

ARTÍCULO ORIGINAL

# Ansiedad y satisfacción con la vida en adolescentes: el papel mediador de la desregulación emocional

Jeancarlo Joel Bolaños Rueda<sup>1,a</sup> | Javier Ernesto Campos Miranda<sup>1,a</sup> | Jesús Alfredo Castillo Paz<sup>1,a</sup> | Lisette Fiorella Chávarry Reátegui<sup>1,a</sup> | Paola Irayda Gomero Ramírez<sup>1,a</sup>

<sup>1</sup> Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

<sup>a</sup> Maestría en Psicología con mención en Psicología Clínica y de la Salud.

## Palabras clave:

desregulación emocional; ansiedad; satisfacción por la vida; adolescentes; mediación (fuente: DeCS-BIREME).

## RESUMEN

**Objetivo.** Examinar el papel mediador de la desregulación emocional entre la ansiedad y la satisfacción con la vida en adolescentes de Lima Metropolitana (Perú). **Métodos.** Se utilizó un diseño cuantitativo, transversal y predictivo. La muestra, seleccionada por conveniencia, incluyó a 522 adolescentes (52,3 % hombres; 47,7 % mujeres) con una media de edad de 15,41 años. Los instrumentos utilizados fueron el GAD-7 para medir la ansiedad, la SWLS para evaluar la satisfacción con la vida, y la EDS-short para la desregulación emocional. Los datos fueron analizados mediante un modelo de ecuaciones estructurales, utilizando el estimador de mínimos cuadrados ponderados por medias y varianzas (WLSMV). **Resultados.** La ansiedad impacta directamente en la desregulación emocional ( $\beta = 0,67$ ;  $p < 0,001$ ) y negativamente en la satisfacción con la vida ( $\beta = -0,12$ ;  $p < 0,036$ ). Además, la desregulación emocional también tuvo un efecto negativo y significativo en la satisfacción con la vida ( $\beta = -0,17$ ;  $p < 0,003$ ). El análisis de mediación reveló que la desregulación emocional medió parcialmente la relación entre ansiedad y satisfacción con la vida (efecto indirecto  $\beta = -0,12$ ;  $p < 0,003$ ). **Conclusiones.** La desregulación emocional es un mediador clave en la relación entre la ansiedad y la satisfacción con la vida en adolescentes, destacando la importancia de abordar tanto la ansiedad como la regulación emocional en intervenciones para mejorar el bienestar mental de los adolescentes.

# Anxiety and life satisfaction in adolescents: the mediating role of emotional dysregulation

## Keywords:

emotional dysregulation; anxiety; life satisfaction; adolescents; mediation (source: MeSH-NLM).

## ABSTRACT

**Objective.** To examine the mediating role of emotional dysregulation between anxiety and life satisfaction in adolescents from Metropolitan Lima (Peru). **Methods.** A quantitative, cross-sectional, and predictive design was used. The sample, selected by convenience, included 522 adolescents (52.3% males; 47.7% females) with an average age of 15.41 years. The instruments used were the GAD-7 to measure anxiety, the SWLS to assess life satisfaction, and the EDS-short for emotional dysregulation. Data were analyzed using a structural equation model, employing the weighted least squares mean and variance adjusted (WLSMV) estimator. **Results.** Anxiety had a direct impact on emotional dysregulation ( $\beta = 0.67$ ;  $p < 0.001$ ) and a negative impact on life satisfaction ( $\beta = -0.12$ ;  $p < 0.036$ ). Additionally, emotional dysregulation also had a significant negative effect on life satisfaction ( $\beta = -0.17$ ;  $p < 0.003$ ). Mediation analysis revealed that emotional dysregulation fully partially the relationship between anxiety and life satisfaction (indirect effect  $\beta = -0.12$ ;  $p < 0.003$ ). **Conclusions.** Emotional dysregulation is a key mediator in the relationship between anxiety and life satisfaction in adolescents, highlighting the importance of addressing both anxiety and emotional regulation in interventions to improve the mental well-being of adolescents.

**Citar como:** Bolaños-Rueda JJ, Campos-Miranda JE, Castillo-Paz JA, Chávarry-Reátegui LF, Gomero-Ramírez, PI. Ansiedad y satisfacción con la vida en adolescentes: el papel mediador de la desregulación emocional. Rev Peru Cienc Salud. 2024;6(2):97-103. doi: <https://doi.org/10.37711/rpcs.2024.6.2.450>

