

## **Estrategias cognitivas de regulación emocional y síntomas de depresión en estudiantes universitarios: diferencias por género y tipo de carrera. Resultados preliminares.**

María Laura Andrés<sup>1</sup>

Solange Rodríguez-Espínola<sup>2</sup>

María Felicitas Rodríguez-Cáceres<sup>3</sup>

**Resumen:** Existen diferencias de género en la frecuencia de uso de estrategias cognitivas de regulación emocional (EC-RE). Estudios recientes sugieren que el tipo de ocupación que las personas desempeñan posee influencia sobre su estilo cognitivo más allá de su género, por lo que es posible que las diferencias en las EC-RE sean mejor explicadas por el tipo de carrera que por el género. El objetivo de este trabajo fue analizar si el efecto del género sobre la frecuencia de uso de EC-RE se modifica cuando se introduce el tipo de carrera como factor explicativo y analizar si las relaciones de estas estrategias con los síntomas de depresión son similares en ambos tipos de carrera. Se evaluó a un grupo de varones y mujeres que cursaban Psicología e Ingeniería (n=40) en las variables mencionadas. Los resultados indicaron que el tipo de carrera mostró una tendencia a resultar un factor de influencia de mayor capacidad explicativa que el género para la EC-RE rumiación, en el sentido de que los estudiantes de Psicología informaron mayor uso de la rumiación que los de Ingeniería. En ambos grupos de estudiantes, el sentido de asociación entre la rumiación y la depresión fue similar (positivo) aunque no significativo. La rumiación y la distracción resultaron predictores de los síntomas de depresión para toda la muestra.

**Palabras clave:** estrategias cognitivas de regulación emocional; síntomas de depresión; género; tipo de carrera .

---

<sup>1</sup> María Laura Andrés. Dra. en Psicología, Becaria Doctoral del CONICET en el Centro de Investigación en Metodología, Educación y Procesos Básicos CIMEPB de la Universidad Nacional de Mar del Plata. Correo electrónico: [marialauraandres@gmail.com.ar](mailto:marialauraandres@gmail.com.ar). Mar del Plata, Buenos Aires, Argentina.

<sup>2</sup> Solange Rodríguez-Espínola. Dra. en Psicología, Investigadora del Observatorio de la Deuda Social Argentina en la Universidad Católica Argentina. Correo electrónico: [solange.rodriguezespинola@gmail.com](mailto:solange.rodriguezespинola@gmail.com). Buenos Aires, Argentina.

<sup>3</sup> María Felicitas Rodríguez-Cáceres. Estudiante de Lic. en Psicología en la Universidad Católica Argentina. Correo electrónico: [felirodriguezcaceres@gmail.com](mailto:felirodriguezcaceres@gmail.com). Buenos Aires, Argentina.

## **Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms in college students: differences by gender and type of career. Preliminary results.**

**Abstract:** There are gender differences in the frequency of use of cognitive emotion regulation strategies (CER-S). Recent studies suggest that the type of occupation that people play has influence on their cognitive style beyond gender, so it is possible that differences in the CER-S are best explained by the type of career than gender. The aim of this study was to examine whether the effect of gender on the frequency of use of CER-S is modified when the type of career is introduced as an explanatory factor and analyze whether these strategies relationships with depressive symptoms are similar in both types of career. We evaluated a group of men and women studying Psychology and Engineering (n=40) in these variables. The results indicated that the type of career tended to be an influential factor with greater explanatory power than gender in the CER-S rumination, in the sense that Psychology students reported greater use of rumination than Engineering students. In both groups of students, the sense of the association between rumination and depression was similar (positive) but not significant. Rumination and distraction were predictors of depressive symptoms for the entire sample.

**Key words:** cognitive emotion regulation strategies; symptoms of depression; gender; type of career.

### **1. Introducción**

Se ha mostrado que entre los estudiantes universitarios la depresión puede constituir un problema importante, pues al malestar psicológico del individuo, se agrega la imposibilidad de obtener un rendimiento académico satisfactorio ya que las funciones cognitivas se alteran sensiblemente durante la depresión (Manelic & Ortega, 1995). Conocer y comprender los factores que pueden contribuir al inicio y sostenimiento de los síntomas, resulta valioso para el trabajo en prevención y promoción de la salud mental universitaria. Las estrategias cognitivas de regulación emocional (EC-RE) han mostrado ser factores con capacidad predictiva de los síntomas de depresión (Aldao & Nolen-Hoeksema, 2010).

Las emociones juegan un rol crucial en multitud de aspectos de la vida diaria. Pueden definirse como las reacciones biológicas que se despliegan frente a una situación que es evaluada como importante para el individuo y permiten la coordinación de nuestras respuestas al entorno (Gross & Muñoz, 1995). A pesar de estos beneficios para la adaptación, las emociones pueden provocar

malestar, particularmente cuando son inapropiadas en su tipo, intensidad o duración en una situación determinada, por lo que se vuelve necesario un proceso de regulación emocional (Gross, 2014).

