 2024). Estos hallazgos coinciden con los resultados de otro estudio realizado mediante evaluación momentánea ecológica en estudiantes universitarios, donde se encontró que las metas emocionales del momento, entendidas como los estados emocionales que una persona desea alcanzar o mantener en una situación determinada, influyen significativamente en la elección de las estrategias regulatorias utilizadas. Esto indica que la relación entre intensidad emocional y regulación es más compleja de lo que podría explicarse únicamente por el nivel de intensidad experimentado (Swerdlow et al., 2022).

Por otra parte, se ha señalado que la motivación para regular las emociones desempeña un papel importante en este proceso. En particular, la asociación entre la intensidad emocional y la elección de determinadas estrategias parece manifestarse con mayor claridad cuando existe una intención explícita de modificar el estado emocional experimentado. Debido a que esta variable no fue evaluada en el presente estudio, es posible que su ausencia haya influido en la falta de asociación observada entre las variables analizadas (Gutentag et al., 2026).

Limitaciones

Este estudio por su naturaleza presenta algunas limitaciones importantes a tener en cuenta para analizar los resultados. En primer lugar, se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, por lo que los hallazgos no pueden generalizarse a otras poblaciones sin la debida cautela. Además, la muestra estuvo conformada principalmente por estudiantes de Psicología Clínica, quienes podrían poseer un mayor conocimiento o familiaridad con temas relacionados a las emociones en comparación con los estudiantes de otras carreras, lo que podría haber influido en algunas de las respuestas obtenidas.

Por otra parte, la intensidad subjetiva de la reacción emocional fue evaluada mediante un índice promedio calculado a partir de una única sesión experimental. Esta metodología puede no reflejar completamente las variaciones emocionales que las personas experimentan en diferentes situaciones de la vida cotidiana. Asimismo, los estímulos visuales empleados en la investigación no habían sido previamente validados

en la población ecuatoriana, por lo que los factores culturales o contextuales podrían haber influido en el reconocimiento de algunas emociones, especialmente aquellas que presentaron menores niveles de concordancia.

Finalmente, debido a que se empleó un diseño transversal, los resultados permiten identificar asociaciones entre las variables estudiadas, pero no establecer relaciones de causalidad entre ellas.

Futuras líneas de investigación

A partir de los resultados, surgen diversas posibilidades para futuras investigaciones. En primer lugar, sería interesante desarrollar estudios que evalúen las emociones en contextos más cercanos a la vida cotidiana de los participantes, utilizando metodologías como el muestreo ecológico momentáneo. Este tipo de diseños permitiría observar con mayor precisión cómo varía la intensidad emocional en situaciones reales y cómo se relaciona con las estrategias de regulación empleadas en cada momento.

De igual manera, futuras investigaciones podrían incorporar medidas fisiológicas, como la actividad electrodermal o sistemas automatizados de análisis de expresiones faciales. La inclusión de estos indicadores permitiría complementar la información obtenida mediante autoinformes y proporcionar una evaluación más integral de la respuesta emocional.

Por otra parte, resulta recomendable ampliar el tamaño y la diversidad de la muestra, incluyendo estudiantes de distintas carreras y contextos académicos. Esto permitiría analizar si la formación del profesional influye en las estrategias de regulación emocional ocupadas y en el reconocimiento de las emociones. Asimismo, la implementación de diseños longitudinales contribuiría a comprender cómo estos procesos evolucionan a lo largo del tiempo y si se mantienen estables durante las diferentes etapas de la formación universitaria.

Implicaciones prácticas

Los resultados obtenidos tienen aplicaciones prácticas tanto en el ámbito educativo como en el desarrollo de herramientas tecnológicas orientadas a la salud mental. El que exista un mayor uso de la reevaluación cognitiva en los participantes sugiere una tendencia hacia la utilización de estrategias de regulación emocional consideradas adaptativas, lo que coincide con las características esperadas en estudiantes

de Psicología Clínica. No obstante, las diferencias encontradas en las puntuaciones de ambas dimensiones evaluadas indican que algunos estudiantes podrían beneficiarse de programas o actividades dirigidas a fortalecer sus habilidades de regulación emocional, especialmente en situaciones que generan una elevada carga afectiva.