## Correspondencia:

Jeancarlo Joel Bolaños Rueda  
jeancarlo.bolanos@unmsm.edu.pe



## INTRODUCCIÓN

La adolescencia es un periodo de desafíos significativos que influye en la formación de la identidad que actualmente se encuentra afectada por las demandas de una sociedad digitalizada <sup>(1)</sup>. Durante esta etapa ocurren cambios biológicos, psicológicos y sociales que marcan la transición de la infancia a la madurez <sup>(2)</sup>. La Organización Mundial de la Salud (OMS) destacó en 2022 que la ansiedad es un trastorno emocional frecuente en adolescentes, que afecta al 3,6 % de los jóvenes de 10 a 14 años y al 4,6 % de los de 15 a 19 años, subrayando su prevalencia e impacto en la salud pública <sup>(3)</sup>. En 2021, la OMS reportó que el 14 % de los adolescentes globales enfrentan problemas de salud mental, incluyendo ansiedad y depresión <sup>(4)</sup>. Por su parte, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) en 2021 también señaló que, en América Latina y el Caribe, el 7% de los adolescentes de 10 a 14 años y el 8 % de los de 15 a 19 años padecen estos problemas <sup>(5)</sup>.

En Perú, la Secretaría Nacional de Juventudes reportó en 2023 que el 32,3 % de los jóvenes de 15 a 29 años experimentaron dificultades en la salud mental o emocional, una cifra superior al 29,4 % de los adultos mayores de 30 años <sup>(6)</sup>. En Lima Metropolitana, los adolescentes enfrentan retos únicos derivados de su contexto socioeconómico y cultural. La rápida urbanización y las dinámicas sociales complejas exacerbaban los factores de estrés, contribuyendo a una mayor prevalencia de trastornos emocionales como la ansiedad <sup>(7)</sup>. La ansiedad afecta negativamente la salud mental de los adolescentes y está inversamente relacionada con su satisfacción con la vida, destacando la importancia de una perspectiva integral para abordar este trastorno <sup>(8)</sup>. Caracterizada por un estado de inquietud y preocupación extrema, la ansiedad impacta significativamente diversas áreas de funcionamiento del individuo <sup>(9)</sup>.

En este contexto, la desregulación emocional emerge como un mediador clave entre la ansiedad y la satisfacción con la vida. La capacidad de regular adecuadamente las emociones es esencial para el bienestar psicológico y la satisfacción vital <sup>(10,11)</sup>. En adolescentes, la desregulación emocional, definida como la dificultad para gestionar emociones desagradables, ha sido identificada como un mediador potencial en el impacto de la ansiedad sobre el bienestar general <sup>(12,13)</sup>.

Es necesario realizar más estudios específicos en adolescentes para comprender mejor estas variables que impactan en la satisfacción con la vida en esta etapa del desarrollo <sup>(14,15)</sup>. Por lo tanto, este estudio

tuvo como objetivo examinar el rol de la desregulación emocional en la relación entre la ansiedad y la satisfacción con la vida en adolescentes, identificando cómo estas variables afectan directa e indirectamente la percepción de bienestar en la juventud y resaltando la relevancia de las emociones <sup>(16)</sup>.

## MÉTODOS

### Tipo y área de estudio

El enfoque pertenece a una investigación cuantitativa, ya que se midieron las variables de interés y se contrastaron empíricamente las hipótesis planteadas; además, fue de tipo transversal ya que los datos se recogieron en un único momento. Por otro lado, en el estudio se utilizó el diseño predictivo para evaluar el papel modulador de las variables de estudio <sup>(17,18)</sup>. Finalmente, el periodo de ejecución de toda la investigación abarcó desde marzo a noviembre de 2023.

### Población y muestra

Para determinar la población de la presente investigación se consideró la información del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2022), la cual reportó un número aproximado de 413 mil estudiantes matriculados en secundaria de instituciones educativas de gestión pública de Lima Metropolitana <sup>(19)</sup>. Al respecto, la muestra estuvo compuesta por 522 participantes, cuyas edades oscilaban entre los 13 a 17 años. La muestra fue seleccionada utilizando un método de muestreo no probabilístico por conveniencia, debido a su accesibilidad y disponibilidad para este estudio.

Los criterios de admisión de los participantes fueron que estos sean estudiantes de sexo masculino y femenino, que estuvieran matriculados en los grados de 3°, 4° y 5° de educación secundaria de instituciones educativas de gestión pública, y que vivieran en distritos que forman parte de Lima Metropolitana. Así mismo, los factores que determinaron quienes no participarían fue aquellos estudiantes que presentaban algún tipo de deterioro cognitivo que dificultara su capacidad para entender los cuestionarios.

### Variable e instrumentos de recolección de datos

Las variables fueron medidas como factor general teniendo en cuenta sus dimensiones respectivas. Se utilizaron los siguientes instrumentos:

Cuestionario sociodemográfico: Este instrumento se empleó para recopilar información relevante sobre los participantes relacionados a la edad, sexo y nivel de estudio.