La regulación emocional se refiere a una amplia categoría de “procesos extrínsecos e intrínsecos responsables del monitoreo, evaluación y modificación de las reacciones emocionales, especialmente en su intensidad y características temporales, para cumplimentar los propios objetivos” (Thompson, 1994, p.27). Las maneras específicas mediante las cuales los individuos manejan sus emociones son las estrategias de regulación emocional (Koole, 2010). La cantidad de estrategias de regulación emocional es amplia e implica un conjunto de formas tanto comportamentales como cognitivas. Si bien todos los tipos son importantes y deben ser examinados, es importante distinguir ambos aspectos (Gross, 1999; Garnefski, Kraaij & Spinhoven, 2001). En este estudio, nos focalizaremos exclusivamente en las EC-RE al igual que otros estudios (e.g. Garnefski et al., 2001; Garnefski, Teerds, Kraaij, Legerstee, van den Kommer et al., 2004). Las EC-RE son los modos cognitivos, conscientes, mediante los cuales los individuos manejan la entrada de información emocionalmente activante (Thompson, 1991). Estas estrategias han cobrado especial relevancia ya que se ha mostrado que poseen especial relevancia en la propensión a presentar síntomatología depresiva (Aldao & Nolen-Hoeksema, 2010) y que mientras algunas pueden constituirse en factores de protección otras incrementan las probabilidades de presentar psicopatología (Garnefski et al., 2004). Ahora bien, se ha mostrado que el género es un factor de influencia en la frecuencia de uso de estas formas específicas de regulación emocional (Garnefski et al., 2004). Las mujeres y varones difieren en la regulación de sus emociones y esto contribuye a su vez, a las diferencias de género en la psicopatología (Hyde, Mezulis & Abramson, 2008). Algunos estudios indican que las mujeres utilizan estrategias más focalizadas internamente y pasivas para la regulación de sus emociones, como por ejemplo, la rumiación, la reevaluación cognitiva (Tamres, Janicki & Helgeson, 2002) y la distracción (Nolen-Hoeksema, 2012). Esto podría deberse a que, por ejemplo, las mujeres informan experimentar más cantidad de emociones negativas y evalúan los eventos como más estresantes por lo que tienen más cantidad de emociones a ser reguladas (Hyde et al., 2008). También informan mayor intensidad emocional que los varones, tanto de emociones positivas como negativas (Gohm, 2003). Finalmente, se ha indicado que las mujeres son más atentas a sus emociones y más propensas a involucrarse en esfuerzos para cambiarlas (Brody & Hall, 1993). NolenHoeksema y Aldao (2011) hallaron que las mujeres informaron mayor uso de las estrategias rumiación, reevaluación, solución de problemas, aceptación y apoyo social que los varones. Garnefski et al. (2004) hallaron que las mujeres informaron mayor frecuencia de

rumiación, refocalización positiva y catastrofización que los varones. En ambos estudios las estrategias adaptativas se asociaron de forma negativa con síntomas de depresión y las no adaptativas de forma positiva.

Sin embargo, existe una línea de trabajo que permitiría hipotetizar que el tipo de carrera tendría más influencia que el género en la frecuencia de uso de EC-RE. Se ha mostrado que las diferencias de rendimiento en tareas cognitivas comúnmente atribuidas al género de los participantes resultan mejor explicadas por su tipo de ocupación. Por ejemplo, en tareas de escucha dicótica las mujeres suelen presentar un patrón de escucha bilateral en tanto los varones un patrón unilateral. Sin embargo, Govier y Bobby (1994) y Govier y Boden (1997) encontraron que las personas que se desempeñaban en ocupaciones típicamente femeninas (tales como enfermería, enseñanza en pre-escolar, trabajos domésticos) presentaron un patrón de escucha bilateral, en tanto las personas que se desempeñaban en tareas típicamente masculinas (operación de grúas, conducción de vehículos, policía, cirugía) presentaban un patrón unilateral. Estos patrones se presentaron independientemente del género de los participantes. En tareas de rotación de imágenes mentales que implican habilidades de memoria espacial los varones suelen desempeñarse mejor que las mujeres (Linn & Petersen, 1986) y en tareas de producción de sinonimia que implican habilidades de fluidez verbal las mujeres suelen tener rendimientos superiores a los hombres (Hines, 1990). Sin embargo, Govier y Feldman (1999) hallaron que las personas con ocupaciones típicamente femeninas se desempeñaban mejor en tareas de fluidez verbal que personas con ocupaciones típicamente masculinas. También encontraron que las personas con ocupaciones típicamente masculinas se desempeñaron mejor en tareas de memoria espacial que las personas con ocupaciones típicamente femeninas. Nuevamente, estos resultados fueron independientes del género de los participantes. Los autores interpretan estos hallazgos sugiriendo que cada tipo de ocupación demanda habilidades cognitivas específicas y esto podría provocar incrementos en dichas habilidades. Así, las ocupaciones típicamente femeninas demandarían habilidades cognitivas específicas que provocarían mejoras en la fluidez verbal y las ocupaciones típicamente masculinas generaría mejoras en la memoria espacial (Govier & Feldman, 1999). En este sentido, el tipo de ocupación que las personas poseen podría incrementar las habilidades en un dominio determinado.

