

## Estrategias de regulación emocional cognitiva: diferencias de género en Ecuador

### Cognitive Emotional Regulation Strategies: Gender Differences in Ecuador

Paula Alvarado-Zurita<sup>a</sup>, Jose A. Rodas<sup>a, b,\*</sup>

<sup>a</sup> Facultad de Ciencias Psicológicas, Universidad de Guayaquil, Ecuador

<sup>b</sup> School of Psychology, University College Dublin, Ireland

Recibido: 31 de agosto de 2023

Aceptado: 15 de enero de 2024

#### Resumen

**Antecedentes:** el uso de diversas estrategias de regulación emocional influye en la respuesta del individuo ante situaciones adversas y ha sido considerado un componente transdiagnóstico en diversos trastornos. **Objetivo:** evaluar las diferencias de género en el uso de estrategias de regulación emocional cognitivas. **Método:** estudio comparativo que contrasta el uso de diversas estrategias cognitivas de regulación emocional entre hombres y mujeres en tres muestras ecuatorianas diferentes. Para ello, se utilizó el cuestionario de regulación emocional cognitiva que evalúa nueve estrategias de regulación emocional cognitivas. La primera muestra incluyó 618 participantes sin antecedentes psiquiátricos evaluados durante un periodo de gran estrés (el primer confinamiento por el COVID-19); el segundo estudio lo componen 222 jugadores de azar; y el último, involucró 60 pacientes con insuficiencia renal crónica. **Resultados:** los resultados en el primer y tercer estudio revelaron diferencias significativas en el uso de estrategias como rumiación (mayor en las mujeres) y autocolpa (mayor en los hombres) e indicaron un tamaño del efecto de pequeño a grande (.21 a .79). En contraparte, el estudio 2 no reportó ni diferencias significativas. **Conclusión:** estos hallazgos sugieren la existencia de diferencias de género relativamente estables en el uso de estrategias de regulación emocional que podrían tener un impacto mediador en otras diferencias de género, como prevalencia de psicopatología.

**Palabras clave:** regulación emocional, diferencias de género, CERQ, cognición, rumiación.

#### Abstract

**Background:** The use of various emotional regulation strategies influences the individual's response to adverse situations and has been considered a transdiagnostic component in various disorders. **Objective:** Evaluate gender differences in the use of cognitive emotional regulation strategies. **Method:** Comparative study that contrasts the use of various cognitive strategies for emotional regulation between men and women in three different Ecuadorian samples is contrasted. For this, the Cognitive Emotional Regulation Questionnaire was used, which evaluates nine cognitive emotional regulation strategies. The first sample included 618 participants with no psychiatric history evaluated during a period of great distress (the first confinement due to COVID-19), the second study included 222 regular and problem gamblers and the last one involved 60 patients with chronic kidney disease. **Results:** The results revealed significant differences in the use of rumination strategies (higher in women) and self-blame (higher in men) in the first and third study. and indicated an effect size ranging from small to large (.21 to .79). In contrast, Study 2 did not report any significant differences. **Conclusion:** These findings suggest the existence of relatively stable gender differences in the use of emotion regulation strategies that could have a mediating impact on other gender differences, such as the prevalence of psychopathology.

**Keywords:** Emotional regulation, gender differences, CERQ, cognition, rumination.

Para citar este artículo:

Alvarado-Zurita, P., & Rodas, J. A. (2024). Estrategias de regulación emocional cognitiva: diferencias de género en Ecuador. *Liberabit*, 30(1), e727. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2024.v30n1.727>

Este es un artículo Open Access publicado bajo la licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional. (CC-BY 4.0) © Los autores



\* jose.rodasp@ug.edu.ec

## Introducción

La regulación emocional es el control que los individuos tienen sobre qué emociones sienten, cuándo las sienten y cómo las expresan, permitiendo que se adapten de forma efectiva y funcional en situaciones de estrés (Gross, 2015; Moreta-Herrera et al., 2022). La regulación emocional proporciona al sujeto la capacidad de influir en sus emociones y gestionar mejor sus reacciones y comportamientos, resultando en un desenvolvimiento cotidiano exitoso. Este proceso puede ser habitual, dirigido o automático e implicar cambios en la intensidad, duración y calidad de la respuesta emocional (McRae et al., 2008). Por ejemplo, una persona puede tratar de reducir la intensidad que le provoca una emoción negativa, usando técnicas como la meditación o la respiración profunda.

Por esto, Garnefski y otros investigadores (2001) destacaron la importancia de la cognición en la regulación emocional, después de todo, algunos

procesos complejos como la memoria de trabajo (Repovš & Baddeley, 2006) están implicados en los procesos regulatorios del comportamiento (Saeteros & Rodas, 2021). Las estrategias de regulación emocional cognitiva no han sido estudiadas de forma independiente, lo que resulta en una falta de información sobre cómo los procesos cognitivos regulan las emociones. En respuesta, Garnefski y otros investigadores (2001) identificaron nueve estrategias cognitivas que se pueden utilizar para regular las emociones (ver Tabla 1). Estas estrategias están estrechamente relacionadas con los procesos cognitivos que permiten al individuo regular sus emociones o sentimientos durante o después de eventos disruptivos. Un ejemplo de ello lo podemos encontrar en una situación adversa donde la estrategia de regulación que se utiliza puede ser autoculparse, culpar a otros o enfocarse excesivamente en nuestros pensamientos mediante la rumiación (Garnefski et al., 2002; Garnefski & Kraaij, 2007).

**Tabla 1**

*Descripción resumida de las estrategias cognitivas de regulación emocional según el modelo de Garnefski, Kraaij y Spinhoven (2001)*

Estrategia	Descripción
Autoculparse	Culparse a uno mismo por experiencias o acciones que se han tomado.
Culpar a otros	Culpar a otros por experiencias o acciones que se han tomado.
Aceptación	Aceptar las experiencias y resignarse a ellas.
Refocalización en los planes	Enfrentar problemas de forma planificada.
Refocalización positiva	Pensar en experiencias positivas en vez del evento negativo
Reinterpretación positiva	Reinterpretar un evento negativo desde una perspectiva favorable
Rumiación	Pensar repetitivamente en un evento.
Poner en perspectiva	Minimizar la seriedad de un evento en relación con otros eventos.
Catastrofizar	Centrarse en lo negativo del evento.