Escala de desregulación emocional versión corta (EDS-short): Desarrollada por Power et al. <sup>(20)</sup>, fue diseñada para aplicar a los niños y a los adolescentes. Es un autoinforme que posee 12 ítems con el propósito de medir la desregulación emocional. La escala compone cinco criterios para ser respondidos (1 = casi nunca; 2 = algunas veces; 3 = la mitad de veces; 4 = la mayoría de veces; y 5 = casi siempre), obteniendo una confiabilidad satisfactoria a través del coeficiente alfa de Cronbach, teniendo como puntaje 0,90. En un reciente estudio de Contreras et al. <sup>(21)</sup>, se demostró la unidimensionalidad del instrumento  $\chi^2 / gl \leq 2,76$ ; RMSEA  $\leq 0,06$ ; CFI = 0,99; IFI = 0,99; NFI = 0,98; NNFI = 0,99).

Cuestionario de desorden de ansiedad generalizada (GAD-7): Esta prueba cuenta con 7 preguntas que los participantes responden utilizando valores de calificación tipo Likert con cuatro alternativas de respuesta (0 = en absoluto; 3 = casi todos los días). La puntuación total obtenida en el GAD-7 puede variar en 0 y 21, donde los valores más altos indican un mayor nivel de síntomas de ansiedad. Además, este cuestionario trata siete signos de ansiedad definidos por el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-IV), midiendo la frecuencia y el nivel de incomodidad experimentados en las dos semanas previas. En el Perú, Franco y Nuñez <sup>(22)</sup> llevaron a cabo una adaptación en estudiantes y descubrieron que el GAD-7 es un instrumento de un solo factor que no varía según el género ( $\chi^2 (14) = 31,717$ ; CFI = ,995; TLI = ,992; RMSEA = ,056; SRMR = ,026), que presentó adecuada consistencia interna ( $\omega = ,89$ ).

Escala de satisfacción con la vida (SWLS): Fue desarrollada por Diener et al. <sup>(23)</sup> y consta de cinco preguntas que evalúan la percepción general de satisfacción de un individuo con su vida en conjunto. Utiliza una escala de cinco puntos con las siguientes opciones de respuesta: del 1 = totalmente de acuerdo, al 5 = totalmente en desacuerdo. En el contexto peruano, Arias et al. <sup>(24)</sup> llevaron a cabo un análisis psicométrico de este instrumento en una muestra de 875 estudiantes de 4° y 5° de secundaria en Arequipa, y encontraron que presenta una estructura unidimensional sólida, además de una confiabilidad adecuada en sus variables latentes ( $\omega = ,90$  y  $H = ,99$ ).

### Técnicas y procedimientos de la recolección de datos

Para llevar a cabo el estudio, como se describe en el siguiente apartado, la propuesta de investigación fue evaluada por un Comité de Ética; posteriormente, se estableció el contacto con la institución, estudiantes participantes y sus apoderados. Una vez que se obtuvo todas las aprobaciones correspondientes se inició la recolección de datos, en modalidad presencial. Se obtuvo el asentimiento informado de los estudiantes, con la autorización correspondiente de sus apoderados.

### Análisis de datos

Para lograr los objetivos del presente estudio, inicialmente se procedió a realizar limpieza de datos y la exploración inicial de las variables de estudio; un proceso fundamental en el análisis estadístico según Tabachnick y Fidell <sup>(25)</sup>. Del mismo modo, dada la necesidad de identificar un efecto de mediación, se procedió a estimar un modelo de ecuaciones estructurales, lo cual es coherente con las directrices propuestas por Hayes <sup>(26)</sup>, permitiendo que la desregulación emocional, la ansiedad y la satisfacción fueran variables observables medidas a partir de las puntuaciones totales.

Dada la naturaleza ordinal de los cuestionarios utilizados (escalas de Likert en sus respuestas), se utilizó el estimador conocido como mínimos cuadrados ponderados por medias y varianzas (WLSMV), dado que este estimador es recomendado por Beauducel y Herzberg <sup>(27)</sup> para optimizar la identificación de parámetros en la presencia de variables ordinales, entregando resultados con mejor ajuste que los estimadores de máxima verosimilitud. El ajuste del modelo se revisó considerando como índices de ajuste:  $\chi^2$  menor a 7, unos CFI y TLI mayores a ,90 y unos RMSEA y SRMR menores a ,08, parámetros que indican un buen ajuste según Keith <sup>(28)</sup> y son ampliamente recomendados por Hu y Bentler <sup>(29)</sup>.

Finalmente, se evaluó los efectos de mediación, encontrando el efecto indirecto, directo y total. Se realizó los análisis mediante el uso del *software* de código abierto R v4.3.1 y su interfaz de usuario RStudio, siguiendo las recomendaciones de Revelle <sup>(30)</sup> para el paquete psych y de Rosseel <sup>(31)</sup> para el paquete lavaan.