Por otra parte, los hallazgos relacionados con el reconocimiento emocional ofrecen información útil para el desarrollo del software de realidad virtual vinculado al proyecto institucional del que se deriva esta investigación. Los resultados sugieren que las emociones con mayores niveles de reconocimiento, como la alegría y el disgusto, podrían emplearse inicialmente durante las fases de entrenamiento y validación de los metahumanos. Posteriormente, podrían incorporarse emociones que presentaron menores niveles de concordancia, con el objetivo de mejorar progresivamente la capacidad de reconocimiento y expresión emocional de estos sistemas.

Finalmente, la información generada por este estudio puede servir como referencia para futuras iniciativas orientadas a la promoción de la salud mental y al fortalecimiento de competencias emocionales en población universitaria, contribuyendo al desarrollo de estrategias de intervención más ajustadas a las necesidades de los adultos emergentes.

Conclusiones

Los resultados obtenidos en este estudio permiten extraer tres conclusiones principales. En primer lugar, los estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Católica de Cuenca mostraron una mayor tendencia a utilizar la reevaluación cognitiva en comparación con la supresión expresiva durante la evaluación. Además, ambas dimensiones presentaron distribuciones relativamente equilibradas, lo que sugiere un patrón de regulación emocional bastante homogéneo dentro de la muestra. Este hallazgo coincide con lo encontrado en investigaciones realizadas con estudiantes universitarios en contextos similares.

En segundo lugar, se observó diferencias en el reconocimiento de las emociones presentadas mediante los estímulos visuales. La alegría y el disgusto fueron las emociones identificadas con mayor precisión por los participantes, mientras que la ira presentó el menor nivel de concordancia. Estos resultados son similares a los reportados en estudios previos sobre reconocimiento emocional, sin embargo, deben interpretarse con cautela ya

que los datos fueron recolectados mediante un instrumento ad hoc que no cuenta con un proceso de validación completo.

Finalmente, no se encontró una relación estadísticamente significativa entre las estrategias de regulación emocional evaluadas y la intensidad subjetiva de la reacción emocional, por lo que no se rechaza la hipótesis nula. Sin embargo, este resultado no implica necesariamente que ambas variables no estén relacionadas, sugiere que las características metodológicas de este estudio pudieron haber limitado la detección de dicha asociación, por lo que futuras investigaciones podrían beneficiarse de diseños que incorporen situaciones más adecuadas a los contextos cotidianos de los participantes a favor de una mayor precisión de los datos.

En conjunto, este estudio contribuye al conocimiento sobre los procesos de regulación y reconocimiento emocional en los estudiantes universitarios ecuatorianos durante la adultez emergente. Asimismo, proporciona información que puede ser útil para futuras investigaciones orientadas al desarrollo y validación de herramientas de evaluación emocional aplicadas a entornos de realidad virtual.

Referencias Bibliográficas

- Alruwaili, R. F. (2025). Emotion regulation strategies among Saudi university students: Exploring cognitive reappraisal and expressive suppression. *Cogent Education*, 12(1), 2574728. <https://doi.org/10.1080/2331186X.2025.2574728>
- Arboleda, M. (2020, julio 10). *La salud mental es determinante para que niños, niñas, adolescentes, familias y comunidades puedan salir adelante*. UNICEF Ecuador. <https://www.unicef.org/ecuador/comunicados-prensa/la-salud-mental-es-determinante-para-que-ni%C3%B1os-ni%C3%B1as-adolescentes-familias-y>
- Branco, D., Gonçalves, Ó. F., & Badia, S. B. i. (2023). A Systematic Review of International Affective Picture System (IAPS) around the World. *Sensors (Basel, Switzerland)*, 23(8), 3866. <https://doi.org/10.3390/s23083866>
- Brunier, A. (2022, febrero 3). *COVID-19 pandemic triggers 25% increase in prevalence of anxiety and depression worldwide*. <https://www.who.int/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>
- Buizza, C., Bazzoli, L., & Ghilardi, A. (2022). Changes in College Students Mental Health and Lifestyle During the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review of Longitudinal Studies. *Adolescent Research Review*, 7(4), 537-550. <https://doi.org/10.1007/s40894-022-00192-7>
- Calvo, M. G., & Lundqvist, D. (2008). Facial expressions of emotion (KDEF): Identification under different display-duration conditions. *Behavior Research Methods*, 40(1), 109-115. <https://doi.org/10.3758/BRM.40.1.109>
- Chen, W.-L. (2024). Online emotion regulation training for emerging adults: Effects on psychological well-being. *Current Psychology*, 43(20), 18344-18355. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05649-7>
- Eisenbarth, H., & Alpers, G. W. (2011). Happy mouth and sad eyes: Scanning emotional facial expressions. *Emotion*, 11(4), 860-865. <https://doi.org/10.1037/a0022758>
- Ekman, P. (2003). Emotions revealed. *BMJ*, 328(Suppl S5), 0405184. <https://doi.org/10.1136/sbmj.0405184>
- Elfenbein, H. A., & Ambady, N. (2002). On the universality and cultural specificity of emotion recognition: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 128(2), 203-235. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.128.2.203>