Adicionalmente, Holgado-Tello y otros investigadores (2018) mencionan que las nueve estrategias de regulación emocional del cuestionario de regulación emocional cognitiva (CERQ) pueden ser separadas en dos grupos: las adaptativas (aceptación, refocalización en los planes,

reinterpretación positiva, poner en perspectiva y refocalización positiva) y las menos adaptativas (autoculparse, rumiación, catastrofizar y culpar a otros); donde el uso de estrategias menos adaptativas indican la presencia de sintomatología psicopatológica. Esta clasificación puede servir como un modelo

predictor de respuestas emocionales en determinadas situaciones.

Sin embargo, aunque la regulación emocional a través de cogniciones y la capacidad de pensamiento avanzado es universal, existen diferencias individuales que intervienen en la cantidad de actividad cognitiva y en el tipo de pensamientos que las personas utilizan para regular sus emociones frente a experiencias de vida, situaciones y eventos estresantes (Garnefski & Kraaij, 2016). Entre estas diferencias individuales se encuentran las diferencias de género.

Las diferencias de género en la regulación emocional han sido exploradas en estudios realizados en su mayoría en Estados Unidos y Europa (Aldao & Nolen-Hoeksema, 2010; Garnefski et al., 2002; Johnson & Whisman, 2013; Nolen-Hoeksema, 2012), donde los resultados indican que las mujeres tienden a rumiar frente a situaciones estresantes (Broderick & Korteland, 2002; Hampel & Petermann, 2005; Tamres et al., 2002). No obstante, en el contexto latinoamericano se sabe poco sobre las diferencias de género en la regulación emocional cognitiva; por lo tanto, es importante investigar si estas diferencias de género en el uso de estrategias de regulación emocional se presentan también en población latinoamericana.

El estudio de las diferencias de género en Latinoamérica es relativamente escaso, lo que resulta curioso, sobre todo considerando que los problemas en la regulación emocional son transversales a gran parte de los trastornos psicológicos (Beauchaine & Cicchetti, 2019; Johnson & Whisman, 2013). Comprender a profundidad cómo hombres y mujeres procesan las emociones y las regulan brindará indicadores para identificar patrones y tendencias para comprender las dinámicas de género tanto para la investigación como para la práctica clínica.

Entre los estudios realizados en Latinoamérica sobre regulación emocional se obtuvieron resultados en los que se identificó diferencias de género en la dificultad de regulación emocional con mayor presencia

en mujeres (Caqueo-Urizar et., 2020; Zumba-Tello & Moreta-Herrera, 2018). Sin embargo, estas investigaciones no se centraron en las estrategias de regulación emocional, por lo que se propone investigar el uso de estrategias de regulación emocional con un instrumento que evalúe específicamente su uso, como el CERQ. Esto se ha realizado en estudios como los de Del Valle et al. (2021) y Canedo et al. (2019) que utilizaron la adaptación de Medrano y otros (2013) del CERQ. Lamentablemente, ninguno de estos autores evaluó estadísticamente la diferencia en el uso de estrategias entre hombres y mujeres, que es el objetivo de este trabajo.

Para cumplir con el objetivo, se analizaron los resultados de tres estudios que evaluaron las estrategias cognitivas en diferentes poblaciones que tenían en común una situación de estrés o adversidad que requería del uso de estrategias de regulación emocional. Nuestro interés por seleccionar a muestras en situación de estrés o vulnerabilidad psicológica se debe a que las circunstancias podrían exacerbar el uso de estrategias, por lo que diferencias de género pueden ser más visibles al estar más presentes y ser más recientes. Es decir, los cuestionarios permitirían evaluar no solo situaciones hipotéticas o del pasado, sino situaciones muy recientes en las que el uso de estrategias resulta vital para el funcionamiento diario. Desde esta perspectiva, proponemos tres muestras con distintas peculiaridades y exigencias en el manejo de emociones. La primera muestra corresponde a participantes durante los primeros meses de la pandemia en Ecuador, una situación de gran temor por la salud y de la implementación de estrictas medidas de bioseguridad. Esta población ha demostrado reportar niveles de ansiedad y depresión clínicamente considerables (Rodas et al, 2021, 2022). La segunda muestra corresponde a apostadores, tanto habituales como con problemas de juego que se encuentran internados por tratamiento a problemas de adicción. La tercera muestra está constituida por pacientes en tratamiento de hemodiálisis por insuficiencia renal, quienes pasan por distintos

procesos médicos que afectan su salud física y mental.

Como se mencionó, investigaciones anteriores señalan diferencias de género en la regulación emocional (Martin & Dahlen, 2005; Zumba-Tello & Moreta-Herrera, 2022), sobre todo con un mayor uso de la estrategia rumiación en las mujeres. Por esto esperamos encontrar diferencias de género en las muestras correspondientes al estudio 1 y 3, que tienen en común una situación de estrés y que cambió su ritmo de vida. Por otra parte, en relación con el estudio 2, consideramos que podrían no encontrarse diferencias de género, ya que estudios anteriores que han aplicado instrumentos de regulación emocional a una muestra de jugadores de azar no han reportado diferencias de género significativas (Navas et al., 2016; Potthoff et al., 2016; Williams et al., 2012).

## Método

A continuación, presentaremos aspectos del diseño específico de cada uno de los tres estudios por separado. Los aspectos específicos de cada estudio se refieren a los participantes, instrumentos y procedimiento. Una vez descrito cada estudio, presentamos una descripción del diseño y del plan de análisis utilizados por igual en los tres estudios.

## Estudio 1

### Participantes

En el estudio participaron 618 personas (224 hombres, 387 mujeres y 7 no especificaron su género) de 18 a 75 años ( $M = 29.85$ ,  $DE = 11.186$ ). De los encuestados, 402 indicaron ser solteros, mientras que el resto de la muestra indicó que estaba casado, comprometido o viviendo en pareja. Además, del total de participantes, 348 indicaron estar laborando ya sea de manera formal o informal, mientras que el resto se encontraba desempleado. No se ofreció ningún tipo de compensación por participar. En Rodas et al. (2021, 2022) se encuentra información más detallada de la muestra en la que se incluyen a participantes de

diversos países de América y Europa. Para este estudio, solo se utilizó el segmento de la muestra conformado por ecuatorianos.

Todo el procedimiento aplicado al presente estudio se realizó siguiendo los estándares de la declaración de Helsinki (1964) incluidas sus enmiendas posteriores (Rodas et al., 2022). El estudio contó con la aprobación del Comité de Ética de Psicólogos Clínicos de Tungurahua.

## Instrumentos

Los participantes completaron cuatro instrumentos, de los cuales dos fueron seleccionados para este estudio.