### Aspectos éticos

El aspecto ético de este estudio fue orientado desde los procesos, la evaluación y la aceptación de la investigación, así como la transparencia de los resultados; el principio ético de la investigación, cuyas características pone en relevancia la probidad, la veracidad, la independencia, la idoneidad, la rigurosidad, la adecuación para que sea adaptado a la realidad que se aplica, la libertad de la investigación y la confiabilidad, entre otros. Por tanto, estos principios los establece el Comité de Ética de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (UNMSM), que acompañó todo el desarrollo del estudio y cuya aprobación se formalizó con la Resolución rectoral N.º 012648-2023-R/UNMSM <sup>(32)</sup>.

## RESULTADOS

En cuanto a los datos descriptivos sociodemográficos de la muestra estudiada, presentados en la Tabla 1, se encuestaron un total de 522 participantes, cuyas




edades presentan un promedio de 15,41 años y una desviación estándar de 1,19. En general, la muestra estuvo balanceada según el sexo de los participantes, siendo los hombres quienes representan un 52,3 % de la muestra (n = 273), mientras que las mujeres representaron el 47,7 % restante (n = 249). Con respecto al grado, la mayor parte de los participantes fueron del 4º grado (n = 213; 40,73 %), mientras que se observó una distribución similar para los estudiantes de 3º (n = 156; 29,83 %) y los estudiantes de 5º (n = 154; 29,45 %).

Respecto al objetivo principal de esta investigación, se buscó identificar la función mediadora de la desregulación emocional entre la ansiedad y la satisfacción con la vida en adolescentes de la zona metropolitana de Lima. Es así que, para evaluar la mediación, se estimó un modelo de ecuaciones estructurales, obteniendo los siguientes parámetros:  $X^2_{(249)} = 1,73$ ;  $p < ,01$ ; CFI = ,99; TLI = ,99; RMSEA = ,035; SRMR = ,044; por lo que se asume un buen ajuste en términos absolutos.

De acuerdo con el diagrama general del modelo de mediación estimado (ver Figura 1), se puede observar que los elementos de medición del modelo resultaron estadísticamente significativos; esto indica que la medición de las variables observables fue adecuada y confiable. En cuanto a los efectos del modelo, se puede apreciar que la ansiedad impacta de forma directa y estadísticamente significativa sobre la desregulación emocional ( $\beta = 0,67$ ;  $p < 0,001$ ), lo que indica que cuando un adolescente reporta altos niveles de ansiedad, también tiende a manifestar niveles elevados de desregulación emocional. Por otro lado, la ansiedad mostró un efecto directo, negativo y estadísticamente significativo sobre la predicción

de la satisfacción con la vida ( $\beta = -0,12$ ;  $p < 0,036$ ); en otras palabras, implica que la ansiedad estaría directamente relacionada a los niveles de satisfacción de los adolescentes. Finalmente, la desregulación emocional tiene un impacto directo, negativo y estadísticamente significativo en la satisfacción con la vida ( $\beta = -0,17$ ;  $p < 0,003$ ); esto indica que, en la medida que un adolescente reporta niveles más altos de desregulación emocional, presentaría niveles bajos de satisfacción con la vida.

Respecto análisis de mediación (ver Tabla 2), se obtuvo como efecto indirecto ( $\beta = -0,12$ ;  $p < 0,003$ ), como efecto directo ( $\beta = -0,12$ ;  $p < 0,036$ ) y como efecto total ( $\beta = -0,24$ ;  $p < 0,001$ ). Por lo tanto, existe una mediación completa por parte de la desregulación emocional entre la ansiedad y la satisfacción con la vida, es decir, la ansiedad tiene un impacto negativo sobre la satisfacción con la vida tanto directa como indirectamente a través de la desregulación emocional.



DISCUSIÓN

El estudio se propuso analizar la función mediadora de la desregulación emocional en la conexión entre la ansiedad y la satisfacción con la vida en adolescentes de Lima Metropolitana. Los resultados muestran que la ansiedad tiene un fuerte efecto directo sobre la desregulación emocional, lo que sugiere que los adolescentes que experimentan niveles más altos de ansiedad también tienden a manifestar mayores niveles de desregulación emocional. Este hallazgo es consistente con la literatura previa, la cual ha vinculado la ansiedad con la desregulación emocional, esta última identificada como una categoría transdiagnóstica presente en diversas problemáticas mentales <sup>(33-36)</sup>.

