



UNIVERSIDAD  
CATÓLICA  
DE CUENCA

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA**

*Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo*

**UNIDAD ACADÉMICA SALUD Y BIENESTAR**

**CARRERA DE PSICOLOGIA CLINICA**

**RELACIÓN ENTRE LAS DIFICULTADES EN LA REGULACIÓN  
EMOCIONAL Y SÍNTOMAS DE DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE  
BÁSICA SUPERIOR Y BACHILLERATO DEL COLEGIO MANUEL J.  
CALLE DE CUENCA.**

**TRABAJO DE PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**AUTOR: ELY ESTEPHANÍA ORDOÑEZ ALVARADO**

**DIRECTOR: DR. JUAN AQUILINO CABRERA GUERRERO**

**CUENCA – ECUADOR**

**2025**

**DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO**



**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA**

*Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo*

**UNIDAD ACADÉMICA SALUD Y BIENESTAR**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**RELACIÓN ENTRE LAS DIFICULTADES EN LA REGULACIÓN  
EMOCIONAL Y SÍNTOMAS DE DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE  
BÁSICA SUPERIOR Y BACHILLERATO DEL COLEGIO MANUEL J.  
CALLE DE CUENCA.**

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**AUTOR: ELY ESTEPHANÍA ORDOÑEZ ALVARADO**

**DIRECTOR: DR. JUAN AQUILINO CABRERA GUERRERO**

**CUENCA - ECUADOR**

**2025**

**DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO**



**Declaratoria de Autoría y Responsabilidad**

**Ely Estephanía Ordoñez Alvarado** portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **0705580439**. Declaro ser el autor de la obra: **“Relación entre las dificultades en la regulación emocional y síntomas de depresión en estudiantes de básica superior y bachillerato del Colegio Manuel J. Calle 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, **17 de octubre de 2025**

F: .....

**Ely Estephanía Ordoñez Alvarado**

C.I. 0705580439

Cuenca, 17 de octubre de 2025

## CERTIFICACIÓN

Yo **Juan Aquilino Cabrera Guerrero**, con cédula de identidad N° **0102059128** en calidad de Director del Trabajo de Titulación con el tema: **“Relación entre las dificultades en la regulación emocional y síntomas de depresión en estudiantes de básica superior y bachillerato del Colegio Manuel J. Calle de Cuenca”**, certifico que el presente trabajo fue desarrollado por Ely Estephanía Ordoñez Alvarado, bajo mi supervisión.

Atentamente:



**Dr. Juan Aquilino Cabrera Guerrero**

**DIRECTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

**DOCENTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

## **Agradecimientos**

A Dios y a la vida, por haberme permitido llegar hasta aquí; por darme la fuerza en los días en que sentí que no podía más, por iluminar mi camino y recordarme que todo tiene un propósito.

A la Universidad Católica de Cuenca, por ser el espacio donde crecí no solo como profesional, sino también como persona.

A mi tutor de tesis, Dr. Juan Cabrera, gracias por su paciencia, por su forma humana de enseñar y por acompañar este proceso con respeto y empatía.

A mis tutores de prácticas preprofesionales, Mgs. Gabriela Espinoza y Psc. Clín. Daniel Rambay, por guiarme con compromiso y sabiduría, y por recordarme el verdadero valor de la psicología: servir desde el corazón.

A mis amigos, quienes se convirtieron en familia durante este camino. Gracias por estar en los momentos de cansancio y desvelo, por reír conmigo y, sobre todo, por no dejarme caer. En especial a “mis chicos”: Gaby, Pri, Noli, Kathy, Ariel y Xavier, gracias por dar color a esta etapa con su cariño, locuras y compañía.

A mis tíos Zoila y Plácido, y a mi prima Doris, por su cariño, su compañía y por estar siempre pendientes de mí.

A mis hermanos y demás familiares, gracias por creer en mí cuando yo misma dudaba, por celebrar mis pequeños logros y acompañarme con amor en los días grises.

A todos los que, de una u otra forma, fueron parte de este proceso —a quienes me tendieron una mano, compartieron un consejo o una palabra de aliento— gracias, porque sin ustedes este sueño no habría sido posible. Gracias por sostenerme incluso en silencio.

Hoy cierro esta etapa con gratitud profunda y el corazón lleno, sabiendo que cada uno dejó una huella en este logro.

**Ely Estephanía Ordoñez Alvarado**

## **Dedicatoria**

A Ely,

a esa niña que soñó con ser psicóloga clínica y que hoy ve cumplido ese anhelo con orgullo. A la mujer que se levantó cada vez que la vida la puso a prueba y que aprendió a creer en sí misma, incluso en los días más difíciles. Esta meta es por ti y para ti, por todas las veces que dudaste y, aun así, seguiste adelante.

A mis padres, Miryan y Manuel, por su amor incondicional, por cada sacrificio, palabra de aliento y abrazo que me sostuvo en los momentos más duros. Ustedes son mi mayor inspiración y mi razón de ser.

A mi abuela “Chamuquita”, que desde el cielo me sonrío. Gracias por enseñarme lo que significa la verdadera fuerza de voluntad ante la adversidad y por mostrarme el poder de amar desde el corazón. Sé que estás orgullosa de mí, dondequiera que estés; este logro también es tuyo, porque antes de partir me motivaste a no rendirme.

Y a Mario, un ser muy especial que tiene mi amor y mi admiración. Gracias por tu paciencia y ternura, por las risas espontáneas y por ayudarme a encontrar calma en medio del caos.

A todos ustedes, dedico este logro con el corazón, porque cada paso, cada lágrima y cada sonrisa de este proceso también les pertenece.

**Ely Estephanía Ordoñez Alvarado**

## Resumen

La regulación emocional en adolescentes ha sido ampliamente relacionada con la aparición de síntomas depresivos, por lo que se plantea la necesidad de comprender cómo estas variables interactúan en contextos escolares. El presente estudio se desarrolla con el fin de exponer la correlación entre las dificultades de regulación emocional y los síntomas depresivos en los estudiantes de Básica Superior y Bachillerato de los estudiantes inscritos en el periodo escolar 2024-2025. La investigación se desarrolló con un diseño de tipo no experimental, correlacional y transversal, con enfoque cuantitativo. La muestra empleada fue de 105 estudiantes con edades comprendidas entre los 11-18 años. Para la recolección de datos se empleó la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS) y la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21), para el análisis estadístico de los datos, se empleó una estadística descriptiva y correlacional. Los hallazgos evidenciaron que existe una correlación positiva moderada – fuerte entre las dificultades en la regulación emocional y los síntomas depresivos ( $r = 0.593$ ,  $p < 0.001$ ). Los adolescentes que reportan niveles más altos de sintomatología depresiva, presentan mayores dificultades en la regulación emocional, coincidiendo con investigaciones previas y resalta la importancia de implementar estrategias de intervención para fortalecer la habilidad de regulación en esta población. Se concluye que las dificultades en la regulación emocional muestran una asociación estadísticamente significativa con los síntomas depresivos en adolescentes, lo que sugiere su relevancia en este contexto.

**Palabras clave:** adolescentes, regulación emocional, depresión, salud mental.

## **Abstract**

Emotional regulation in adolescents has been widely associated with the onset of depressive symptoms, which highlights the need to understand how these variables interact in school settings. This study was developed to present the correlation between emotional regulation difficulties and depressive symptoms among students of Upper Basic Education and High School levels enrolled in the 2024–2025 school year. This research employed a non-experimental, correlational, and cross-sectional design with a quantitative approach. The sample consisted of 105 students aged 11 to 18 years. Data were collected using the Difficulties in Emotional Regulation Scale (DERS) and the Depression, Anxiety, and Stress Scale (DASS-21). Descriptive and correlational statistics were used for data analysis. The results demonstrated a positive moderate-to-strong correlation between emotional regulation difficulties and depressive symptoms ( $\rho=0.593$ ,  $p<0.001$ ). Adolescents who reported higher levels of depressive symptomatology also presented greater difficulties in emotional regulation, which aligns with previous research and underscores the importance of implementing intervention strategies to strengthen regulation skills in this population. In conclusion, emotional regulation difficulties indicate a statistically significant association with depressive symptoms in adolescents, suggesting their relevance in this context.

**Keywords:** Adolescents, emotional regulation, depression, mental health.

## Índice

Introducción .....	10
Presentación del problema .....	12
Justificación .....	17
Objetivos .....	20
Objetivo General .....	20
Objetivos Específicos.....	20
Materiales y métodos .....	20
Diseño .....	20
Población y Muestra.....	21
Criterios de selección .....	21
<i>Criterios de inclusión</i> .....	21
<i>Criterios de exclusión</i> .....	21
Instrumentos.....	21
<i>Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS)</i> .....	22
<i>Depression Anxiety Stress Scales-21 (DASS-21)</i> .....	22
<i>Cuestionario Sociodemográfico</i> .....	23
Procedimiento .....	23
Fase 1: Gestión de permisos éticos e institucionales .....	23
Fase 2: Coordinación con las instituciones educativas .....	24
Fase 3: Aplicación de los instrumentos de evaluación.....	24
Aspectos bioéticos.....	24
Análisis de datos .....	25
Resultados .....	25
Discusión y Conclusiones .....	34
Referencias.....	40

## Introducción

En la actualidad, abordar la salud mental en población adolescente se ha convertido en un tema de interés, donde la regulación emocional y los síntomas de depresión destacan como factores esenciales que requieren atención especial. La regulación emocional ejerce un papel fundamental en el desarrollo de las personas, puesto que se traduce como la capacidad de reconocer, gestionar y expresar las emociones en situaciones que permitirán a los individuos hacer frente a las exigencias del entorno (Ponce & Caguana, 2023). De tal manera, este proceso se vincula con respuestas fisiológicas y conductuales, promoviendo consigo el control de emociones, mismo que es vital para el bienestar psicológico (Doménech et al., 2024).

Según Sánchez et al. (2022), la desregulación emocional tiene un concepto con diversas dimensiones que manejan reacciones desadaptadas de las emociones, sin importar el nivel de intensidad y como se interpreta la experiencia. Además, es considerada como un factor común que da lugar a los pensamientos y conductas suicidas.