**Cuestionario sociodemográfico.** Recoge información relacionada a las características personales de cada participante. Entre los datos recogidos se encuentra también información como actividades que realizan, medios que utilizan para enterarse de las noticias, enfermedades físicas o psicológicas preexistentes. Aunque esta información no está descrita en el presente trabajo, se la puede encontrar en Rodas et al. (2021).

**Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ; Garnefski et al., 2001).** En su versión en español, el cuestionario de regulación emocional cognitiva (Holgado-Tello et al., 2018) se compone por 27 ítems con opción de respuesta tipo Likert (5 = *siempre*, 1 = *nunca*), agrupadas en nueve subescalas con 3 ítems cada una: autoculparse, aceptación, rumiación, catastrofizar, culpar a otros, refocalización positiva, refocalización en los planes, reinterpretación positiva y poner en perspectiva. El instrumento ha mostrado una consistencia interna en un rango entre .72 y .88 (Carvajal et al., 2021; Rodas et al., 2022). Aunque las propiedades psicométricas de este instrumento no han sido estudiadas a fondo en población ecuatoriana, el estudio de Rodas y otros (2022) encontró una adecuada consistencia interna de las subescalas y una estructura interna correspondiente a las 9 dimensiones del instrumento.

## Procedimiento

La recolección de datos inició el 26 marzo del 2020 y terminó el 1 junio del 2020, fue promocionada en redes sociales como una investigación sobre los efectos psicológicos de las medidas de confinamiento tomadas por el Gobierno. Los participantes llenaron el cuestionario en línea, de forma anónima y completaron un consentimiento informado antes de iniciar, también se alentó a que los participantes compartan la información del estudio para que otros puedan participar, lo que puede explicar la participación de personas fuera de Ecuador.

## Estudio 2

### Participantes

La muestra se compone por 222 participantes, 142 hombres y 80 mujeres ( $M = 32.38$ ,  $DE = 13.11$ ). Esta muestra se divide en tres grupos: 26 jugadores patológicos ( $M = 25.41$ ,  $DE = 8.34$ ), 26 personas que no suelen apostar ( $M = 25.41$ ,  $DE = 7.85$ ) y 170 jugadores no patológicos regulares ( $M = 34.37$ ,  $DE = 13.7$ ). Para ser considerados jugadores patológicos, los participantes tenían que obtener una puntuación de 4 o más en el cuestionario South Oaks Gambling Screen (SOGS, versión en español), mientras que se consideraba jugadores no patológicos regulares a aquellos que informaban apostar al menos dos veces por semana. Más información de la muestra puede ser encontrada en línea en <https://osf.io/pj8qs>

### Instrumentos

Los participantes resolvieron 11 instrumentos y se tomaron dos de estos en consideración para este estudio.

**Cuestionario sociodemográfico.** Recolecta información personal sobre los participantes. En el caso de los jugadores patológicos, también se recopiló información sobre el tiempo en tratamiento y edad en la que perdieron el control del juego. Se excluyó del estudio a personas con problemas neurológicos. Un

ejemplo del cuestionario sociodemográfico llenado por los participantes se encuentra en <https://osf.io/cxv6e>

**Cuestionario de regulación emocional cognitiva en su versión en español de 27 ítems** (Holgado-Tello et al., 2018). Ver descripción en el estudio 1.

## Procedimiento

Se recolectaron los datos en sesiones individuales de dos horas de duración, llevadas a cabo por un psicólogo clínico o uno de los estudiantes de Psicología que recibieron capacitación previa para realizar la asignación. Los participantes que formaban parte del grupo de jugadores patológicos fueron evaluados en centros de rehabilitación en Ecuador, específicamente, en el Centro de Recuperación Nueva Luz y en el Centro de Recuperación Integral de Alcoholismo Drogadicción, mientras recibían tratamiento por problemas de adicción (al juego o sustancias). Por otro lado, la muestra no patológica se reclutó mediante anuncios de estudios en la Universidad de Guayaquil y se definió como participantes a quienes informaron jugar mínimo dos veces a la semana (Jara-Rizzo et al., 2019). Los aspectos éticos seguidos en este estudio son los mismos descritos en el estudio 1, es decir, todos los participantes firmaron un consentimiento informado y los datos fueron tratados con confidencialidad siguiendo la declaración de Helsinki.

## Estudio 3

### Participantes

La muestra está constituida por 60 participantes, con edades entre 20 a 84 años ( $M = 56.92$ ;  $DE = 14.91$ ; 35 hombres y 25 mujeres) que se encontraban asistiendo a un centro para recibir tratamiento de hemodiálisis por insuficiencia renal. Estos datos corresponden a un estudio aún no publicado.

### Instrumentos

En el presente estudio se aplicaron cuatro cuestionarios, de los cuales solo se reportan dos aquí.

**Cuestionario demográfico.** En este cuestionario se recogió información general de los participantes.

**Cuestionario de Regulación Emocional Cognitiva en su versión en español de 27 ítems** (Holgado-Tello et al., 2018). Ver descripción en el estudio 1.

### Procedimiento

Las evaluaciones fueron realizadas en un centro de salud de Guayaquil en Ecuador. Las personas que acudían regularmente al centro fueron invitadas a formar parte del estudio. El protocolo incluía una fase inicial de información sobre los objetivos del estudio, seguido por el completamiento de los cuestionarios. Todo el proceso de evaluación fue realizado de manera presencial e individual y no se ofreció ninguna compensación por participar.

### Diseño

Esta investigación se basa en un estudio observacional no manipulativo, de tipo cuantitativo, de corte transversal (Hernández et al., 2018) comparativo por género, aplicado a una muestra de ecuatorianos.

### Análisis de datos

Se realizaron análisis descriptivos para caracterizar cada una de las muestras y puntuaciones de cada subescala del CERQ. Además, mediante un análisis comparativo por grupos, se exploraron posibles diferencias de género en el uso de las diferentes estrategias de regulación emocional evaluadas por el CERQ. Para determinar qué puntuaciones correspondían a diferencias estadísticamente significativas ( $p > .01$ ), este análisis se realizó mediante pruebas  $t$  de muestras independientes; donde, adicionalmente, para estimar el tamaño del efecto en dichas diferencias, se utilizó el coeficiente  $d$  de Cohen (1998), donde .20 indica una magnitud pequeña, .50 mediana y .80 grande.