- Frank, M. G., & Stennett, J. (2001). The forced-choice paradigm and the perception of facial expressions of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(1), 75-85. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.80.1.75>
- Gross, J. J. (Ed.). (2014). *Handbook of emotion regulation* (2nd ed.). Guilford Press.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gutentag, T., Kalokerinos, E. K., Millgram, Y., Garrett, P. M., Sobel, R., & Tamir, M. (2026). Motivational Intensity in Emotion Regulation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 52(1), 212-226. <https://doi.org/10.1177/01461672241273273>
- Helin, A. (2024, octubre 9). *Uno de cada siete niños y adolescentes sufre trastornos mentales* | Noticias ONU. <https://news.un.org/es/story/2024/10/1533401>
- Kaplan, D. M., Hughes, C. D., Schatten, H. T., Mehl, M. R., Armey, M. F., & Nugent, N. R. (2023). Emotional change in its “natural habitat”: Measuring everyday emotion regulation with passive and active ambulatory assessment methods. *Journal of Psychotherapy Integration*, 33(2), 123-140. <https://doi.org/10.1037/int0000291>
- Kozubal, M., Szuster, A., & Wielgopolan, A. (2023). Emotional regulation strategies in daily life: The intensity of emotions and regulation choice. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1218694>
- Kraiss, J. T., ten Klooster, P. M., Moskowitz, J. T., & Bohlmeijer, E. T. (2020). The relationship between emotion regulation and well-being in patients with mental disorders: A meta-analysis. *Comprehensive Psychiatry*, 102, 152189. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152189>
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion And Adaptation*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780195069945.001.0001>
- Li, J., Man, L., Chen, L., Zhang, Y., & Wang, Z. (2025). Mindfulness, emotion regulation, and mental health in Chinese college students: Cognitive reappraisal as mediator and neuroticism/openness as moderators. *Acta Psychologica*, 260, 105552. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105552>

- Liu, G., Chimowitz, H., & Isbell, L. M. (2022). Affective influences on clinical reasoning and diagnosis: Insights from social psychology and new research opportunities. *Diagnosis*, 9(3), 295-305. <https://doi.org/10.1515/dx-2021-0115>
- Ministerio de Salud Pública. (2022). *Informe-Evaluacion-Plan-Salud-Mental_2014-2017_24_08_2022_Final1-signed*. https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2022/11/Informe-Evaluacion-Plan-Salud-Mental_2014-2017_24_08_2022_Final1-signed.pdf
- Ministerio de Salud Pública. (2025, diciembre 19). *Registro_Oficial_Ano_1_Segundo_Suplemento_No_188_del_19_de_diciembre_de_2025_1*. https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2026/02/Registro_Oficial_Ano_1_Segundo_Suplemento_No_188_del_19_de_diciembre_de_2025_1.pdf
- Nagata, M., & Okajima, K. (2024). Effect of observer's cultural background and masking condition of target face on facial expression recognition for machine-learning dataset. *PLOS ONE*, 19(10), e0313029. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0313029>
- Oliveira, J., Pedras, S., Inman, R. A., & Ramalho, S. M. (2024). Latent profiles of emotion regulation among university students: Links to repetitive negative thinking, internet addiction, and subjective wellbeing. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1272643>
- Öztekin, G. G., Gómez-Salgado, J., & Yıldırım, M. (2025). Future anxiety, depression and stress among undergraduate students: Psychological flexibility and emotion regulation as mediators. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1517441>
- Pagano, A. E., & Vizioli, N. A. (2021). Adaptación del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) en población adulta de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y el Conurbano Bonaerense. *Psicodebate*, 21(1), 18-32. <https://doi.org/10.18682/pd.v21i1.3881>
- Ponce, R., & Telenchana, L. (2023a). Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios: Emotional Regulation and Psychological Well-Being in College Students. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4, 587-597. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.275>
- Preece, D. A., Petrova, K., Mehta, A., & Gross, J. J. (2023). The Emotion Regulation Questionnaire-Short Form (ERQ-S): A 6-item measure of cognitive reappraisal