De igual manera, Gross (2014) menciona que, la regulación emocional influye en el bienestar del individuo a través de dos procesos: el primero está relacionado con la generación de emociones y se encarga de regular los factores previos al proceso emocional; el segundo se refiere a la modulación de la respuesta emocional, lo que implica disminuir el impacto de las emociones negativas y potenciar las positivas. En otras palabras, estos procesos abarcan tanto el momento en que se origina la emoción, su efecto sobre la persona y la manera en que se decide responder al estímulo emocional.

Por otra parte, la depresión es un trastorno mental que se caracteriza por sentimientos profundos de tristeza, irritabilidad o pérdida del placer, misma que, puede aparecer debido a la

combinación de elementos sociales, psicológicos y biológicos (OMS, 2023). Las vivencias negativas aumentan la posibilidad de que una persona desarrolle este tipo de trastorno, el cual puede, a su vez, aumentar el estrés y tener un efecto perjudicial en el entorno social y personal del individuo (Corea, 2021). “Los síntomas de depresión pueden aparecer a cualquier edad. Sin embargo, la fenomenología puede variar ligeramente en función al género, la etapa vital, el desarrollo cognitivo y la capacidad verbal para expresar sus emociones y sentimientos” (Oteíz et al., 2023, p. 86).

March et al. (2023) mencionan a (Linehan, 1993 y Mikulic et al., 2021), quienes sostienen que la incapacidad para gestionar e identificar las emociones personales está vinculada a problemas de salud, incluyendo conductas suicidas y trastornos asociados a la depresión. En un estudio realizado por D’Augerot et al. (2018), sobre estrategias de afrontamiento y síntomas psicológicos en adolescentes, los autores concluyeron que hombres y mujeres representan medidas desadaptativas para el manejo de emociones. Estas tácticas componen la concentración en pensamientos que representen miedo o se relacionen a otros eventos negativos que se catalogan como estresantes, tomando una postura de aceptación ante las cosas (D’Augerot et al., 2018).

A diferencia de los cambios habituales en el estado emocional, la depresión es un trastorno que excede las reacciones emocionales pasajeras frente a situaciones difíciles de la vida, impactando de manera más profunda y duradera el bienestar de la persona (Vargas, 2021). Por esta razón, se indica que este estudio tiene como finalidad investigar la conexión entre la regulación emocional y los síntomas depresivos en jóvenes, un campo de estudio importante por el efecto considerable que estos elementos tienen en el desarrollo y la adaptación social de este grupo.

## **Presentación del problema**

Actualmente, los adolescentes presentan dificultades para regular sus emociones, lo que se relaciona con la aparición de síntomas depresivos. La adolescencia es una etapa de cambios biológicos, sociales y emocionales significativos, caracterizada por emociones intensas y exposición a estresores como el bullying, la separación de los padres y las exigencias académicas, lo que incrementa la vulnerabilidad al desarrollo de trastornos mentales como la depresión (Caqueo et al., 2020). En Ecuador, aunque los estudios nacionales sobre depresión en adolescentes son limitados, los datos obtenidos por World Vision (2023) resultan alarmantes, puesto que el 20% de los adolescentes presentan síntomas de depresión y dificultad para reconocer y manejar adaptativamente las emociones. Asimismo, el 10% ha intentado suicidarse.

La regulación emocional es fundamental en esta etapa, ya que la forma en que los adolescentes interpretan y gestionan sus emociones cambia constantemente, influyendo directamente en su capacidad para manejarlas adecuadamente (Suárez, 2018; Thompson & Lagattuta, 2006). El uso de estrategias desadaptativas, como la supresión o la evitación, se vincula con un aumento de síntomas depresivos y aislamiento social (Lassa et al., 2019), afectando no solo la salud emocional, sino también el desempeño académico y los vínculos familiares (Mikulic, 2021). A pesar de la relevancia de estas variables, en el contexto educativo ecuatoriano la relación entre la regulación emocional y la depresión en adolescentes ha sido poco estudiada.

No atender esta problemática implica que los adolescentes continúen expuestos a consecuencias negativas sin que existan estrategias preventivas ni programas de apoyo. La depresión no tratada en esta etapa puede prolongar los síntomas y afectar las relaciones

interpersonales y la calidad de vida (Del Casale et al., 2021). Además, las dificultades en la regulación emocional pueden derivar tanto en problemas internalizados (depresión) como externalizados (trastornos de conducta, abuso de sustancias, trastornos alimentarios, conductas de riesgo e incluso suicidio) (Helland et al., 2022); en consecuencia, las dificultades en la regulación emocional contribuyen al desarrollo y mantenimiento de síntomas depresivos en los adolescentes, afectando su bienestar académico, social y emocional. La falta de intervención oportuna incrementa los riesgos de problemas internalizados y externalizados, lo que evidencia la importancia de abordarlas tempranamente para prevenir repercusiones a largo plazo.

Un estudio realizado por Yap et al. (2018) examinó si la regulación emocional media el efecto de los acontecimientos vitales estresantes sobre los síntomas depresivos en adolescentes. A través de un estudio de mediación realizado con 235 adolescentes y el uso conjunto del DASS-21 y el DERS, se descubrió que la regulación emocional cuenta para un 64,6% del impacto total entre el estrés vital y los síntomas de depresión. Se llegó a la conclusión de que las dificultades en la regulación emocional funcionan como un mediador esencial, lo que indica que las intervenciones que buscan mejorar estas habilidades podrían reducir significativamente los síntomas depresivos en los jóvenes.

Yap et al. (2017), en su estudio titulado “Dificultades en la regulación emocional en el trastorno obsesivo-compulsivo”, exploraron esta asociación mediante un diseño correlacional y transversal. Se trabajó con dos muestras complementarias: una comunitaria ( $n = 367$ ) y otra clínica ( $n = 51$ ), evaluando la regulación emocional a través del DERS. Para comparar los grupos, se realizó un análisis de covarianza incorporando los síntomas de depresión medidos con la escala DASS como covariable. Los resultados mostraron diferencias significativas entre ambos grupos en la puntuación total del DERS-R y en las subescalas de no aceptación, metas,

control de impulsos y estrategias. En cuanto a la conciencia emocional y la claridad emocional, inicialmente no se observaron diferencias significativas; sin embargo, al excluir los síntomas depresivos como covariable, emergieron diferencias estadísticamente significativas: DERS-Aware ( $p = .004$ ) y DERS-Clarity ( $p < .001$ ). Estos hallazgos destacan la relevancia de la desregulación emocional en relación con la pertenencia a un grupo clínico y evidencian que ciertas dimensiones de la regulación emocional se ven afectadas independientemente de los síntomas depresivos.

Por otro lado, Valencia y Christian (2022) demostraron que la regulación emocional y el afrontamiento emocional explicaban en gran medida las diferencias en los niveles de depresión, mostrando una correlación significativa de  $r = 0.53$  entre estas variables, lo que se refleja en el presente estudio con una correlación moderada significativa de  $r = 0.49$  entre dificultades en la regulación emocional y sintomatología depresiva. Esto evidencia que, tal como en los estudios previos, las dificultades en la regulación emocional son un factor clave para comprender las variaciones en los síntomas depresivos en adolescentes.

Aizcorbe y Gallo (2024), llevaron a cabo un estudio titulado “Regulación emocional y riesgo de autolesión en adolescentes”. Se trató de una investigación correlacional y transversal en una muestra de 107 adolescentes, utilizando la escala DERS para medir las dificultades en regulación emocional. Los hallazgos mostraron que aquellos adolescentes con mayores dificultades en la regulación emocional (particularmente en el control de impulsos) registraban una mayor frecuencia de pensamientos y conductas autolesivas, algunas con intención suicida. Los autores concluyen que la dificultad para regular emociones se refleja como un factor transdiagnóstico en la aparición de conductas de riesgo vinculadas a un deterioro emocional persistente, lo que en otros contextos se relaciona con mayor sintomatología depresiva. Por ello,

resaltan la necesidad de intervenciones preventivas que promuevan habilidades regulatorias en adolescentes, con el fin de mitigar riesgos anímicos y conductuales desde entornos educativos.

Cuadra et al. (2021), llevaron a cabo un estudio titulado “Ideación suicida y relación con la salud mental en adolescentes escolares no consultantes”, en una muestra de 1 083 adolescentes en Arica, Chile. Este estudio de corte correlacional evaluó ideación suicida, depresión, ansiedad, estrés y desregulación emocional mediante instrumentos validados. Aunque el foco principal fue la ideación suicida, el análisis reveló que la desregulación emocional se asocia de modo positivo y moderado con los síntomas de depresión ( $r=0.438$ ,  $p<0.001$ ). Además, se identificaron diferencias de género estadísticamente significativas, ya que las mujeres presentaron más sintomatología depresiva y mayor desregulación emocional en comparación con los varones. Los autores concluyen que los resultados apuntan a que la dificultad para regular las emociones constituye un factor transdiagnóstico, vinculado no solo a síntomas depresivos sino también a conductas de riesgo como la ideación suicida en población adolescente no clínica.

En el contexto ecuatoriano, la Red Wamprakunapak Yuyaykuna, con el apoyo de World Vision Ecuador y del Ministerio de Educación (2023), desarrollaron la segunda edición de la Encuesta Nacional “Tu Voz, Tus Derechos”, la cual tuvo como objetivo recopilar la percepción sobre su salud mental. La muestra estuvo conformada por 247,102 encuestados de las 24 provincias del país. Los resultados indicaron que el 12% de los participantes reportó sentirse estresado y un 6% cansado, mientras que el 4,1% afirmó experimentar depresión “siempre” y el 33,6% “casi siempre”. Además, se observó que un alto porcentaje de los encuestados tenía acceso a apoyo emocional de amigos y familiares, aunque todavía existen limitaciones en la comunicación con adultos y profesionales de la salud mental. En conclusión, la Encuesta

Nacional contribuye a visibilizar la prevalencia de síntomas depresivos y la importancia de estrategias de apoyo emocional, fortaleciendo la base para políticas públicas que garanticen la salud mental como un derecho fundamental de la niñez y adolescencia en Ecuador.