## Resultados

### Estudio 1

Los análisis comparativos de las nueve estrategias de regulación emocional en función del género de los participantes (ver Tabla 2), indicaron diferencias estadísticamente significativas ( $p > 0.01$ ) en el uso de la estrategia autoculpa (mayor uso en los hombres) y en la estrategia rumiación (mayor uso en las mujeres); ambos resultados indicaron un tamaño del efecto pequeño. En las estrategias restantes no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres. Esto indica que tanto hombres como mujeres tienden a utilizar estas estrategias de regulación emocional de manera similar. Tampoco se encontró un tamaño del efecto asociado a estas estrategias. Adicionalmente, se muestran los intervalos de confianza al 95% (ver Figura 1) en el uso de estrategias por género del estudio 1.

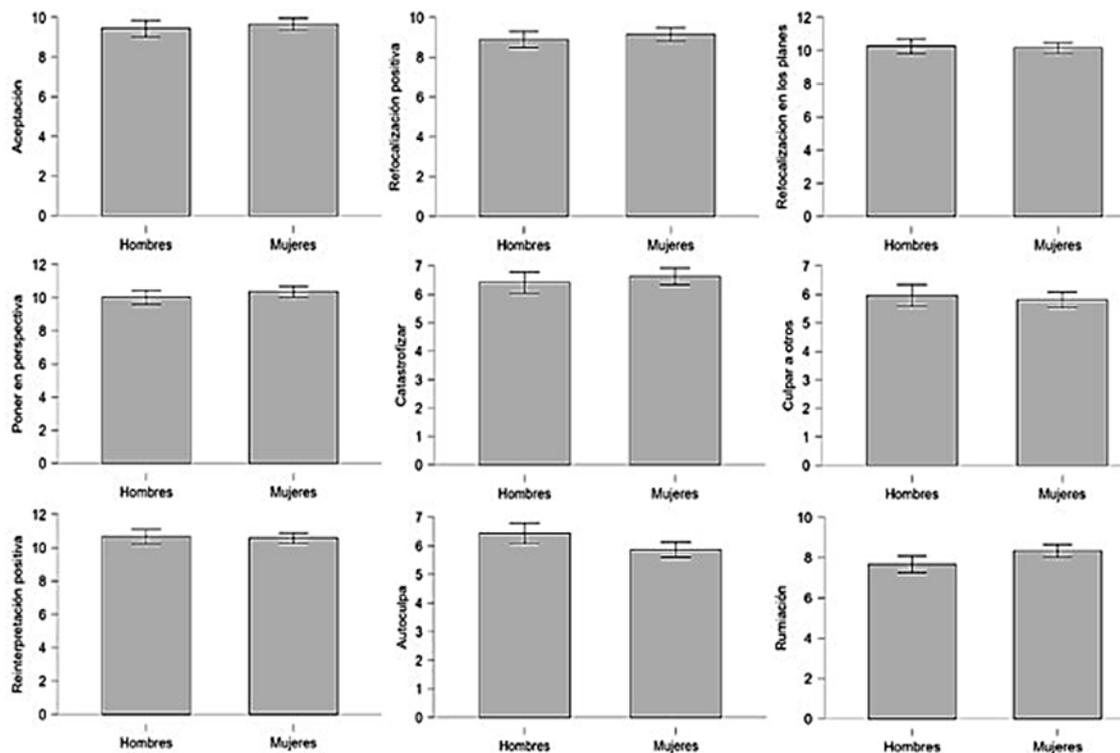
### Estudio 2

En la Tabla 3, se puede observar que, mediante el análisis comparativo por género, no se aprecian diferencias significativas ( $p < .05$ ) en el uso de estrategias de regulación emocional, aunque, los hombres puntúan un poco más en la estrategia refocalización en los planes (Figura 2), pero sin alcanzar un nivel de significancia. Estos hallazgos indican que, en términos de estrategias de regulación emocional, no hay una distinción clara entre hombres y mujeres dentro de la población de jugadores de azar. Lo que sugiere que tanto hombres como mujeres pueden emplear una variedad de estrategias similares para regular sus emociones relacionadas con el juego, independientemente de su género.

**Tabla 2***Diferencias de género en el uso de estrategias cognitivas de regulación emocional del estudio 1*

	Hombres		Mujeres		<i>t</i>	<i>d</i>
	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>		
Aceptación	9.44	3.11	9.65	2.98	-.832	-.070
Refocalización positiva	8.88	3.08	9.15	3.27	-1.007	-.084
Refocalización en los planes	10.26	3.23	10.160	3.06	.404	.034
Poner en perspectiva	10.02	3.12	10.36	3.17	-1.297	-.109
Catastrofizar	6.42	2.86	6.63	2.88	-.874	-.073
Culpar a otros	5.96	2.92	5.80	2.70	.673	.057
Reinterpretación positiva	10.66	3.20	10.57	3.17	.332	.028
Autoculpa	6.43	2.76	5.85	2.67	2.526**	.213
Rumiación	7.66	3.12	8.33	3.07	-2.584**	-.217

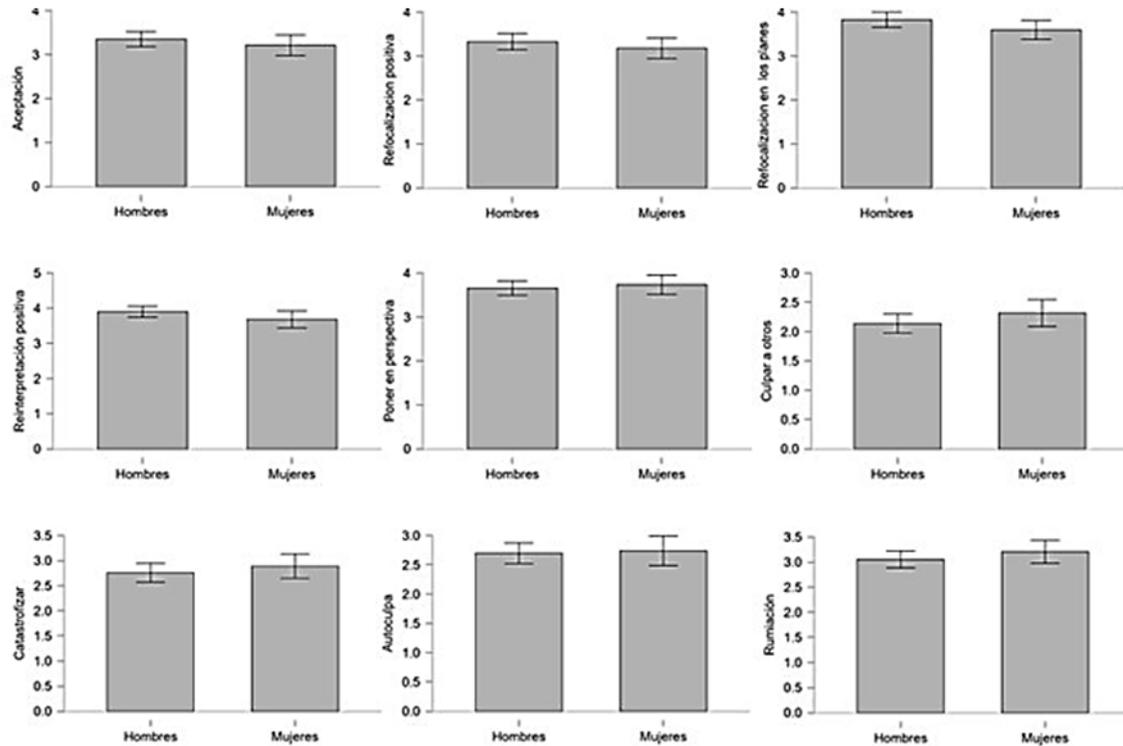
Nota: \* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; *M* = media aritmética; *DE* = desviación estándar; *t* = prueba *t*; *d* = *d* de Cohen.