Tabla 1. Frecuencias y porcentajes del sexo, edad y grado de los participantes del estudio

Variable	n = 522	
	fi	%
Sexo		
Masculino	273	52,3
Femenino	249	47,7
Edad		
13-14	116	22,2
15-16	331	63,4
17	75	14,4
Grado		
3º	156	29,8
4º	213	40,7
5º	154	29,5

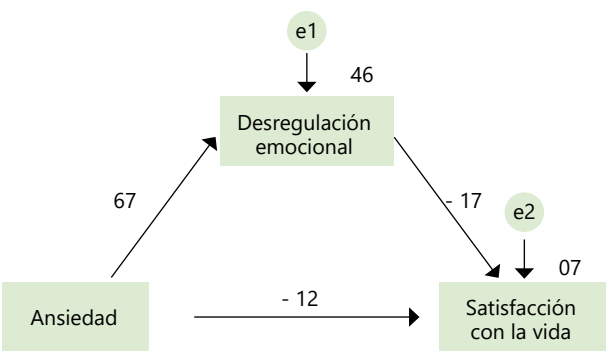


Figura 1. Modelo propuesto de mediación. Diagrama del modelo de ecuaciones estructurales de la mediación de la desregulación emocional entre la ansiedad y la satisfacción con la vida



Tabla 2. Efecto indirecto, directo y total del modelo

IC* 95% B									
Tipo	Efecto	Símbolo	B	Inf	Sup	β	E.E	z	p
Indirecto	ANS → DESR → SATI	a * b	-0,09	-0,15	-0,03	-0,12	0,07	20,43	< ,01
Directo	ANS → SATI	c	-0,10	-0,19	-0,01	-0,12	0,02	-3,0	< ,01
Total	ANS → SATI	c + a * b	-0,19	-0,25	-0,12	-0,24	0,04	-2,10	< ,05

\* β = coeficiente estandarizado; IC\* = intervalo de confianza; p = significancia estadística; ANS = ansiedad, DESR = desregulación emocional, SATI = satisfacción con la vida.

Así mismo, la ansiedad reveló un impacto directo significativo y negativo sobre la satisfacción con la vida. Esto está en línea con estudios recientes que indican que la ansiedad no solo afecta negativamente la salud mental de los adolescentes, sino que también está inversamente relacionada con su satisfacción con la vida <sup>(9)</sup>. Estos resultados resaltan la importancia de abordar la ansiedad desde una perspectiva integral que tenga en cuenta su impacto en la calidad de vida.

Por otro lado, la desregulación emocional exhibió un efecto negativo, directo y significativo sobre la satisfacción con la vida, lo que sugiere que los adolescentes que tienen dificultades para regular sus emociones experimentan niveles más bajos de satisfacción con la vida. Al respecto, investigadores como Uribe et al. <sup>(37)</sup> han resaltado la importancia de las habilidades emocionales en el fomento de la satisfacción con la vida entre la población adolescente. De acuerdo con Rey et al. <sup>(38)</sup>, el cultivo de habilidades emocionales, que incluyen la identificación, evaluación y resolución emocional, no solo conlleva a una mayor resiliencia, sino que también contribuye a una perspectiva más positiva de la vida. De manera similar, Ponce y Caguana <sup>(39)</sup> enfatizan la importancia crítica de mantener una apreciación positiva de la vida, mientras señalan que la percepción negativa suele asociarse con la gestión inadecuada de las emociones. Además, diversos estudios respaldan estos resultados al considerar que la regulación emocional influye positivamente en la satisfacción con la vida, así como en el aumento de las emociones constructivas y la reducción de las emociones desfavorables <sup>(40-43)</sup>.

El análisis de mediación reveló que el efecto indirecto de la ansiedad sobre la satisfacción con la vida a través de la desregulación emocional fue estadísticamente significativo. Esto implica que la desregulación emocional actúa como un mediador en esta relación entre la ansiedad y la satisfacción por la vida en los adolescentes, lo cual está en consonancia con la teoría que sugiere que la desregulación emocional, entendida como la dificultad para manejar eficazmente las emociones desagradables, puede ser un mediador crucial en el impacto de la ansiedad sobre el bienestar general <sup>(13,14,44,45)</sup>. Además, se reconoce que la habilidad para regular adecuadamente las emociones es un

componente esencial para el bienestar psicológico y la satisfacción en la vida <sup>(11,12)</sup>.

Estos hallazgos cumplen una función preponderante en lo que respecta a la salud mental de los adolescentes, especialmente considerando las altas tasas de ansiedad y problemas de salud mental en esta población <sup>(4,5)</sup>. La identificación de la desregulación emocional como un factor mediador destaca la importancia de abordar no solo los síntomas de ansiedad sino también las habilidades de regulación emocional en las intervenciones dirigidas a mejorar el bienestar de los adolescentes.

Conclusion

Este estudio proporciona una comprensión más profunda de la interacción entre la ansiedad, la desregulación emocional y la satisfacción con la vida en adolescentes de Lima Metropolitana. Se encontró que la ansiedad afecta significativamente y de manera directa tanto la desregulación emocional como la satisfacción con la vida, evidenciando que niveles más altos de ansiedad están asociados con una mayor desregulación emocional y una menor satisfacción con la vida.