De manera complementaria, García et al. (2024) llevaron a cabo una investigación que fue de carácter cuantitativo, no experimental y transversal, se realizó con un grupo de 643 alumnos de secundaria. Se utilizaron diferentes instrumentos, entre ellos el DERS para medir la regulación emocional y el DASS-21 para evaluar síntomas de depresión, ansiedad y estrés. Los hallazgos revelaron una correlación negativa significativa entre el bienestar subjetivo y los síntomas emocionales, lo que indica que un aumento en los síntomas emocionales (depresión) está relacionado con un descenso en el bienestar subjetivo de los jóvenes. También se notó que las dificultades en la regulación emocional estaban positivamente asociadas con un incremento en los niveles de depresión, lo que sugiere que una menor habilidad para manejar las emociones eleva el riesgo de experimentar síntomas depresivos. Se llegó a la conclusión de que los problemas emocionales pueden afectar de manera directa el bienestar psicológico de los adolescentes, subrayando la importancia de implementar intervenciones preventivas.

Moya (2024), en su estudio titulado *“Dificultades de Regulación Emocional en Estudiantes de Nivelación”*, exploró la presencia de dificultades en la regulación emocional mediante un diseño cuantitativo, no experimental y transversal. Se trabajó con una muestra de 348 estudiantes con un rango de edad comprendido entre los 17-19 años, todos pertenecientes a una universidad pública en Manta, Ecuador. Los resultados indicaron que las dificultades en la regulación emocional estaban presentes de manera generalizada en todos los participantes. Al analizar las subescalas de la DERS, se observó que la falta de claridad emocional y la interferencia en conductas dirigidas a metas fueron las más afectadas, con puntuaciones medias

de 3.45 (DE = 0.82) y 3.38 (DE = 0.79), respectivamente. No se encontraron diferencias significativas entre los grupos según género, edad o nivel socioeconómico ( $p > .05$ ). Estos hallazgos sugieren que las dificultades emocionales son independientemente de características demográficas.

### **Pregunta guía de investigación**

¿Cuál es la relación entre las dificultades en la regulación emocional y los síntomas de depresión en los estudiantes de Básica Superior y Bachillerato del Colegio Manuel J. Calle de Cuenca periodo escolar 2024-2025?

### **Hipótesis**

Existe correlación entre las dificultades para regular las emociones y los síntomas depresivos en los estudiantes de Básica Superior y Bachillerato del Colegio Manuel J. Calle de Cuenca periodo escolar 2024-2025.

### **Justificación**

El tema de estudio tiene una gran importancia ya que aborda un problema en aumento en el área de la salud mental de los jóvenes. La adolescencia es un período muy vulnerable, en el que la dificultad para gestionar adecuadamente las emociones puede provocar reacciones emocionales extremas que aumentan la sensibilidad ante estímulos emocionales, lo que a su vez puede favorecer el desarrollo de síntomas depresivos (Sánchez et al., 2022). Los autores destacan de igual manera este elemento se traduce como un factor protector de conductas suicidas y otros trastornos psicológicos relacionados.

Si bien, la capacidad de regularse emocionalmente actúa como un factor protector ante el surgimiento de psicopatologías como la depresión, es fundamental su desarrollo adecuado, puesto que, en primera instancia requiere de una percepción correcta de las propias emociones. Así mismo, se ha identificado que las personas que padecen trastornos emocionales no tienen los suficientes conocimientos básicos acerca de las emociones, la comprensión de las mismas y las estrategias para poder manejarlas y regularlas sin dificultad.

La dificultad para gestionar las emociones se ha vinculado con la presencia de síntomas depresivos, así como con comportamientos desadaptativos, siendo la impulsividad y las autolesiones no suicidas algunos de los problemas que se presentan con mayor frecuencia (Marín et al., 2012, como se citó en Sánchez et al., 2022).

La depresión afecta de manera progresiva diferentes áreas de la vida personal y social, lo cual pone de manifiesto la importancia de intervenciones preventivas oportunas. Como menciona Caqueo et al. (2020) identificar estrategias que prevengan conductas relacionadas con la depresión y mejoren la regulación emocional permite a los jóvenes a desarrollar habilidades emocionales adaptativas, lo cual podría reducir significativamente el impacto emocional negativo en sus vidas y fomentar un bienestar integral en la población estudiantil.

Si bien, la regulación emocional es fundamental para la salud mental, también hace énfasis en el desarrollo de competencias sociales y la adaptación exitosa en diferentes áreas de la vida. Según Hervás (2011), los déficits en la regulación emocional están vinculados al desarrollo de sesgos cognitivos que pueden agravar la sintomatología depresiva.

Aunque ya hay investigaciones anteriores sobre la salud emocional de los jóvenes, todavía hay aspectos concretos que necesitan más atención, como los variados síntomas

emocionales que pueden afectar la identificación de factores que influyen en el bienestar en esta fase de la vida. Comprender esto no solo ofrecerá enfoques novedosos para el tratamiento, sino que también ayuda a desarrollar intervenciones más eficaces que, además de mitigar los efectos negativos, evitan recaídas en personas con depresión recurrente.

Según Pérez y Guerra (2014), el empleo inadecuado de las estrategias para regular las emociones puede conllevar a impactos negativos en el desarrollo psicológico y personal de los adolescentes, considerándose un aspecto clave de abordaje para investigadores. Referente a esto, han señalado que, el uso de estrategias de regulación poco funcionales, como la rumiación y la represión, así como la presencia de valoraciones erróneas, contribuyen al desarrollo de estados emocionales como la depresión.

Según Bolívar et al. (2022) citan a Sagardoy et al. (2014), quienes señalan que los adolescentes que cuentan con una adecuada capacidad para regularse emocionalmente tienden a gozar de una mejor salud tanto física como mental, reflejándose en una menor presencia de síntomas somáticos y niveles reducidos de depresión. En contraste, la ausencia de esta habilidad de regulación emocional incrementa la probabilidad de que dichos síntomas se manifiesten, impactando negativamente en la salud integral del adolescente.

Baldoceda (2022), cita a (Calkins & Leerkes, 2011; Diamond & Aspinwall, 2003), quienes consideran que la adolescencia “es la etapa donde se desarrollarán estrategias de regulación emocional las cuales se consolidarán y modificarán durante la adultez” (p. 02). En este sentido, Schoeps (2022) enfatiza que es esencial continuar investigando el impacto de la regulación emocional en la percepción de bienestar de los adolescentes, ya que comprender estos mecanismos ofrece una base sólida para abordar sus necesidades psicológicas de manera

efectiva.

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

Determinar la correlación entre las dificultades de regulación emocional y los síntomas depresivos en los estudiantes de Básica Superior y Bachillerato del Colegio Manuel J. Calle de Cuenca periodo escolar 2024-2025.

### **Objetivos Específicos**

- Valorar la prevalencia de dificultades en la regulación emocional en los estudiantes de Básica Superior y Bachillerato del Colegio Manuel J. de Cuenca, según las variables sociodemográficas.

- Establecer la prevalencia de síntomas de depresión en los estudiantes de Básica Superior y Bachillerato del Colegio Manuel J. Calle de Cuenca, de acuerdo a la variable de género.

- Analizar la correlación entre las variables cuantitativas de las dificultades entre la regulación emocional y síntomas depresivos en los estudiantes del Colegio Manuel J. Calle de Cuenca.

## **Materiales y métodos**

### **Diseño**

Se desarrolló la investigación empleando un diseño de tipo no experimental, correlacional y transversal. El enfoque utilizado fue cuantitativo.

## **Población y Muestra**

Una población conformada por 480 alumnos de la Educación Básica Superior y Bachillerato del Colegio Manuel J. Calle de Cuenca, correspondientes al periodo escolar septiembre 2024 - julio 2025. De esta población, se selecciona una muestra de 105 estudiantes con edades comprendidas entre los 11 y 18 años, considerando tanto mujeres como hombres. Se utilizó un muestreo no probabilístico, esta elección fue por conveniencia. Durante el proceso de tamizaje, se seleccionaron a los participantes definitivos.

## **Criterios de selección**

### ***Criterios de inclusión***

Los criterios de inclusión que se consideraron en este estudio son únicamente estudiantes del Colegio Manuel J. Calle de Cuenca con edades entre 11 y 18 años, los participantes tuvieron que estar inscritos en el año lectivo 2024 – 2025.

### ***Criterios de exclusión***

En el estudio se excluyeron a estudiantes que no cuenten con el consentimiento informado firmado por su representante legal, la carta de asentimiento para los estudiantes de entre 11 y 18 años. Además, no participaron aquellos estudiantes que presentaron una condición que limitó el desarrollo intelectual y motor al responder las encuestas aplicadas (información otorgada por el DECE).

## **Instrumentos**

Para la recolección de datos se utilizaron tres instrumentos principales que permitieron evaluar las variables de interés en la población estudiada. A continuación, se describe cada uno detalladamente:

### ***Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS)***

La escala DERS, desarrollada por Gratz y Roemer (2004), mide las dificultades en la regulación emocional en adolescentes y adultos. Es un cuestionario autoadministrado compuesto por 36 ítems que evalúan seis dimensiones específicas: no aceptación, dificultades para alcanzar objetivos y metas, impulsividad, falta de consciencia, ausencia de estrategias y falta de claridad emocional (Reivan, 2019). Según Bohórquez et al. (2023), “La DERS es uno de los instrumentos más utilizados, adaptados y ha sido validada para diferentes contextos” (p. 130). Los análisis de fiabilidad reportan un alfa de Cronbach entre 0.80 y 0.93 para cada factor. En Ecuador, Reivan et al. (2020) realizaron una adaptación lingüística que redujo la versión a 28 ítems, manteniendo índices favorables de consistencia interna, incluso en subescalas con menos ítems (Hervás & Jódar, 2008). Comparativamente, la escala global mostró igual consistencia interna en la muestra americana y española ( $\alpha = .93$ ), aunque algunas subescalas presentaron valores menores debido a la reducción de ítems.

### ***Depression Anxiety Stress Scales-21 (DASS-21)***

El DASS-21, según Lovibond y Lovibond (1995), es una escala autoadministrada que evalúa síntomas de depresión, ansiedad y estrés en adolescentes y adultos. Consta de 21 ítems organizados en tres subescalas de 7 ítems cada una, con formato Likert de cuatro opciones que van de 0 a 3 puntos. Antúnez y Vinet (2012) reportan índices de consistencia interna superiores a 0.73 para sus subescalas, lo que indica una fiabilidad adecuada. Existen dos traducciones válidas al español: una para población adulta latina en Estados Unidos y otra para estudiantes universitarios en España (Román et al., 2014). El tiempo aproximado de aplicación es de 10 minutos.