**Figura 1***Puntuaciones medias de las estrategias de regulación emocional divididas por género en el estudio 1*

**Tabla 3***Diferencias de género en el uso de estrategias cognitivas de regulación emocional del estudio 2*

	Hombres		Mujeres		<i>t</i>	<i>d</i>
	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>		
Aceptación	3.350	1.021	3.213	1.058	.939	.132
Refocalización positiva	3.324	1.099	3.175	1.049	.994	.139
Refocalización en los planes	3.824	1.025	3.592	.960	1.683	.234
Poner en perspectiva	3.655	.971	3.734	.985	-.577	-.080
Catastrofizar	2.758	1.138	2.888	1.083	-.838	-.116
Culpar a otros	2.138	.994	2.317	1.020	-1.265	-.177
Reinterpretación positiva	3.899	.944	3.679	1.087	1.517	.216
Autoculpa	2.697	1.071	2.738	1.130	-.265	-.149
Rumiación	3.052	1.013	3.204	1.034	-1.062	-.037

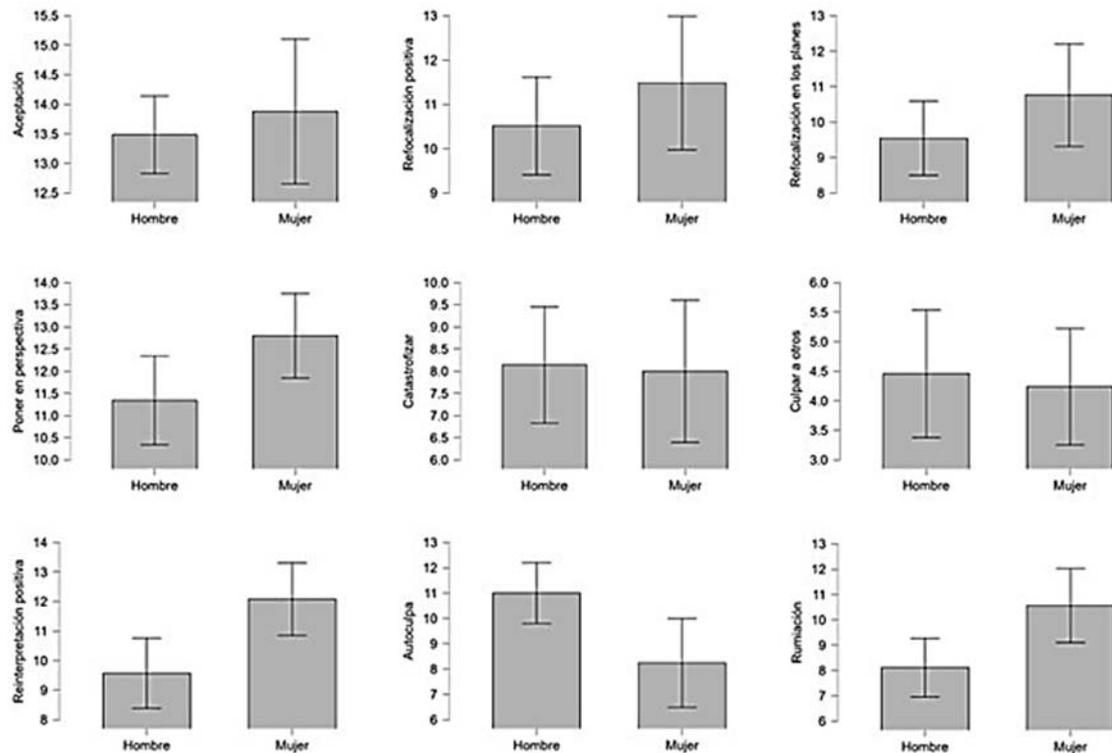
Nota: \* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; *M* = media aritmética; *DE* = desviación estándar; *t* = prueba *t*; *d* = *d* de Cohen.

**Figura 2***Puntuaciones medias de las estrategias de regulación emocional divididas por género en el estudio 2*

**Tabla 4***Diferencias de género en el uso de estrategias cognitivas de regulación emocional del estudio 3*

	Hombres		Mujeres		<i>t</i>	<i>d</i>
	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>		
Aceptación	13.486	1.915	13.880	2.963	-.584	-.158
Refocalización positiva	10.514	3.212	11.480	3.641	-1.063	-.282
Refocalización en los planes	9.543	3.042	10.760	3.503	-1.400	-.371
Poner en perspectiva	11.343	2.910	12.800	2.309	-2.160*	-.555
Catastrofizar	8.143	3.821	8.000	3.884	.141	.037
Culpar a otros	4.457	3.13	4.240	2.385	.304	.078
Reinterpretación positiva	9.571	3.450	12.080	2.971	-3.013**	-.779
Autoculpa	11.00	3.489	8.240	4.245	2.670*	.710
Rumiación	8.114	3.376	10.560	3.536	-2.691**	-.707

Nota: \* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; *M* = media aritmética; *DE* = desviación estándar; *t* = prueba *t*; *d* = *d* de Cohen.