Además, la desregulación emocional mostró un efecto negativo, directo y significativo sobre la satisfacción con la vida, es decir, los adolescentes que tienen dificultades para regular sus emociones, tienden a experimentar niveles más bajos de satisfacción con la vida. En cuanto al análisis de mediación, los resultados confirman que la desregulación emocional actúa como mediador significativo entre la ansiedad y satisfacción con la vida. Esto subraya la importancia de considerar factores emocionales y de regulación emocional al abordar la salud mental y el bienestar en esta etapa crucial del desarrollo.

Recomendación

A pesar de la robustez del modelo estadístico, los resultados no implican causalidad. Consideramos que investigaciones longitudinales podrían proporcionar un conocimiento más exhaustivo de la dirección y la génesis de estas relaciones a lo largo del tiempo. Así mismo, la investigación podría beneficiarse si incluimos



otras variables que tiene influencia y relevancia para el bienestar de los adolescentes.

## Agradecimientos

Nuestro agradecimiento a nuestros docentes, quienes nos brindaron asesóramiento y guía en este proceso de investigación, siendo sus alcances relevantes y nutritivos a nivel teórico y práctico.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Moral M, Ovejero A. Jóvenes, globalización y postmodernidad: Crisis de la adolescencia social en una sociedad adolescente en crisis. Papeles del psicólogo [Internet]. 2004 [Consultado el 6 de septiembre de 2023];25(87):72-79. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/778/77808710.pdf>
- Papalia D. Desarrollo Humano. México: McGrawHill; 2012.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). Salud mental en la adolescencia [Internet]. Ginebra: OMS; 2022 [Consultado el 6 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). Salud mental en adolescentes [Internet]. Ginebra: OMS; 2021 [Consultado el 6 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Informe Anual de UNICEF 2021 [Internet]. Nueva York: UNICEF; 2021 [Consultado el 6 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.unicef.org/media/120406/file/UNICEF%20Annual%20Report%202021%20SP.pdf>
- De la Barra F, Vicente B, Saldivia S, Melipillan R. Estudio de epidemiología psiquiátrica en niños y adolescentes en Chile. Estado actual. Rev. Méd. Clín. Condes. [Internet]. 2012 [Consultado el 6 de septiembre de 2023];23(5):521-529. [https://doi.org/10.1016/S0716-8640\(12\)70346-2](https://doi.org/10.1016/S0716-8640(12)70346-2)
- Secretaría Nacional de la Juventud. Senaju: Conoce la situación actual de los más de 7 millones de jóvenes peruanos de 15 a 29 años [Internet]. Lima: Senaju; 2023 [Consultado el 6 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://juventud.gob.pe/2023/12/senaju-conoce-la-situacion-actual-de-los-mas-de-7-millones-de-jovenes-peruanos-de-15-a-29-anos/>
- Instituto Nacional de Salud Mental. Estudio Epidemiológico de Salud Mental en Niños y Adolescentes en Lima Metropolitana en el Contexto de la COVID-19. Anales de Salud Mental [Internet]. 2020 [Consultado el 7 de septiembre de 2023];17(2). Disponible en: [https://www.insm.gob.pe/investigacion/archivos/estudios/\\_notes/EESM\\_Ninos\\_y\\_Adolescentes\\_en\\_LM\\_ContextoCOVID19-2020.pdf](https://www.insm.gob.pe/investigacion/archivos/estudios/_notes/EESM_Ninos_y_Adolescentes_en_LM_ContextoCOVID19-2020.pdf)
- Ramírez-Carrasco D, Escobar-Soler C, Ferrer-Urbina R, Caqueo-Úrizar A, Gallardo-Peralta L. Rasgo o Estado: Efectos de la Temporalidad de la Ansiedad sobre Medidas de Bienestar. Psykhe: Revista de la Escuela de Psicología [Internet]. 2022 [Consultado el 8 de septiembre de 2023];31(1):1-8. <https://doi.org/10.7764/psykhe.2019.22203>