### ***Cuestionario Sociodemográfico***

Este cuestionario fue diseñado específicamente para recopilar información básica sobre los participantes, incluyendo edad, sexo, género, nivel educativo, ubicación geográfica y nivel socioeconómico. Esta información permitirá caracterizar la muestra y analizar variables demográficas relevantes para el estudio.

### **Procedimiento**

El presente trabajo de titulación se desarrolló en el marco del proyecto titulado “Adaptación de la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21), la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS), la Escala para la Evaluación de la Conducta Suicida en Adolescentes (SENTIA) y la Escala de Evaluación del Suicidio PAYKEL en población adolescente ecuatoriana de la zona 6”, el cual fue aprobado en la convocatoria de Investigación Formativa 2024 y dirigido por el Dr. Juan Aquilino Cabrera Guerrero.

El desarrollo del estudio se llevó a cabo en tres fases:

#### **Fase 1: Gestión de permisos éticos e institucionales**

En esta etapa, se obtuvo la aprobación del Comité de Ética en Investigación en Seres Humanos (CEISH-UCACUE), lo que permitió validar la viabilidad ética del estudio. Asimismo, se gestionaron los permisos correspondientes ante el Ministerio de Educación, con el objetivo de aplicar los instrumentos en instituciones educativas fiscales de la zona 6. Las instituciones que autorizaron la participación fueron: Manuel J. Calle, Benigno Malo, Manuela Garaicoa de Calderón, José Peralta, Juan Bautista Vázquez, María Auxiliadora y Purísima de Macas.

## **Fase 2: Coordinación con las instituciones educativas**

Una vez obtenidas las autorizaciones, se estableció contacto con los directivos de las instituciones participantes para coordinar el cronograma de actividades. Durante esta fase, se realizaron visitas informativas a los estudiantes, se entregaron los consentimientos informados dirigidos a padres, madres o representantes legales, y se distribuyeron las cartas de asentimiento para los adolescentes entre 12 y 18 años.

## **Fase 3: Aplicación de los instrumentos de evaluación**

La aplicación de las escalas se realizó de manera grupal, en las instalaciones de las respectivas instituciones educativas, bajo la supervisión directa del equipo investigador. Esta modalidad permitió asegurar una administración adecuada de los instrumentos, atender posibles dudas de los participantes y garantizar el cumplimiento de los principios éticos. Solo se evaluó a los estudiantes que entregaron previamente los documentos de consentimiento y asentimiento debidamente firmados.

## **Aspectos bioéticos**

El estudio fue evaluado y aprobado por el Comité de Ética en Investigación en Seres Humanos CEISH- UCACUE-2024-007 en condición de Estudio Observacional discutido en el pleno del Comité de la Universidad Católica de Cuenca, con el fin de garantizar que se cumplan los principios éticos establecidos para la investigación en seres humanos. Para asegurar la confidencialidad de los datos personales, se utilizaron códigos numéricos en lugar de nombres u otros datos identificativos. Además, los datos fueron almacenados en una base de datos con acceso privado y se otorga a los participantes la posibilidad de retirarse del estudio en cualquier momento acorde a lo socialización en la entrega del acuerdo de consentimiento informado para padres, madres y tutores, y la entrega de la carta de asentimiento para los estudiantes de entre

12 y 18 años.

### **Análisis de datos**

El análisis de datos se realizó utilizando los programas estadísticos JAMOVI y JASP.

En primer lugar, se evaluó el supuesto de normalidad de las distribuciones mediante la prueba de Shapiro-Wilk. Los resultados indicaron que los puntajes del DERS se ajustaban al supuesto de normalidad. En contraste, los puntajes del DASS-21 no presentaron una distribución normal, debido a que los resultados indicaron un valor  $p > 0.05$ .

A continuación, se llevaron a cabo análisis descriptivos de frecuencias y porcentajes para caracterizar la prevalencia de las dificultades en la regulación emocional (DERS), considerando variables sociodemográficas como edad, sexo, ubicación geográfica y nivel económico. Además, se realizó el análisis descriptivo para los síntomas depresivos (DASS-21) en los estudiantes, considerando la variable sociodemográfica de sexo.

Finalmente, para examinar la relación entre las variables principales del estudio, se aplicó el coeficiente de correlación de Spearman. Los resultados se representaron mediante un mapa de calor en JASP, lo que permitió visualizar la magnitud y dirección de las correlaciones entre las dificultades en la regulación emocional y los síntomas depresivos en la población estudiada, aportando evidencia empírica relevante para el cumplimiento de los objetivos de la investigación.

## **Resultados**

En relación con el primer objetivo, a continuación, se presentan los resultados sobre la prevalencia de las dificultades en la regulación emocional según las variables sociodemográficas.

### **Análisis de la Prevalencia de Dificultades en la Regulación Emocional según Variables Sociodemográficas**

### ***Dificultades de Regulación Emocional y Edad***

La Tabla 1 muestra la distribución de frecuencias y porcentajes de estudiantes con dificultades en cada dimensión según la edad. Se incluyen las seis dimensiones del DERS (no aceptación, metas, impulsividad, conciencia, estrategia y claridad), clasificadas en niveles bajo, medio y alto.

Los resultados muestran que las dificultades en la regulación emocional se presentan en todos los grupos etarios, aunque con distinta intensidad. Se observa que a partir de los 14 años aumenta progresivamente la proporción de estudiantes en niveles medios - altos de dificultad, especialmente en las dimensiones de no aceptación, estrategia y claridad. Por ejemplo, los adolescentes de 15, 16 y 17 años concentran los porcentajes más elevados en la dimensión de no aceptación refleja 7.6 %, 10.5 % y 7.6 %, respectivamente. De manera similar, el porcentaje de nivel medio - alto en la dimensión estrategia representó el 4.8%, 9.5% y 5.7%. En la dimensión de estrategia se ubican en nivel medio con 9.5%, 12.4% y 8.6%. En el puntaje total, la prevalencia evidencia que los estudiantes entre 11 - 13 años se ubican principalmente en niveles bajos.

#### **Tabla 1**

*Prevalencias de las dificultades de regulación emoción según la edad*

Dimensiones	Edades							
	11	12	13	14	15	16	17	18
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
<b>No aceptación</b>								
Bajo	0 (0.0%)	7 (6.7%)	4 (3.8%)	4 (3.8%)	6 (5.7%)	10 (9.5%)	3 (2.9%)	1 (1.0%)
Medio	1 (1.0%)	5 (4.8%)	7 (6.7%)	0 (0.0%)	3 (2.9%)	4 (3.8%)	4 (3.8%)	1 (1.0%)
Alto	0 (0.0%)	6 (5.7%)	7 (6.7%)	4 (3.8%)	8 (7.6%)	11 (10.5%)	8 (7.6%)	1 (1.0%)
<b>Metas</b>								
Bajo	0 (0.0%)	14 (13.3%)	7 (6.7%)	4 (3.8%)	10 (9.5%)	14 (13.3%)	3 (2.9%)	1 (1.0%)
Medio	1 (1.0%)	3 (2.9%)	9 (8.6%)	3 (2.9%)	3 (2.9%)	7 (6.7%)	8 (7.6%)	1 (1.0%)
Alto	0 (0.0%)	1 (1.0%)	2 (1.9%)	1 (1.0%)	4 (3.8%)	4 (3.8%)	4 (3.8%)	1 (1.0%)
<b>Impulsividad</b>								
Bajo	0 (0.0%)	12 (11.4%)	7 (6.7%)	5 (4.8%)	6 (5.7%)	10 (9.5%)	6 (5.7%)	1 (1.0%)
Medio	1 (1.0%)	6 (5.7%)	10 (9.5%)	1 (1.0%)	5 (4.8%)	11 (10.5%)	6 (5.7%)	2 (1.9%)
Alto	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (1.0%)	2 (1.9%)	6 (5.7%)	4 (3.8%)	3 (2.9%)	0 (0.0%)
<b>Conciencia</b>								
Bajo	1 (1.0%)	12 (11.4%)	15 (14.3%)	6 (5.7%)	10 (9.5%)	22 (21.0%)	8 (7.6%)	2 (1.9%)
Medio	0 (0.0%)	5 (4.8%)	3 (2.9%)	1 (1.0%)	5 (4.8%)	2 (1.9%)	5 (4.8%)	1 (1.0%)
Alto	0 (0.0%)	1 (1.0%)	0 (0.0%)	1 (1.0%)	2 (1.9%)	1 (1.0%)	2 (1.9%)	0 (0.0%)
<b>Estrategia</b>								
Bajo	0 (0.0%)	11 (10.5%)	7 (6.7%)	3 (2.9%)	8 (7.6%)	11 (10.5%)	6 (5.7%)	1 (1.0%)
Medio	1 (1.0%)	4 (3.8%)	7 (6.7%)	3 (2.9%)	4 (3.8%)	4 (3.8%)	3 (2.9%)	2 (1.9%)
Alto	0 (0.0%)	3 (2.9%)	4 (3.8%)	2 (1.9%)	5 (4.8%)	10 (9.5%)	6 (5.7%)	0 (0.0%)
<b>Claridad</b>								
Bajo	1 (1.0%)	7 (6.7%)	7 (6.7%)	3 (2.9%)	5 (4.8%)	10 (9.5%)	4 (3.8%)	1 (1.0%)
Medio	0 (0.0%)	8 (7.6%)	7 (6.7%)	5 (4.8%)	10 (9.5%)	13 (12.4%)	9 (8.6%)	1 (1.0%)
Alto	0 (0.0%)	3 (2.9%)	4 (3.8%)	0 (0.0%)	2 (1.9%)	2 (1.9%)	2 (1.9%)	1 (1.0%)
<b>Total dimensiones</b>								
Bajo	1 (1.0%)	11 (10.5%)	10 (9.5%)	5 (4.8%)	10 (9.5%)	13 (12.4%)	7 (6.7%)	1 (1.0%)
Medio	0 (0.0%)	5 (4.8%)	5 (4.8%)	2 (1.9%)	4 (3.8%)	7 (6.7%)	5 (4.8%)	1 (1.0%)
Alto	0 (0.0%)	2 (1.9%)	3 (2.9%)	1 (1.0%)	3 (2.9%)	5 (4.8%)	3 (2.9%)	1 (1.0%)

### *Dificultades de Regulación Emocional y Sexo*

Los resultados de la Tabla 2 reflejan que tanto hombres como mujeres presentan dificultades en la regulación emocional, aunque con diferencias notables en la intensidad y distribución por dimensiones. En la dimensión de no aceptación, las mujeres concentran un mayor porcentaje en el nivel alto (26.7 %) frente a los hombres (16.2 %), lo que indica que ellas tienden a experimentar con más frecuencia emociones negativas difíciles de aceptar.