**Figura 3***Puntuaciones medias de las estrategias de regulación emocional divididas por género en el estudio 3*

### Estudio 3

El análisis descriptivo comparativo por género reveló diferencias significativas en el uso de determinadas estrategias de regulación emocional (ver Tabla 4). Los resultados indicaron que las mujeres utilizaron con mayor frecuencia las estrategias de poner en perspectiva, reinterpretación positiva y rumiación en comparación con los hombres. En todos estos casos, se observaron diferencias estadísticamente significativas con un tamaño de efecto de medio a grande (de .55 a .78).

Por otra parte, los hombres reflejaron un uso mayor de la estrategia autocolpa en comparación a las mujeres (ver Figura 3), con un tamaño del efecto de medio a grande ( $d = .71$ ). Mientras que en las estrategias restantes no se evidenciaron diferencias significativas.

### Discusión

El estudio actual se planteó conocer las diferencias de género en el uso de estrategias de regulación emocional cognitiva. Para ello, se analizaron tres muestras distintas, todas ellas en un contexto de vulnerabilidad emocional y estrés, en las que el uso de las estrategias de regulación emocional se esperaba estuviera exacerbado. En el primer caso, se analizaron a personas de la población general en el contexto del confinamiento por la pandemia por COVID-19. La segunda muestra estuvo conformada por apostadores habituales y patológicos en proceso de rehabilitación con adicciones. La tercera muestra consistía en pacientes en proceso de hemodiálisis por insuficiencia renal crónica. A pesar de ciertas coincidencias en los resultados con las tres muestras, como las del uso de la rumiación y autocolpa, también se encontraron particularidades que requieren de un análisis más individualizado para cada caso. Por lo que, a continuación, analizaremos a cada estudio individualmente para finalizar con una discusión general de nuestros resultados.

### Estudio 1

En la muestra con población general durante la pandemia de COVID-19 se encontró que la diferencia de género en la estrategia rumiación es congruente con investigaciones previas (Nolen-Hoeksema & Aldao, 2011; Tamres et al., 2002; Zlomke & Hahn, 2010), con puntuaciones más elevadas en las mujeres. No obstante, no encontramos el mismo respaldo con autocolpa, ya que no existe mucha evidencia de esta diferencia entre hombres y mujeres en otros estudios (Esmailinasab et al., 2016; Medrano et al., 2013). Incluso, los resultados del estudio de Del Valle et al. (2018) indican que son las mujeres quienes puntúan más alto en autocolpa, contrario a nuestros resultados. En el caso de los estudios que no encontraron discrepancias pueden haberse centrado en contextos específicos, lo que sugiere la importancia de tener en cuenta la variabilidad en las condiciones y poblaciones estudiadas. Las diferencias culturales y sociales podrían influir también en la manera en que hombres y mujeres expresan y procesan la autocolpa. Finalmente, en ambas estrategias de regulación emocional se encontró un tamaño del efecto pequeño lo que destaca la necesidad de considerar la relevancia clínica de estas diferencias.

### Estudio 2

En contraparte, el segundo estudio, no indica diferencias de género, lo que indica una paridad de condiciones en el uso de estrategias de regulación emocional cognitivas. Los hallazgos de esta investigación resultan interesantes, especialmente, considerando la existencia de evidencia científica que sugiere la presencia de diferencias (Garnefski et al., 2004; Martin & Dahlen, 2005). Es importante considerar que un factor que podría ser determinante en los resultados del segundo estudio y que pudo incidir en los resultados obtenidos, es el tipo de muestra. En este caso, los participantes del segundo estudio son jugadores de azar y existe la posibilidad de que el problema de juego esté de alguna manera vinculado con las estrategias de regulación emocional.

Esto podría conducir a similitudes en los perfiles de los jugadores, independientemente de su género. Los resultados se respaldan por investigaciones anteriores (Navas et al., 2016; Potthoff et al., 2016; Williams et al., 2012), donde tampoco se encontraron diferencias de género en el uso de estrategias de regulación emocional en el caso de jugadores de azar. Es posible que el patrón de juego desadaptativo dependa, en alguna medida, de un patrón de uso de estrategias de regulación emocional particular. Es decir, los jugadores de azar, independientemente del sexo, tienden a utilizar ciertas estrategias de regulación emocional que les permite mantener el juego habitual o problemático. De ser esto así, las diferencias en el uso de estrategias serían observables con personas no jugadoras o entre diversos tipos de psicopatologías, por lo que consideramos importante que otros estudios exploren estas posibles diferencias.

### Estudio 3

Finalmente, el estudio 3 reportó mayor prevalencia de la estrategia autculpa en hombres, mientras que la rumiación fue identificada como más frecuente entre las mujeres. Además, en el tercer estudio se encontraron diferencias significativas de género en dos estrategias de regulación emocional: poner en perspectiva y reinterpretación positiva, donde las mujeres informaron un mayor uso de estas estrategias. El resultado encontrado en la estrategia poner en perspectiva es consistente con otro estudio (Medrano et al., 2013). Por otra parte, las diferencias encontradas en la estrategia reinterpretación positiva son novedosas y distintas, en comparación a resultados de estudios anteriores donde no se evidenciaron diferencias significativas según el género en el uso de esta estrategia (Gross & John, 2003; Gross et al., 2006), o se indicaron mayor frecuencia de uso en hombres (Esmailinasab et al., 2016; McRae et al., 2008). Así mismo, estas estrategias presentaron un tamaño del efecto con un rango de mediano a grande.

### Conclusión

Se destaca la constancia en los resultados del uso de las estrategias rumiación y autculpa en el estudio 1 y 3, que, a pesar de tener muestras diferentes, podrían estar directamente relacionadas con la naturaleza de las situaciones y contextos en los que se evaluaron, es decir, situaciones de estrés, cambios en la rutina diaria de las personas y de no pertenecer a muestras con condiciones psicopatológicas determinadas. Ambos grupos, tanto participantes del estudio 1 como los del estudio 3, podrían haber experimentado niveles más altos de estrés y adversidad en comparación con poblaciones que no se encontraban en situaciones similares. Esta situación de estrés compartido podría haber influido en la forma en que los participantes regulan emociones específicas, con estrategias como la rumiación, la autculpa, poner en perspectiva y la reinterpretación positiva. Se destaca también la constancia de resultados de diferencias de géneros al tratarse de jugadores de azar, como es el caso del estudio 2, donde se reportaron diferencias significativas. Esto es de gran relevancia porque pone un tema de investigación sobre la mesa al tratarse sobre diferencias en poblaciones con tendencia a adicciones.