- American Psychiatric Association. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5). Virginia: APA; 2014.
- Gross JJ. Manual de Regulación de las Emociones. Nueva York: Publicaciones de Guilford; 2014.
- McRae K, Gross JJ. Regulación emocional. Emoción [Internet]. 2020 [Consultado el 10 de septiembre de 2023];20(1):1-9. <https://doi.org/10.1037/emo0000703>
- Gratz KL, Roemer L. 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 [Internet]. 2004 [Consultado el 12 de septiembre de 2023];26(1):41-54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Linehan MM, Korslund KE, Harned MS, Gallop RJ, Lungu A, Neacsiu AD, et al. Dialectical behavior therapy for high suicide risk in individuals with borderline personality disorder: a randomized clinical trial and component analysis. JAMA Psychiatry [Internet]. 2007 [Consultado el 15 de septiembre de 2023];72(5):475-82. doi: 10.1001/jamapsychiatry.2014.3039.
- Guzmán M, Carrasco N, Figueroa P, Trabucco C, Vilca D. Estilos de apego y dificultades de regulación emocional en estudiantes universitarios. Psykhe [Internet]. 2016 [Consultado el 15 de septiembre de 2023];25(1):1-13. <http://dx.doi.org/10.7764/psykhe.25.1.706>
- Santoya Y, Garcés M, Tezón M. Las emociones en la vida universitaria: análisis de la relación entre autoconocimiento emocional y autorregulación emocional en adolescentes y jóvenes universitarios. Psicogente [Internet]. 2018 [Consultado el 15 de septiembre de 2023];21(40):422-439. <https://doi.org/10.17081/psico.21.40.3081>
- Ato M, Vallejo G. Diseño de investigación en Psicología. Madrid: Pirámide; 2015.
- Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la investigación. México D. F.: McGraw-Hill; 2014.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. Estadísticas de educación [Internet]. Lima: INEI [Consultado el 6 de junio de 2023]. Disponible en: <https://m.inei.gob.pe/estadisticas/indice-tematico/education/>
- Powers A, Stevens J, Fani N, Bradley B. Construct Validity of a Short, Self-Report Instrument Assessing Emotional Dysregulation. Psychiatry Research [Internet]. 2015 [Consultado el 5 de octubre de 2023];225:85-92. doi: 10.1016/j.psychres.2014.10.020.
- Contreras-Valdez JA, Hernández-Guzmán L, Freyre M-A. Validez de constructo de la versión corta de la Escala de Desregulación Emocional para niños y adolescentes. Pensamiento Psicológico [Internet]. 2018 [Consultado el 5 de octubre de 2023];16(1):19-31. doi: 10.11144/Javerianacali.PPSI16-1.vcv.
- Franco-Jimenez R, Nuñez-Magallanes A. Propiedades psicométricas del GAD-7, GAD-2 y GAD-Mini en universitarios peruanos. Propósitos y Representaciones [Internet]. 2022 [Consultado el 5 de octubre de 2023];10(1). <https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n1.1437>
- Diener E, Emmons RA, Larsen RJ, Griffin S. The Satisfaction with Life Scale. Journal of Personality Assessment [Internet]. 1985 [Consultado el 7 de octubre de 2023];49:71-75. Doi: 10.1207/s15327752jpa4901\_13
- Arias-Gallegos W, Huamaní-Cahua J, Caycho-Rodríguez T. Satisfacción con la vida en escolares de la ciudad de Arequipa. Propósitos y representaciones [Internet]. 2018 [Consultado el 7 de octubre de 2023];6(1):351-407. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2018.v6n1.206>
- Tabachnick BG, Fidell LS. Using multivariate statistics. 6ª ed. Boston: Pearson; 2013.
- Hayes AF. Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach. Nueva York: Guilford Press; 2018.
- Beauducel A, Herzberg PY. On the performance of maximum likelihood versus means and variance adjusted weighted least squares estimation in CFA. Structural Equation Modeling [Internet]. 2006 [Consultado el 10 de octubre de 2023];13(2):186-203. [https://doi.org/10.1207/s15328007sem1302\\_2](https://doi.org/10.1207/s15328007sem1302_2)