En el análisis del total de dimensiones, la categoría de mayor concentración fue el nivel bajo, tanto en hombres como en mujeres (27.6 % en cada caso). Sin embargo, las mujeres presentaron un mayor porcentaje en el nivel alto (12.4 %) que los hombres (4.8 %), lo que sugiere una tendencia a experimentar mayores dificultades en la regulación emocional en comparación con sus pares varones.

**Tabla 2***Prevalencia de las dificultades en la regulación emocional según sexo*

Dimensiones	Sexo	
	Hombre n (%)	Mujer n (%)
<b>No aceptación</b>		
Bajo	21 (20.0%)	14 (13.3%)
Medio	9 (8.6%)	16 (15.2%)
Alto	17 (16.2%)	28 (26.7%)
<b>Metas</b>		
Bajo	26 (24.8%)	27 (25.7%)
Medio	14 (13.3%)	21 (20.0%)
Alto	7 (6.7%)	10 (9.5%)
<b>Impulsividad</b>		
Bajo	23 (21.9%)	24 (22.9%)
Medio	16 (15.2%)	26 (24.8%)
Alto	8 (7.6%)	8 (7.6%)
<b>Conciencia</b>		
Bajo	31 (29.5%)	45 (42.9%)
Medio	13 (12.4%)	9 (8.6%)
Alto	3 (2.9%)	4 (3.8%)
<b>Estrategia</b>		
Bajo	21 (20.0%)	26 (24.8%)
Medio	15 (14.3%)	13 (12.4%)
Alto	11 (10.5%)	19 (18.1%)
<b>Claridad</b>		
Bajo	21 (20.0%)	17 (16.2%)
Medio	22 (21.0%)	31 (29.5%)
Alto	4 (3.8%)	10 (9.5%)
<b>Total dimensiones</b>		
Bajo	29 (27.6%)	29 (27.6%)
Medio	13 (12.4%)	16 (15.2%)
Alto	5 (4.8%)	13 (12.4%)

***Dificultades de Regulación Emocional y Ubicación Geográfica***

En la Tabla 3 se presentan los resultados de la prevalencia de las dificultades en la regulación emocional según la zona de residencia de los estudiantes (rural y urbana).

Los resultados de la Tabla 3 evidencian diferencias relevantes entre estudiantes de zonas rurales y urbanas. En la dimensión de no aceptación, los adolescentes de la zona rural presentan un mayor porcentaje en el nivel alto (26.7 %) frente a los de la zona urbana (16.2 %), lo que indica una mayor dificultad para aceptar sus emociones negativas.

En la dimensión de impulsividad, también se observa una concentración más elevada en los niveles medio y alto en estudiantes rurales (27.6 % y 11.4 %, respectivamente), en comparación con los urbanos (12.4 % y 3.8 %).

En el análisis total de dimensiones, se aprecia que la mayor concentración se encuentra en el nivel bajo, tanto en la zona rural (32.4 %) como en la urbana (22.9 %). Sin embargo, la proporción de estudiantes con dificultades en el nivel alto es mayor en el área rural (10.5 %) que en la urbana (6.7 %), lo que sugiere que la ubicación geográfica puede estar relacionada con mayores desafíos en la regulación emocional, especialmente en el contexto rural.

**Tabla 3**

*Prevalencia de las dificultades en la regulación emocional según zona geográfica*

Dimensiones	Ubicación geográfica	
	Zona rural	Zona urbana
	n (%)	n (%)
<b>No aceptación</b>		
Bajo	19 (18.1%)	16 (15.2%)
Medio	16 (15.2%)	9 (8.6%)
Alto	28 (26.7%)	17 (16.2%)
<b>Metas</b>		
Bajo	29 (27.6%)	24 (22.9%)
Medio	23 (21.9%)	12 (11.4%)
Alto	11 (10.5%)	6 (5.7%)
<b>Impulsividad</b>		
Bajo	22 (21.0%)	25 (23.8%)
Medio	29 (27.6%)	13 (12.4%)
Alto	12 (11.4%)	4 (3.8%)
<b>Conciencia</b>		
Bajo	47 (44.8%)	29 (27.6%)
Medio	11 (10.5%)	11 (10.5%)
Alto	5 (4.8%)	2 (1.9%)
<b>Estrategia</b>		
Bajo	28 (26.7%)	19 (18.1%)
Medio	17 (16.2%)	11 (10.5%)
Alto	18 (17.1%)	12 (11.4%)
<b>Claridad</b>		
Bajo	21 (20.0%)	17 (16.2%)
Medio	32 (30.5%)	21 (20.0%)
Alto	10 (9.5%)	4 (3.8%)
<b>Total dimensiones</b>		
Bajo	34 (32.4%)	24 (22.9%)
Medio	18 (17.1%)	11 (10.5%)
Alto	11 (10.5%)	7 (6.7%)

*Dificultades de Regulación Emocional y Nivel Económico*

En la Tabla 4, se logra evidenciar que los estudiantes de nivel económico medio concentran los porcentajes más altos en la mayoría de las dimensiones y niveles de dificultad. En la dimensión de no aceptación, el 39 % de los estudiantes de nivel medio se ubicó en el nivel alto, en contraste con un 1.9 % en el nivel bajo y un 1.9 % en el nivel alto. Esto refleja que las dificultades en la regulación emocional no se concentran exclusivamente en los extremos de la

situación económica, sino que son más frecuentes en estudiantes con condiciones económicas medias.

**Tabla 4**

*Prevalencia de las dificultades en la regulación emocional según nivel económico*

Dimensiones	Nivel económico		
	Bajo	Medio	Alto
	n (%)	n (%)	n (%)
<b>No aceptación</b>			
Bajo	1 (1.0%)	32 (30.5%)	2 (1.9%)
Medio	3 (2.9%)	22 (21.0%)	0 (0.0%)
Alto	2 (1.9%)	41 (39.0%)	2 (1.9%)
<b>Metas</b>			
Bajo	3 (2.9%)	47 (44.8%)	3 (2.9%)
Medio	2 (1.9%)	32 (30.5%)	1 (1.0%)
Alto	1 (1.0%)	16 (15.2%)	0 (0.0%)
<b>Impulsividad</b>			
Bajo	2 (1.9%)	43 (41.0%)	2 (1.9%)
Medio	2 (1.9%)	38 (36.2%)	2 (1.9%)
Alto	2 (1.9%)	14 (13.3%)	0 (0.0%)
<b>Conciencia</b>			
Bajo	4 (3.8%)	71 (67.6%)	1 (1.0%)
Medio	2 (1.9%)	18 (17.1%)	2 (1.9%)
Alto	0 (0.0%)	6 (5.7%)	1 (1.0%)
<b>Estrategia</b>			
Bajo	1 (1.0%)	43 (41.0%)	3 (2.9%)
Medio	2 (1.9%)	26 (24.8%)	0 (0.0%)
Alto	3 (2.9%)	26 (24.8%)	1 (1.0%)
<b>Claridad</b>			
Bajo	1 (1.0%)	36 (34.3%)	1 (1.0%)
Medio	4 (3.8%)	46 (43.8%)	3 (2.9%)
Alto	1 (1.0%)	13 (12.4%)	0 (0.0%)
<b>Total dimensiones</b>			
Bajo	2 (1.9%)	54 (51.4%)	2 (1.9%)
Medio	3 (2.9%)	25 (23.8%)	1 (1.0%)
Alto	1 (1.0%)	16 (15.2%)	1 (1.0%)

### **Análisis de las Prevalencia de Síntomas de Depresión en Función al Sexo**

Respecto al sexo, a continuación, se muestran los hallazgos referentes a la prevalencia de síntomas de depresión en los estudiantes.

En la Tabla 5 se presentan los resultados de la prevalencia de síntomas de depresión en los estudiantes de Básica Superior y Bachillerato, diferenciados por género. Se incluyen las categorías de sintomatología: extremadamente severa, severa, moderada, leve y no significativa.

Los resultados muestran que tanto hombres como mujeres presentan síntomas de

depresión en distintos niveles de severidad, aunque con diferencias importantes en la distribución. En el caso de los varones, el porcentaje más alto se evidencia en el nivel de depresión extremadamente severa (14.3 %). En contraste, las mujeres alcanzaron porcentajes más elevados tanto a nivel depresivo extremadamente severo (16.2 %) como en nivel depresivo severo (14.3 %), lo que indica una mayor proporción de casos con sintomatología grave.

Los resultados evidencian que las mujeres de la muestra presentan una mayor prevalencia de síntomas depresivos en comparación con los hombres. Este hallazgo sugiere que el género constituye un factor diferenciador en la expresión de la sintomatología depresiva en la población adolescente estudiada.