Entre las implicaciones de este trabajo, los hallazgos nos permiten entender la dinámica de la regulación emocional cognitiva en la población ecuatoriana y sus diferencias de género, ofreciendo una visión precisa de las estrategias utilizadas por cada género. Esta información es valiosa para diseñar intervenciones y programas específicos que aborden las necesidades emocionales y de salud mental de la población ecuatoriana adaptados a las necesidades de ambos géneros. Por lo tanto, estos estudios tienen el potencial de contribuir a mejorar la calidad de vida y el bienestar emocional de personas al mejorar nuestra comprensión sobre la forma en la que tanto hombres como mujeres suelen enfrentar situaciones de estrés y vulnerabilidad.

Finalmente, se mencionan algunas limitaciones que se recomiendan ser consideradas con el fin de

fomentar nuevas oportunidades de investigaciones en el futuro. Al ser los resultados únicamente de población ecuatoriana, su generalización a otras culturas o contextos socioeconómicos diferentes es limitada. Además, se utilizaron instrumentos de autoevaluación, lo que puede estar sujeto a sesgos y errores de memoria de los participantes. Esto puede generar percepciones subjetivas, autoinformes sesgados o dificultades para recordar con precisión sus propios patrones de regulación emocional. Por último, es necesario destacar las diferencias en los resultados encontrados en comparación con investigaciones anteriores. Esto sugiere la necesidad de una investigación adicional para comprender mejor las diferencias de género en el uso de estrategias de regulación emocional y para explorar posibles explicaciones de las discrepancias encontradas.

### Conflicto de intereses

Los autores de esta investigación argumentan no haber incurrido en conflictos de intereses de ninguna índole entre las partes involucradas en el transcurso del desarrollo del artículo.

### Responsabilidad ética

La investigación es producto de una investigación realizada de forma anónima y previa aceptación mediante consentimiento informado de los participantes, declarando por parte de los investigadores que en el desarrollo del trabajo no aparecen datos de los participantes. El estudio se aprobó por el Comité de Investigación de la Facultad de Ciencias Psicológicas de la Universidad de Guayaquil, que revisa aspectos metodológicos y éticos del estudio.

### Contribución de autoría

PAZ: Conceptualización, análisis formal, análisis estadístico, redacción.

JAR: Curación de datos, análisis formal, redacción y revisión.

### Referencias

- Aldao, A., & Nolen-Hoeksema, S. (2010). Specificity of Cognitive Emotion Regulation Strategies: A Transdiagnostic Examination. *Behaviour Research and Therapy*, 48(10), 974-983. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2010.06.002>
- Beauchaine, T. P., & Cicchetti, D. (2019). Emotion Dysregulation and Emerging Psychopathology: A Transdiagnostic, Transdisciplinary Perspective. *Development and Psychopathology*, 31(3), 799-804. <https://doi.org/10.1017/S0954579419000671>
- Broderick, P. C., & Korteland, C. (2002). Coping Style and Depression in Early Adolescence: Relationships to Gender, Gender Role, and Implicit Beliefs. *Sex Roles*, 46, 201-213. <https://doi.org/10.1023/A:1019946714220>
- Canedo, C. M., Andrés, M. L., Canet-Juric, L., & Rubiales, J. (2019). Influencia de las estrategias cognitivas de regulación emocional en el bienestar subjetivo y psicológico en estudiantes universitarios. *Liberabit*, 25(1), 25-40. <https://dx.doi.org/10.24265/liberabit.2019.v25n1.03>
- Caqueo-Urizar, A., Mena-Chamorro, P., Flores, J., Narea, M., & Irrázaval, M. (2020). Problemas de regulación emocional y salud mental en adolescentes del norte de Chile. *Terapia psicológica*, 38(2), 203-222. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082020000200203>
- Carvajal, B. P., Molina-Martínez, M., Fernández, V., Paniagua-Granados, T., Lasa-Aristu, A., & Luque-Reca, O. (2021). Psychometric Properties of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) in Spanish older adults. *Aging & Mental Health*, 26(2), 413-422. <https://doi.org/10.1080/13607863.2020.1870207>
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioural Sciences* (2.ª ed.). Hillsdale: Erlbaum.
- Del Valle, M., Betegón, E., & Iruña, M. J. (2018). Efecto del uso de estrategias cognitivas de regulación emocional sobre la ansiedad en adolescentes españoles. *Suma Psicológica*, 25(2), 153-161. <https://doi.org/10.14349/sumapsi.2018.v25.n2.7>
- Del Valle, M. V., Zamora, E. V., Grave, L., Merlo, E., Maidana, J., & Urquijo, S. (2021). El rol de las estrategias cognitivas de regulación emocional en la depresión: estudio en población universitaria. *Eureka*, 18(1), 7-