28. Keith TZ. Multiple regression and beyond: An introduction to multiple regression and structural equation modeling. 3ª ed. Routledge [Internet]. 2019 [Consultado el 10 de octubre de 2023]. <https://doi.org/10.4324/9781315162348>
29. Hu LT, Bentler PM. Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. Structural Equation Modeling [Internet]. 1999 [Consultado el 14 de octubre de 2023];6(1):1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
30. Revelle W. psych: Procedures for Psychological, Psychometric, and Personality Research. R package version 2.1.9. [Internet]. Northwestern University; 2021 [Consultado el 14 de octubre de 2023]. <https://personality-project.org/r/psych/psych-manual.pdf>
31. Rosseel Y. lavaan: An R package for structural equation modeling. Journal of Statistical Software [Internet]. 2012 [Consultado el 14 de octubre de 2023];48(2):1-36. <https://doi.org/10.18637/jss.v048.i02>
32. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Código de ética en investigación de la UNMSM. Resolución rectoral N.º 012648-2023-R/UNMSM (2023 Nov 21).
33. Gasol X, Navarro-Haro MV, Fernández-Felipe I, García-Palacios A, Suso-Ribera C, Gasol-Colomina M. Preventing Emotional Dysregulation: Acceptability and Preliminary Effectiveness of a DBT Skills Training Program for Adolescents in the Spanish School System. Int J Environ Res Public Health [Internet]. 2022 [Consultado el 14 de octubre de 2023];19(1):494. Disponible en: <https://zaguan.unizar.es/record/117445?ln=es>
34. Moltrecht B, Deighton J, Patalay P, Edbrooke-Childs J. Effectiveness of current psychological interventions to improve emotion regulation in youth: A meta-analysis. Eur Child Adolesc Psychiatry [Internet]. 2020 [Consultado el 14 de octubre de 2023];30(6):829-848. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01498-4>
35. Reyes M, Tena A. Regulación Emocional en la Práctica Clínica: Una Guía para Terapeutas. México D. F.: Manual Moderno; 2016.
36. Zumba-Tello D, Moreta-Herrera R. Afectividad, Regulación Emocional, Estrés y Salud Mental en adolescentes del Ecuador en tiempos de pandemia. Revista Doctorado UMH [Internet]. 2022 [Consultado el 15 de noviembre de 2023];10(1). Disponible en: [http://revistagpu.cl/2009/GPU\\_marzo\\_2009\\_PDF/REGULACION%20EMOCIONAL%20EN%20NI%C3%91OS%20Y%20ADOLECENTES.pdf](http://revistagpu.cl/2009/GPU_marzo_2009_PDF/REGULACION%20EMOCIONAL%20EN%20NI%C3%91OS%20Y%20ADOLECENTES.pdf)
37. Uribe Urzola A, Ramos Vidal I, Villamil Benítez I, Palacio Sañudo JE. La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico en una muestra escolarizada de adolescentes. Psicogente [Internet]. 2018 [Consultado el 15 de noviembre de 2023];21(40):440-457. <https://doi.org/10.17081/psico.21.40.3081>
38. Rey Peña L, Quintana Orts C, Mérida López S, Extremera Pacheco N. Emotional intelligence and peer cybervictimisation in adolescents: gender as moderator. Comunicar [Internet]. 2018 [Consultado el 12 de noviembre de 2023];26(56):9-18. <https://doi.org/10.3916/C56-2018-01>
39. Ponce R, Caguana L. Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios: Emotional Regulation and Psychological Well-Being in College Students. LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades [Internet]. 2023 [Consultado el 12 de noviembre de 2023];4(1):587-597. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.275>
40. Augusto J, López R, Martínez A, Pulido M. Perceived emotional intelligence and life satisfaction among university teachers. Psicothema [Internet]. 2006 [Consultado el 12 de noviembre de 2023];18(1):152-157. Disponible en: <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=329>
41. Extremera N, Fernández P. Perceived emotional intelligence and life Satisfaction: Predictive and incremental validity using the Trait Meta-Mood Scale. Pers Individ Dif. [Internet]. 2005 [Consultado el 15 de diciembre de 2023];39(5):937-948. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.03.012>
42. Prado V, Villanueva L, Górriz A. Trait emotional intelligence and subjective wellbeing in adolescents: The moderating role of feelings. Psicothema [Internet]. 2018 [Consultado el 10 de enero de 2024];30(3):310-315. <https://doi.org/10.7334/psicothema2017.232>
43. Saxena P, Dubey A, Pandey R. Role of emotion regulation difficulties in predicting mental health and well-being. SIS Journal of Projective Psychology & Mental Health [Internet]. 2011 [Consultado el 10 de enero de 2024];18(1):147-155. Disponible en: <https://pdfs.semanticscholar.org/4027/bbd-23c5e41a81c808535bb734e6aeb083fbf.pdf>
44. Caccia P, Elgier A. Resiliencia y satisfacción con la vida en adolescentes según nivel de espiritualidad. PSOCIAL [Internet]. 2020 [Consultado el 10 de enero de 2024];6(2):62-70. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/6723/672371459005/672371459005.pdf>
45. Caqueo-Urizar A, Mena-Chamorro P, Flores J, Narea M, Irrázaval M. Problemas de regulación emocional y salud mental en adolescentes del norte de Chile. Ter Psicol. [Internet]. 2020 [Consultado el 10 de enero de 2024];38(2):203-222. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082020000200203>

#### Contribución de los autores

**JJBR:** conceptualización, redacción, borrador original, análisis formal, investigación, metodología, supervisión, redacción: revisión y edición.

**JECM:** conceptualización, redacción, borrador original, análisis formal, investigación, metodología, supervisión, redacción: revisión y edición.

**JACP:** conceptualización, redacción, borrador original, análisis formal, investigación, metodología, supervisión, redacción: revisión y edición.

**LFCR:** conceptualización, redacción, borrador original, análisis formal, investigación, metodología, supervisión, redacción: revisión y edición.

**PIGR:** conceptualización, redacción, borrador original, análisis formal, investigación, metodología, supervisión, redacción: revisión y edición.

#### Fuentes de financiamiento

La investigación fue realizada con recursos propios.

#### Conflictos de interés

Los autores declaran no tener conflictos de interés.