### **Tabla 5**

#### *Prevalencia de sintomatología depresiva según el sexo*

<b>Sexo</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Hombre</b>		
Sintomatología no significativa	10	9.5%
Leve	7	6.7%
Moderada	10	9.5%
Severa	5	4.8%
Extremadamente severa	15	14.3%
<b>Mujer</b>		
Sintomatología no significativa	9	8.6%
Leve	5	4.8%
Moderada	12	11.4%
Severa	15	14.3%
Extremadamente severa	17	16.2%

#### ***Correlación entre dificultades en la regulación emocional (DERS) y síntomas depresivos (DASS-21)***

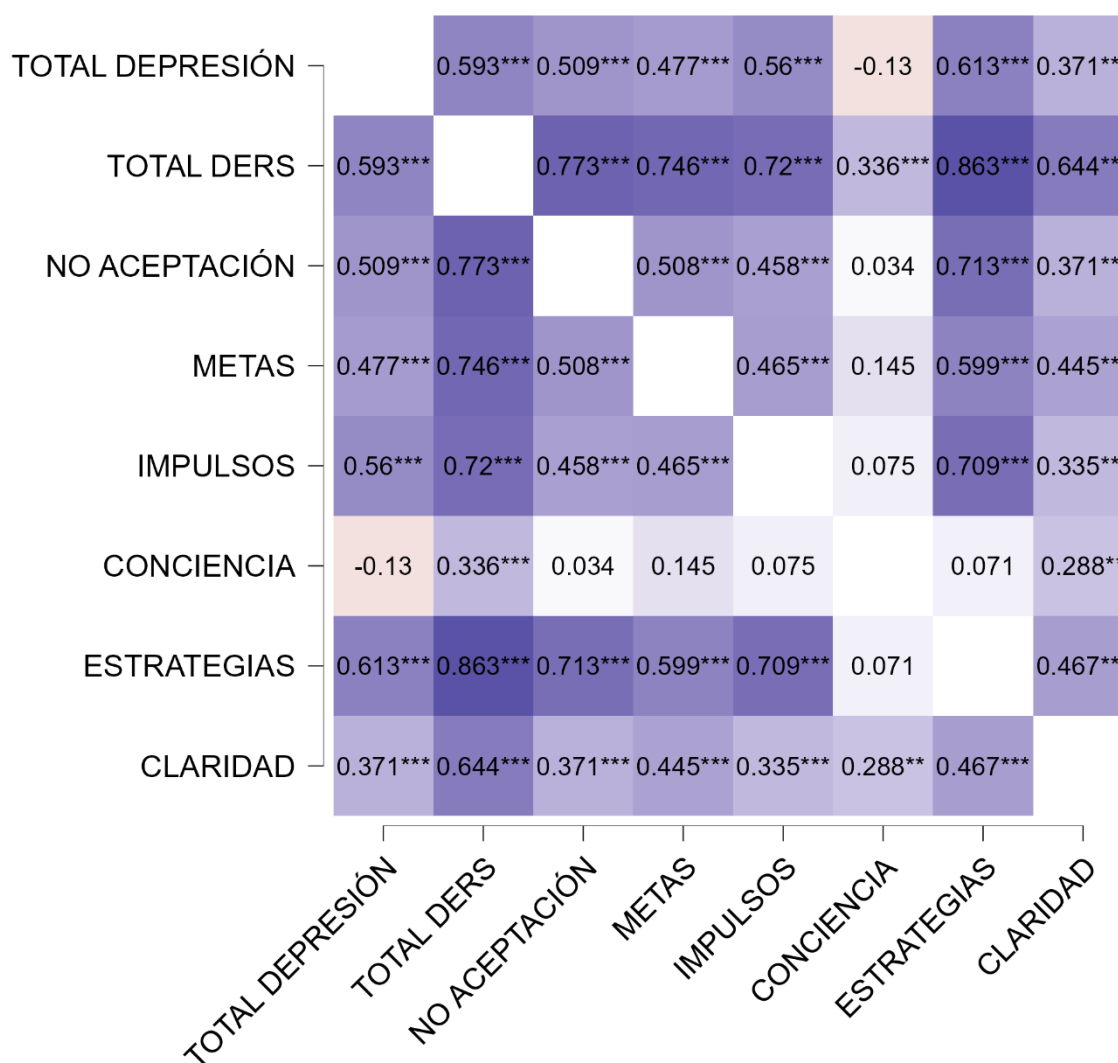
A continuación, se muestran los resultados del análisis de correlación entre las dificultades en la regulación emocional y la sintomatología depresiva en los estudiantes evaluados.

El mapa de calor de la Figura 1 muestra las correlaciones entre las variables evaluadas: síntomas depresivos (TOTAL DEPRESIÓN), dificultades en regulación emocional (TOTAL

DERS) y sus dimensiones (No aceptación, Metas, Impulsos, Conciencia, Estrategias y Claridad). Los valores oscuros representan correlaciones más fuertes y positivas, mientras que los valores claros indican correlaciones débiles o negativas.

**Figura 1**

*Mapa de calor de la correlación entre dificultades en la regulación emocional y síntomas depresivo*



**Nota:** Los colores representan la magnitud y dirección de la relación según el coeficiente de correlación de Spearman.

Se puede evidenciar que existe una correlación positiva moderada – fuerte entre TOTAL

DEPRESIÓN y TOTAL DERS ( $\rho = 0.593$ ,  $p < 0.001$ ), indicando que, a mayor sintomatología depresiva, mayores dificultades de regulación emocional.

En cuanto al análisis de las dimensiones DERS y DASS- 21, se observa que existe correlación positiva entre “no aceptación” y síntomas depresivos ( $\rho = 0.509$ ,  $p < 0.001$ ). Así mismo representan correlaciones positivas significativas “Metas” ( $\rho = 0.477$ ,  $p < 0.001$ ) e “Impulsos” ( $\rho = 0.560$ ,  $p < 0.001$ ), “Estrategias” ( $\rho = 0.613$ ,  $p < 0.001$ ) y “Claridad” ( $\rho = 0.371$ ,  $p < 0.001$ ).

De igual forma, el mapa evidencia las correlaciones más fuertes entre las dimensiones del DERS y la puntuación total del cuestionario, indicando que las dimensiones “Estrategias” ( $\rho = 0.863$ ,  $p < 0.001$ ) y “No aceptación” ( $\rho = 0.773$ ,  $p < 0.001$ ) presentan la relación más alta con la dificultad de regulación emocional.

Los resultados obtenidos permiten concluir que existe una correlación estadísticamente significativa entre las dificultades en la regulación emocional y los síntomas depresivos en los estudiantes del Colegio Manuel J. Calle de Cuenca.

## Discusión y Conclusiones

La investigación realizada tuvo como objetivo principal determinar la correlación entre las dificultades de regulación emocional y los síntomas depresivos en los estudiantes de Básica Superior y Bachillerato del Colegio Manuel J. Calle de Cuenca periodo escolar 2024-2025. El análisis de la prevalencia de dificultades en la regulación emocional según variables sociodemográficas evidenció patrones diferenciados en la muestra estudiantil. En particular, se observó que los adolescentes de mayor edad (15 a 17 años) presentaron un aumento progresivo en las dimensiones de no aceptación (7.6 %, 10.5 % y 7.6 %), estrategias (4.8%, 9.5% 5.7%) y claridad. Estos hallazgos difieren de un estudio realizado por Moya (2024), sobre las dificultades de regulación emocional en función de la edad, donde no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos de 17 y 18 años en las variables evaluadas. Si bien se observaron ligeras variaciones en las medias de dimensiones como claridad, conciencia, control, estrategias, metas, aceptación y en el puntaje total del DERS, los resultados del ANOVA ( $p < 0,05$ ) indican que estas diferencias carecen de relevancia estadística. En otro estudio, los datos reportados por Medrano y Trógolo (2014), muestran valores de correlación entre -0.11 y 0.17, indicando que la edad no se asocia directamente con las dificultades de regulación emocional en su muestra. Cabe destacar que, hasta la fecha, la literatura acerca de la prevalencia de dificultades de regulación emocional en función de rangos de edad concretos como se presenta en este estudio es escasa, lo que limita la posibilidad de comparación directa con investigaciones previas. Este hecho resalta la importancia de desarrollar estudios futuros

que profundicen en la relación entre edad y regulación emocional durante la adolescencia.

En relación con el sexo, los hallazgos de esta investigación indican que las mujeres presentan mayores dificultades en la regulación emocional, con un 12,4%, frente al 4,8% observado en los hombres. Estos resultados coinciden con los reportados por Lozada y Valencia (2024), quienes encontraron que las mujeres mostraban un 11,2% más de dificultades en regulación emocional que los hombres. Desde una perspectiva teórica, Caqueo et al. (2020) señalan que estas diferencias podrían explicarse por las distintas formas de expresión emocional entre hombres y mujeres, las cuales se ven influenciadas por las expectativas sociales de género.

En el análisis del DERS, la concentración más alta se observó en el nivel bajo tanto en la zona rural (32.4 %) como en la urbana (22.9 %); sin embargo, la proporción de estudiantes con dificultades en el nivel alto fue mayor en el área rural (10.5 %) que en la urbana (6.7 %). Actualmente, no se identifican estudios previos que permitan comparar estos resultados, lo que limita su contextualización en la literatura existente. Por tanto, los hallazgos de este estudio representan un registro inicial sobre la prevalencia de las dimensiones de dificultades en la regulación emocional según la ubicación geográfica en adolescentes.

Respecto al nivel económico, los resultados indican que los estudiantes con condiciones económicas medias presentan mayores dificultades en la regulación emocional. Por ejemplo, en la dimensión de no aceptación, el 39 % de los estudiantes de nivel medio se ubicó en el nivel alto. Este resultado difiere de lo reportado por Moya (2024), quien encontró que no existen diferencias significativas entre niveles socioeconómicos en el DERS ( $p > 0,05$ ), sugiriendo que, en su estudio, esta variable no se relaciona directamente con las dificultades de regulación emocional dentro de los rangos considerados. No obstante, Moya (2024) observó que, el nivel

socioeconómico medio mostraba puntajes ligeramente más altos, lo cual puede compararse con el 23,8 % de la muestra correspondiente a este estudio. Cabe destacar que, tras la revisión de la literatura, no se hallaron estudios previos que reporten resultados similares sobre la relación entre nivel económico y dificultades en la regulación emocional, lo que limita la discusión de estos hallazgos.

El objetivo 2 de esta investigación es establecer la prevalencia de síntomas de depresión en los estudiantes de Básica Superior y Bachillerato del Colegio Manuel J. Calle de Cuenca, de acuerdo a la variable de sexo. En los resultados obtenidos en la muestra, se observó una mayor prevalencia de dificultades en la regulación emocional en mujeres con el 30.5% (nivel severo y extremadamente severo). Esta relación se alinea con lo reportado en investigaciones previas, como la de Holmqvist et al. (2025), quienes manifiestan que, en su muestra, el 35% de las jóvenes evaluadas mostraron síntomas moderados a severos de depresión, además, manifiestan que las mujeres con mayores dificultades para regular sus emociones podrían ser más vulnerables a experimentar problemas interiorizados como exteriorizados. Teóricamente, esto se respalda según Caqueo et al. (2020), quien manifiesta que podría explicarse por el hecho de que la regulación emocional es una habilidad clave para enfrentar situaciones estresantes cotidianas; cuando está deteriorada, las mujeres presentan mayor vulnerabilidad ante estados emocionales negativos, lo que puede facilitar el desarrollo de sintomatología depresiva. Otro aspecto a considerar en el estudio de St-Amour (2024), es que se evidenció una mayor influencia emocional en las mujeres, particularmente en lo referente al uso de estrategias y la impulsividad. Lo que coincide con el presente estudio, observándose una tendencia similar: las mujeres presentaron mayores dificultades tanto en estrategias (18.1% en nivel alto frente al 10.5% de los hombres) como en impulsividad (24.8% en nivel medio y 7.6% en alto). Esto

sugiere que, al igual que en la investigación de St-Amour, las mujeres muestran una mayor afectación en estas áreas específicas de la regulación emocional.