25. <https://ojs.psicoeureka.com.py/index.php/eureka/article/view/46>
- Esmaeilinasab, M., Khoshk, A., & Makhmali, A. (2016). Emotion Regulation and Life Satisfaction in University Students: Gender Differences. *European Proceedings of Social and Behavioural Sciences*, 82, 798-809. <http://dx.doi.org/10.15405/epsbs.2016.11.82>
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative Life Events, Cognitive Emotion Regulation and Emotional Problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00113-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00113-6)
- Garnefski, N., Van den Kommer, T., Kraaij, V., Teerds, J., Legerstee, J., & Onstein, E. (2002). The Relationship Between Cognitive Emotion Regulation Strategies and Emotional Problems: Comparison Between a Clinical and a Non-Clinical Sample. *European Journal of Personality*, 16(5), 403-420. <https://doi.org/10.1002/per.458>
- Garnefski, N., Teerds, J., Kraaij, V., Legerstee, J., & Van den Kommer, T. (2004). Cognitive Emotion Regulation Strategies and Depressive Symptoms: Differences Between Males and Females. *Personality and Individual Differences*, 36(2), 267-276. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00083-7](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00083-7)
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Psychometric Features and Prospective Relationships with Depression and Anxiety in Adults. *European Journal of Psychological Assessment*, 23(3), 141-149. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.23.3.141>
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2016). Specificity of Relations Between Adolescents' Cognitive Emotion Regulation Strategies and Symptoms of Depression and Anxiety. *Cognition and Emotion*, 32(7), 1401-1408. <https://doi.org/10.1080/02699931.2016.1232698>
- 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>
- Gross, J. J., Richards, J. M., & John, O. P. (2006). Emotion Regulation in Everyday Life. En D. K. Snyder, J. Simpson, & J. N. Hughes (Eds.), *Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health* (pp. 13-35). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11468-001>
- Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Hampel, P., & Petermann, F. (2005). Age and Gender Effects on Coping in Children and Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 34, 73-83. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-3207-9>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2018). Metodología de la investigación. *McGraw-Hill Interamericana*.
- Holgado-Tello, F. P., Amor, P. J., Lasa-Aristu, A., Domínguez-Sánchez, F. J., & Delgado, B. (2018). Two New Brief Versions of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire and its Relationships with Depression and Anxiety. *Anales de Psicología*, 34(3), 458-464. <https://doi.org/10.6018/analesps.34.3.306531>
- Jara-Rizzo, M. F., Navas, J. F., Catena, A., & Perales, J. C. (2019). Types of Emotion Regulation and Their Associations with Gambling: A Cross-Sectional Study with Disordered and Non-problem Ecuadorian Gamblers. *Journal of Gambling Studies*, 35, 997-1013. <https://doi.org/10.1007/s10899-019-09868-7>
- Johnson, D. P., & Whisman, M. A. (2013). Gender Differences in Rumination: A Meta-Analysis. *Personality and Individual Differences*, 55(4), 367-374. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.03.019>
- Martin, R. C., & Dahlen, E. R. (2005). Cognitive Emotion Regulation in the Prediction of Depression, Anxiety, Stress, and Anger. *Personality and Individual Differences*, 39(7), 1249-1260. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.06.004>
- McRae, K., Ochsner, K. N., Mauss, I. B., Gabrieli, J. J. D., & Gross, J. J. (2008). Gender Differences in Emotion Regulation: An fMRI Study of Cognitive Reappraisal. *Group Processes & Intergroup Relations*, 11(2), 143-162. <https://doi.org/10.1177/1368430207088035>
- Medrano, L., Moretti, L., Ortiz, A., & Pereno, G. (2013). Validación del Cuestionario de Regulación Emocional Cognitiva en Universitarios de Córdoba, Argentina. *Psyke*, 22(1), 83-96. <https://dx.doi.org/10.7764/psyke.22.1.473>

- Moreta-Herrera, R., Dominguez-Lara, S., Rodas, J. A., Sánchez-Guevara, S., Montes-De-Oca, C., Rojeab-Bravo, B., & Salinas-Palma, A. (2022). Examining Psychometric Properties and Measurement Invariance of the Emotion Regulation Questionnaire in an Ecuadorian Sample. *Psychological Thought*, *15*(2), 57-74. <https://doi.org/10.37708/psyct.v15i2.634>
- Navas, J. F., Verdejo-García, A., López-Gómez, M., Maldonado, A., & Perales, J. C. (2016). Gambling with Rose-Tinted Glasses on: Use of Emotion-Regulation Strategies Correlates with Dysfunctional Cognitions in Gambling Disorder Patients. *Journal of Behavioral Addictions*, *5*(2), 271-281. <https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.040>
- Nolen-Hoeksema, S., & Aldao, A. (2011). Gender and Age Differences in Emotion Regulation Strategies and Their Relationship to Depressive Symptoms. *Personality and Individual Differences*, *51*(6), 704-708. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.06.012>
- Nolen-Hoeksema, S. (2012). Emotion Regulation and Psychopathology: The Role of Gender. *Annual Review of Clinical Psychology*, *8*(1), 161-187. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143109>
- Potthoff, S., Garnefski, N., Miklósi, M., Ubbiali, A., Domínguez-Sánchez, F. J., Martins, E. C., Witthöft, M., & Kraaij, V. (2016). Cognitive Emotion Regulation and Psychopathology Across Cultures: A Comparison Between Six European Countries. *Personality and Individual Differences*, *98*, 218-224. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.04.022>
- Repovš, G., & Baddeley, A. (2006). The Multi-Component Model of Working Memory: Explorations in Experimental Cognitive Psychology. *Neuroscience*, *139*(1), 5-21. <https://doi.org/10.1016/j.neuroscience.2005.12.061>
- Rodas, J. A., Jara-Rizzo, M., & Oleas, D. (2021). Emotion Regulation, Psychological Distress and Demographic Characteristics from an Ecuadorian Sample: Data from the Lockdown Due to COVID-19. *Data in Brief*, *37*. <https://doi.org/10.1016/j.dib.2021.107182>
- Rodas, J. A., Jara-Rizzo, M. F., Greene, C. M., Moreta-Herrera, R., Oleas, D. (2022). Cognitive Emotion Regulation Strategies and Psychological Distress During Lockdown Due to COVID-19. *International Journal of Psychology*, *57*(3), 315-324. <https://doi.org/10.1002/ijop.12818>
- Saeteros, D., & Rodas, J. A. (2021). Actualización de la memoria de trabajo: una revisión. *Veritas & Research*, *3*(2), 134-149.
- Tamres, L. K., Janicki, D., & Helgeson, V. S. (2002). Sex Differences in Coping Behavior: A Meta-Analytic Review and an Examination of Relative Coping. *Personality and Social Psychology Review*, *6*(1), 2-30. [https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0601\\_1](https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0601_1)
- Williams, A. D., Grisham, J. R., Erskine, A., & Cassidy, E. (2012). Deficits in Emotion Regulation Associated with Pathological Gambling. *British Journal of Clinical Psychology*, *51*(2), 223-238. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.2011.02022.x>
- Zlomke, K. R., & Hahn, K. S. (2010). Cognitive Emotion Regulation Strategies: Gender Differences and Associations to Worry. *Personality and Individual Differences*, *48*(4), 408-413. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.11.007>
- Zumba-Tello, D., & Moreta-Herrera, R. (2022). Afectividad, regulación emocional, estrés y salud mental en adolescentes del Ecuador en tiempos de pandemia. *Revista de Psicología de la Salud*, *10*(1). <https://doi.org/10.21134/pssa.v10i1.801>

Paula Alvarado-Zurita

Facultad de Ciencias Psicológicas, Universidad de Guayaquil, Ecuador.

Estudiante de licenciatura en Psicología en la Universidad de Guayaquil, Ecuador. Sus intereses en la investigación son la neurociencia y cognición.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2629-5081>

[paula.alvaradoz@ug.edu.ec](mailto:paula.alvaradoz@ug.edu.ec)

Jose A. Rodas

Facultad de Ciencias Psicológicas, Universidad de Guayaquil, Ecuador.

Académico de la Universidad de Guayaquil. Doctor en psicología. Sus intereses son la neurociencia y cognición.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8217-0238>

Autor corresponsal: [jose.rodasp@ug.edu.ec](mailto:jose.rodasp@ug.edu.ec)