- and expressive suppression. *Journal of Affective Disorders*, 340, 855-861.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.08.076>
- Schuster, B. A., Sowden, S., Rybicki, A. J., Fraser, D. S., Press, C., Holland, P., & Cook, J. L. (2022). Dopaminergic Modulation of Dynamic Emotion Perception. *The Journal of Neuroscience*, 42(21), 4394-4400.
<https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.2364-21.2022>
- Surcinelli, P., Giovagnoli, S., & Montebanocci, O. (2023). Affect Intensity and Subjective Ratings of Emotional Pictures and Sounds. *American Journal of Applied Psychology*, 12(1), 1-7. <https://doi.org/10.11648/j.ajap.20231201.11>
- Swerdlow, B. A., Sandel, D. B., Pearlstein, J. G., & Johnson, S. L. (2022). Momentary Emotion Goals and Spontaneous Emotion Regulation in Daily Life: An Ecological Momentary Assessment Study of Desire for High Versus Low Arousal Positive Emotion. *Affective Science*, 3(2), 451-463.
<https://doi.org/10.1007/s42761-022-00108-7>
- Tottenham, N., Tanaka, J. W., Leon, A. C., McCarry, T., Nurse, M., Hare, T. A., Marcus, D. J., Westerlund, A., Casey, B. J., & Nelson, C. (2009). The NimStim set of facial expressions: Judgments from untrained research participants. *Psychiatry Research*, 168(3), 242–249. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2008.05.006>
- Van Bockstaele, B., Clarke, P. J. F., Todd, J., Meeten, F., Ji, J. L., Basanovic, J., Chen, N. T. M., Rudaizky, D., & Notebaert, L. (2024). Effects of intensity on emotion regulation strategy preferences are emotion-specific. *Motivation and Emotion*, 48(6), 903-915. <https://doi.org/10.1007/s11031-024-10093-y>
- Velert-Jiménez, S., Valero-Moreno, S., Gil-Gómez, J.-A., Pérez-Marín, M., & Montoya-Castilla, I. (2025). EmoWELL: Effectiveness of a serious game for emotion regulation in emerging adulthood. *Frontiers in Psychology*, 16.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1561418>
- Zelkowitz, R. L., & Cole, D. A. (2016). Measures of Emotion Reactivity and Emotion Regulation: Convergent and Discriminant Validity. *Personality and individual differences*, 102, 123-132. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.045>



Universidad
Católica
de Cuenca

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Alberto Josue Pacheco Pacheco portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **0104966999**. En calidad de autor/a y titular de los derechos patrimoniales del trabajo de titulación **“Relación entre la regulación emocional y la intensidad subjetiva de la reacción en estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Católica de Cuenca.”** de conformidad a lo establecido en el artículo 114 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, reconozco a favor de la Universidad Católica de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos y no comerciales. Autorizo además a la Universidad Católica de Cuenca, para que realice la publicación de éste trabajo de titulación en el Repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, **30 de julio de 2026**

F: 

Alberto Josue Pacheco Pacheco

C.I. 0104966999