En cuanto al objetivo 3 que es analizar la correlación entre las variables cuantitativas de las dificultades entre la regulación emocional y síntomas depresivos en los estudiantes del colegio Manuel J. Calle de Cuenca. Mediante la recolección y análisis de datos, se obtuvo una correlación positiva moderada-fuerte entre ambas variables, con un coeficiente de correlación de Spearman de  $\rho = 0.593$ . Esto significa que la sintomatología depresiva se asocia directamente con las dificultades de regulación emocional. Estos hallazgos coinciden con investigaciones anteriores, como la de Valencia y Christian (2022), quienes mostrando una correlación significativa de  $r = 0.53$  entre estas variables. Esto evidencia que, tal como en los estudios previos, las dificultades en la regulación emocional son un factor clave para comprender las variaciones en los síntomas depresivos en adolescentes. Teóricamente, según Suárez (2018), el desafío principal de la regulación emocional en adolescentes radica en que suele orientarse a afrontar de manera inmediata situaciones adversas. En este sentido, no se trata únicamente de que utilicen estrategias inadecuadas, sino que, en ocasiones, aquellas que resultan más efectivas para alcanzar un alivio emocional momentáneo y pueden incrementar la vulnerabilidad frente a dificultades emocionales a largo plazo. Por ello, la relación entre regulación emocional y psicopatología se hace evidente al reconocer que la desregulación no solo está en la base de patología depresiva, sino que también permite comprender los procesos que conducen a la aparición de estos y sus manifestaciones en población clínica. Los resultados de esta investigación reafirman que, la desregulación emocional actúa como un factor de vulnerabilidad para la aparición de síntomas depresivos en adolescentes. En este sentido, se recomienda el diseño e implementación de programas psicoeducativos orientados al

fortalecimiento de la autorregulación emocional como medida preventiva ante posibles trastornos afectivos de los estudiantes.

En conjunto, los hallazgos obtenidos refuerzan la hipótesis inicial y coinciden con múltiples investigaciones expuestas que destacan el papel central de la regulación emocional en el bienestar psicológico de los adolescentes. Comprender cómo los factores contextuales como: el entorno escolar, las relaciones familiares y demás factores culturales, facilitan o dificultan la capacidad de los adolescentes para gestionar sus emociones, resulta esencial para el diseño de estrategias de prevención.

Entre las limitaciones del estudio se encuentra la autoadministración de instrumentos puesto que, es posible que algunos participantes hayan respondido de manera condicionada por factores personales o contextuales, lo cual podría introducir cierto sesgo en las respuestas, como la tendencia a responder de forma socialmente aceptable. Además, el muestreo utilizado es no probabilístico, por lo que los resultados no pueden generalizarse a toda la población. Una proyección prospectiva, se recomienda para futuras investigaciones incluir otras variables de estudio como el apoyo social y los estilos de socialización parental, dado su posible impacto en el bienestar emocional de los adolescentes.

Los resultados obtenidos en la presente investigación poseen diversas implicaciones prácticas orientadas al ámbito preventivo y clínico. En primer lugar, la correlación positiva entre las dificultades de regulación emocional y los síntomas depresivos resalta la necesidad de implementar programas psicoeducativos para adolescentes. Estos programas deberían enfocarse en fortalecer las habilidades de autorregulación emocional, mediante el entrenamiento en estrategias de afrontamiento adaptativas, la identificación y expresión

adecuada de emociones en los adolescentes. En segundo lugar, la mayor prevalencia de dificultades en la regulación emocional y síntomas depresivos en mujeres sugiere el desarrollo de estrategias de intervenciones con perspectiva de género, que atiendan las particularidades emocionales. Finalmente, en el ámbito clínico, los hallazgos sugieren que la evaluación de la regulación emocional debe ser considerada como una de las valoraciones psicológicas primordial en adolescentes. Esto permitiría orientar intervenciones preventivas y terapéuticas ajustadas a las necesidades emocionales de la población, reduciendo el riesgo de aparición de sintomatología depresiva.

Para concluir, se determina que este estudio tiene una correlación positiva y significativa entre las dificultades en la regulación emocional y los síntomas depresivos en estudiantes de Básica Superior y Bachillerato periodo escolar 2024-2025, confirmando la hipótesis planteada. Específicamente, se halló una correlación moderada – fuerte lo que indica que, a mayor sintomatología depresiva, mayores son las dificultades para regular las emociones.

En cuanto a los objetivos específicos, se observaron diferencias significativas por sexo, siendo las mujeres quienes reportaron mayor prevalencia de dificultades en la regulación emocional. Estos hallazgos subrayan la importancia de comprender cómo los factores emocionales influyen en el bienestar psicológico de los adolescentes.

## Referencias

- Aizcorbe, G., & Gallo, M. (2024). Regulación emocional y riesgo de autolesión en adolescentes. *Vertex Revista Argentina de Psiquiatría*, 35(165), 33–41. <https://doi.org/10.53680/vertex.v35i165.658>
- Aldao, A., Nolen, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 217–237. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>
- Antúnez, Z., & Vinet, E. (2012). Escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21): Validación de la versión abreviada en estudiantes universitarios chilenos. *Terapia Psicológica*, 30(3), 49–55. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082012000300005>
- Bohórquez, D., Gómez, D., Bernal, M., Iriarte, S., Ramírez, V., & Riveros, F. (2023). Escala de dificultades de regulación emocional (DERS): Evidencia de validez y fiabilidad en muestras colombianas. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 28(2), 129–138. <https://doi.org/10.5944/rppc.36318>
- Bolívar, M., Ríos, S., & Avendaño, B. (2022). Regulación emocional en adolescentes: Importancia e influencia del contexto. *Apuntes de Bioética*, 5(2), 131–145. <https://revistas.usat.edu.pe/index.php/apuntes/article/view/796/1561>
- Caqueo, A., Mena, P., Flores, J., Narea, M., & Irrarrázaval, M. (2020). Emotional regulation problems and mental health in adolescents in northern Chile. *Terapia Psicológica*, 38(2), 203–222. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082020000200203>
- Casares, M., Díez, A., Pérez, A., & Fonseca, E. (2024). Anxiety and depression in educational settings: Prevalence, assessment, and impact on psychological adjustment. *Revista de Psicodidáctica*. <https://doi.org/10.1016/j.psicoe.2023.12.003>
- Compas, E., Jaser, S., Bettis, H., Watson, H., Gruhn, A., Dunbar, P., & Thigpen, C. (2017).

- Coping, emotion regulation, and psychopathology in childhood and adolescence: A meta-analysis and narrative review. *Psychological Bulletin*, 143(9), 939–991. <https://doi.org/10.1037/bul0000110>
- Corea, M. (2021). La depresión y su impacto en la salud pública. *Revista Médica Hondureña*, 89, 46–52. <https://doi.org/10.5377/rmh.v89iSupl.1.12047>
- Cuadra, A., Veloso, C., Vega, G., & Zepeda, A. (2021). Ideación suicida y relación con la salud mental en adolescentes escolarizados no consultantes. *Interciencia*, 46(5), 217–223. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33967916006>
- D’Augerot, M., Bayo, M., González, R., & Bakker, L. (2018). Estrategias cognitivas de regulación emocional adaptativas y desadaptativas en adolescentes argentinos: Diferencias según sexo. *Anuario de Investigaciones*, 413–421. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=369162253049>
- Del Casale, A., Zocchi, C., Kotzalidis, G., Fiaschè, F., & Girardi, P. (2021). Prevention of depression in children, adolescents, and young adults: The role of teachers and parents. *Psychiatry International*, 2(3), 353–364. <https://doi.org/10.3390/psychiatryint2030027>
- Doménech, P., Tur, A., & Mestre, V. (2024). Emotion regulation and self-efficacy: The mediating role of emotional stability and extraversion in adolescence. *Behavioral Sciences*, 14(3), 206. <https://doi.org/10.3390/bs14030206>
- Dwight, A., Briesch, A., Hoffman, J., & Rutt, C. (2024). Dependability and usability of the DASS-21 as a progress-monitoring tool for youth. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 42(4), 453–466. <https://doi.org/10.1177/07342829241227758>
- García, R., Escobedo, P., Echeverría, S., & Sotelo, T. (2024). Bienestar subjetivo, regulación emocional, ansiedad, depresión y estrés en estudiantes de preparatoria: Estudio predictivo.

- Gómez, M. (2025). *Regulación emocional y salud mental en estudiantes de medicina y enfermería de la provincia de Tungurahua* [Tesis, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio PUCE. <https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/ec8a05cd-5d38-44cd-8caa-af613a5440d8/content>
- Gratz, K., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Gross, J. (2014). *Handbook of emotion regulation*. Guilford.
- Gross, J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Han, J., Chun, J., Kim, J., Ju, H., Jin, B., Jeong, J., & Hun, D. (2024). Emotion regulation from a virtue perspective. *BMC Psychology*, 12(11). <https://bmcp psychology.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40359-023-01490-y#author-information>
- Helland, S., Mellblom, A. V., Kjøbli, J., Wentzel, T., Espenes, K., Engell, T., & Kirkøen, B. (2022). Elements in mental health interventions associated with effects on emotion regulation in adolescents: A meta-analysis. *Administration and Policy in Mental Health*, 49(6), 1004–1018. <https://doi.org/10.1007/s10488-022-01213-2>
- Hervás, G. (2011). Psychopathology of emotional regulation: The role of emotional deficits in clinical disorders. *Behavioral Psychology*, 19(2), 347–372. [http://webprueba2.quned.es/archivos\\_publicos/webex\\_actividades/5413/psicopatologia/adelaregulacionemocionalelpapelde losdeficitemocionales.pdf](http://webprueba2.quned.es/archivos_publicos/webex_actividades/5413/psicopatologia/adelaregulacionemocionalelpapelde losdeficitemocionales.pdf)

- Hervás, G., & Jódar, R. (2008). Adaptación al castellano de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional. *Clínica y Salud*, 19(2), 139–156. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1130-52742008000200001](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-52742008000200001)
- Holmqvist, K., Aspeqvist, E., Falkenström, F., Andersson, G., Goran, C., & Zetterqvist, M. (2025). Assessing emotion regulation difficulties in adolescents: Validation and clinical utility of the difficulties in emotion regulation scale, 16-item. *BMC Psychologist*, 12(237), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02540-3>
- Jarrín, G., & Moreta, R. (2021). El estrés, dificultades de regulación emocional y adaptación escolar en adolescentes aspirantes a la educación superior en Ecuador. *Revista Científica Retos*, 11(22), 167–180. <https://doi.org/10.17163/ret.n22.2021.13>
- Larsson, K., Aspeqvist, E., Falkenström, F., Gerhard, A., Göran, C., & Zetterqvist, M. (2025). Evaluación de las dificultades de regulación emocional en adolescentes: Validación y utilidad clínica de la escala de dificultades en la regulación emocional, 16 ítems. *BMC Psychology*, 13(237). <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02540-3>
- Lasa, A., Begoña, F., Holgado, F., Amor, P., & Domínguez, F. (2019). Profiles of cognitive emotion regulation and their association with emotional traits. *Clínica y Salud*, 30, 33–39. <https://doi.org/10.5093/clysa2019a6>
- Lozada, A., & Valencia, C. (2024). Desregulación emocional y su relación con la autoeficacia en adolescentes. *Tesla Revista Científica*, 4(1). <https://doi.org/10.55204/trc.v4i1.e262>
- Luo, J., Xian, G., Yao, C., Jin, J., Zhao, J., Song, X., & Gong, J. (2025). Further validating of the Depression Anxiety Stress Scales-21 (DASS-21) in Chinese adolescents: Factor structure and measurement invariance. *BMC Public Health*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-025-23287-x>
- March, S., Díaz, L., Genari, P., & Damián, D. (2023). Dificultades en la regulación de las

- emociones y motivos de afrontamiento y mejora: Factores predictivos del consumo de alcohol entre estudiantes de último año de secundaria. *Revista de Psicología (Santiago)*, 32(2), 31–43. <https://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2023.70120>
- Marín, M., Robles, R., González, C., & Andrade, P. (2012). Propiedades psicométricas de la escala "Dificultades en la Regulación Emocional" en español (DERS-E) para adolescentes mexicanos. *Salud Mental*, 35(6), 521–526. [https://revistasaludmental.gob.mx/index.php/salud\\_mental/article/view/1510/1508](https://revistasaludmental.gob.mx/index.php/salud_mental/article/view/1510/1508)
- Marquina, J., & Tenempaguay, E. (2024). *Prevalencia y factores asociados a la depresión y ansiedad en niños(as) de 8 a 12 años*. [Tesis, Universidad Católica de Cuenca]. <https://dspace.ucacue.edu.ec/server/api/core/bitstreams/87999286-69ee-46c2-aa4b-24b3fda8dfc3/content>
- Medrano, A., & Trógolo, M. (2014). Validación de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional en la población universitaria de Córdoba, Argentina. *Universitas Psychologica*, 13(4), 1345–1356. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-4.vedr>
- Mellor, D., Vinet, E., Xu, X., Hidayah, N., Richardson, B., & Román, F. (2025). Invariancia factorial de la DASS-21 entre adolescentes de cuatro países. *Revista Europea de Evaluación Psicológica*, 31(2). <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000218>
- Mikulic, I. (2021). Perfiles de regulación emocional y su asociación con la ansiedad y la depresión. *Anuario de Investigaciones*, 28(1), 43-50. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=369170422004>
- Moreta, R., Vaca, D., Rodríguez, A., Salinas, A., Moya, A., López, C., & Jaimes, F. (2024). Psychometric properties of the 16-item Difficulties in Emotional Regulation Scale (DERS-16) in Ecuadorian teenagers. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 11(3), 48-56.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9655338>

Moya, I. (2024). Dificultades de regulación emocional en estudiantes de nivelación. *Erevna: Research Reports*, 2(1), 1–15. <https://doi.org/10.70171/sktq6112>

Muñoz, A., Vargas, M., & Hoyos, J. (2016). Escala de dificultades en regulación emocional (DERS): Análisis factorial en una muestra colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 19(1), 237–248. <https://doi.org/10.14718/ACP.2016.19.1.10>

Naumova, K. (2022). Dimensionality and reliability of the Depression Anxiety Stress Scales 21 among adolescents in North Macedonia. *Frontiers in Psychology*, 13(1007594), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1007594>

Organización Mundial de la Salud. (2021). Salud mental del adolescente. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Organización Mundial de la Salud. (2023). Depresión. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>

Pérez, Y., & Guerra, V. (2014). La regulación emocional y su implicación en la salud del adolescente. *Revista Cubana de Pediatría*, 86(3), 368–375. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-75312014000300011&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75312014000300011&lng=es&tlng=es)

Ponce, A., & Caguana, L. (2023). Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios [Repositorio]. Repositorio Universidad Técnica de Ambato. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/38584>

Red Wamprakunapak Yuyaykuna, World Vision Ecuador & Ministerio de Educación. (2023). *Segunda Encuesta Nacional: “Tu voz, tus derechos”*. Salud mental de niñas, niños, adolescentes y jóvenes. <https://2623910.fs1.hubspotusercontent-na1.net/hubfs/2623910/Ecuador/Descargables/TuVozTusDerechos->

[Digital%20\(1\).pdf](#)

Reivan, G. (2019). Validity and reliability of the Difficulties in Emotional Regulation Scale (DERS) in the Ecuadorian population. *XVI European Congress of Psychology*.

Reivan, G., Rodas, P., & Reivan, P. (2020). Versión breve de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS): Evidencia de validez en población ecuatoriana. *Revista Internacional de Investigación Psicológica*, 13(2), 14–24.

<https://doi.org/10.21500/20112084.4325>

Román, F., Vinet, E. V., & Alarcón, M. (2014). Escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21): Adaptación y propiedades psicométricas en estudiantes secundarios de Temuco. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 2, 179–190.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281943265009>

Salarichine, P., & Mehrabifar, F. (2021). Effect of difficulty in emotional regulation on the quality of school life of high school girl students, Kerman, Iran. *International Journal of Pediatrics*, 9(3), 13297–13307. <https://doi.org/10.22038/ijp.2021.55273.4357>

Sánchez, M., Elizalde, M., & Salcido, L. (2022). Regulación emocional como factor protector de conductas suicidas. *Psicología y Salud*, 34(2), 5-16.

<https://doi.org/10.25009/pys.v32i1.2710>

Santiardi, F., Pandia, V., Fitriana, E., Afriandi, I., Purba, F., Ichsan, A., & Engellia, R. (2024). Validity and reliability of the difficulties in emotion regulation scale short form in Indonesian non-clinical population. *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1–12.

<https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1380354>

Schoeps, K. (2022). Impacto de la regulación emocional y los síntomas emocionales sobre el bienestar en la adolescencia. *Know and Share Psychology*, 3(3), 119–140.

<https://doi.org/10.25115/kasp.v3i3.7060>

- Sousa, R., Linharelhos, M., Da Silva, D., & Rijo, D. (2023). The difficulties in emotion regulation scale: Dimensionality, measurement invariance, and physiological correlates in community adolescents. *Journal of Clinical Psychology, 79*(10), 2351–2363. <https://doi.org/10.1002/jclp.23553>
- St-Amour, S. (2024). L'activité physique et la régulation émotionnelle chez les adultes présentant un trouble de la personnalité limite [Tesis, Université du Québec à Montréal]. <https://archipel.uqam.ca/17959/1/D4676.pdf>
- Suárez, 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). Barranquilla, Colombia: Ediciones CUR.
- Szabo, M., & Lovibond, P. (2022). Development and psychometric properties of the DASS-Youth (DASS-Y): An extension of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) to adolescents and children. *Frontiers in Psychology, 13*(766890), 1–16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.766890>
- Valdés, K., Santana, M., Reynoso, O., De Luna, L., & Grapain, J. (2024). Revisión de las propiedades métricas de la Escala de Desregulación Emocional en adolescentes mexicanos. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento, 15*(1), 26–35. <https://doi.org/10.29059/rpcc.20240601-170>
- Valencia, J., & Christian, F. (2022). The relationship between neuroticism, emotion regulation, and academic stress with depression symptoms in Indonesian medical student. *Open-Access Macedonian Journal of Medical Sciences, 10*(E), 233–237. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.8322>
- Valle, V. (2021). Impacto del ciberbullying en la depresión de estudiantes universitarios del distrito de Lima. *Revista de Divulgación Científica de la Universidad Alas Peruanas,*

8(3), 233–237. <http://dx.doi.org/10.21503/hamu.v8i3.2325>

Vargas, S. (2021). Factores que inciden en la depresión en estudiantes universitarios: Una revisión sistemática. *Conrado*, 17(82), 387–394.

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S199086442021000500387&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S199086442021000500387&lng=es&tlng=es)

Yap, K., Mogan, C., Moriarty, A., Dowling, N., Blair, S., Gelgec, C., & Moulding, R. (2017).

Dificultades para regular las emociones en el trastorno obsesivo-compulsivo. *Journal of Clinical Psychology*, 1–15. <https://doi.org/10.1002/jclp.22553>

Zhao, J., Luo, J., Xian, G., Yao, C., Song, X., & Gong, J. (2025). Further validating of the Depression Anxiety Stress Scales-21 (DASS-21) in Chinese adolescents: Factor structure and measurement invariance. *BMC Public Health*, 25(2073), 1–12.

<https://doi.org/10.1186/s12889-025-23287-x>

Zimmermann, P., & Iwanski, A. (2014). Emotion regulation from early adolescence to emerging adulthood and middle adulthood: Age differences, gender differences, and emotion-specific developmental variations. *International Journal of Behavioral Development*, 38(2), 182–194. <https://doi.org/10.1177/0165025413515405>



Universidad  
Católica  
de Cuenca

## AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

**Ely Estephanía Ordoñez Alvarado** portadora de la cédula de ciudadanía N° **0705580439**. En calidad de autora y titular de los derechos patrimoniales del trabajo de titulación **“Relación entre las dificultades en la regulación emocional y síntomas de depresión en estudiantes de Básica Superior y Bachillerato del Colegio Manuel J. Calle 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, **17 de octubre de 2025**

F: .....

**Ely Estephanía Ordoñez Alvarado**

C.I. 0705580439