Siguiendo con este argumento, es posible hipotetizar que aquellas carreras consideradas típicamente femeninas -como por ejemplo la Psicología (Sáinz, López-Sáez & Lisbona, 2004)- posean demandas asociadas a la mayor reflexión sobre el mundo emocional (e.g. Roe,

2002) y esto diferencie a sus estudiantes en sus capacidades de reconocimiento y/o regulación de la emoción en relación a otras carreras. Pinto, Dutra, Filgueiras, Juruena y Stingel (2013)

analizaron si estudiantes de ciencias humanas y exactas diferían en su reconocimiento de expresiones faciales emocionales. Sus resultados mostraron medias de reconocimiento diferentes entre ambos grupos, aunque estas diferencias no fueron estadísticamente significativas. Los estudiantes de ciencias humanas mostraron mayor reconocimiento de expresiones de felicidad, sorpresa y enojo que los estudiantes de ciencias exactas; aunque estos últimos mostraron mayor reconocimiento de expresiones de miedo y tristeza.

La influencia del tipo de carrera sobre la frecuencia de uso de las EC-RE debería ser analizada y comparada con la influencia del género, ya que esto permitiría entender con mayor precisión a qué se deben las diferencias en la frecuencia de uso de EC-RE que influyen sobre la sintomatología depresiva y así desarrollar intervenciones de salud mental más precisas para población universitaria. Por lo tanto, el objetivo de este trabajo fue analizar el efecto del género y del tipo de carrera sobre la frecuencia de uso de EC-RE y analizar si las relaciones de estas estrategias con los síntomas de depresión juegan un rol similar en estudiantes de ambos tipos de carrera.

## **2. Metodología**

*Participantes:* La muestra estuvo conformada por 40 alumnos universitarios seleccionados a partir de un muestreo probabilístico no accidental, pertenecientes a la carrera de Psicología (50%) y de Ingeniería (50%) de la Universidad Católica Argentina, Ciudad Autónoma de Buenos Aires (Argentina). Los estudiantes presentaron una edad promedio de 21,80 años (DE=2,08), de los cuales el 65% fueron de sexo masculino y el 35% de sexo femenino. El nivel socioeconómico (NSE) de las familias de los participantes se calculó utilizando el Índice de Hollingshead (2011) que combina el nivel educativo y ocupacional del principal sostén económico de la familia. Para esto se solicitó a los participantes que identificaran el principal sostén económico de su familia y se clasificó su nivel educativo según la escala de Pascual, Galperín y Bornstein (1993) -que toma como referencia el sistema educativo argentino- y su nivel ocupacional según la Escala de Grupos Ocupacionales de Argentina EGO 70 de Sautú (1989). Ambas escalas poseen una correlación de 0.94 con el Índice de Hollingshead (Pascual et al., 1993). La Tabla 1 presenta el principal sostén económico identificado por el participante, su nivel educativo, su nivel ocupacional y el NSE según la clasificación propuesta por Hollingshead (2011).

Tabla 1

*Distribución del NSE de los participantes*

Frecuencia (%)		
<b>Principal sostén económico de la familia del participante</b>	Padre	28(70)
	Madre	5(12,5)
	Pareja	1(2,5)
	Propio participante	5(12,5)
	Otra persona	1(2,5)
<b>Nivel educativo del principal sostén económico de la familia</b>	Secundario Completo	2(5)
	Universitario Incompleto	10(25)
	Universitario Completo	20(50)
	Formación de Posgrado	8(20)
<b>Nivel ocupacional</b>	Administrativos, trabajadores en sector ventas	3(7,5)
	Técnicos y semi-profesionales, propietarios de pequeños comercios	6(15)
	Profesionales, administrativos de alto rango, directivos de empresas	31(77,5)
<b>NSE según Índice de Hollingshead (2011)</b>	NSE Medio-Alto	9(22,5)
	NSE Alto	31(77,5)

*Instrumentos:*

- Se administró una pequeña encuesta para recabar datos referidos al NSE de las familias de los participantes.
- Para evaluar las estrategias cognitivas de regulación emocional se utilizó la versión traducida y adaptada de Medrano, Moretti, Ortiz y Pereno (2013) del Cuestionario de regulación Emocional Cognitiva CERQ de Garnefksi, Kraaij y Spinhoven (2001). El CERQ es un cuestionario de autoinforme que se compone de nueve subescalas compuestas de cuatro ítems cada una que evalúan nueve EC-RE. Los ítems se responden a partir de una escala de Likert en donde 1 es *casi nunca* y 5 es *casi siempre*. La puntuación por subescala se obtiene a partir de la suma de los ítems de cada subescala que puede ir de 4 a 20. Las estrategias son: Autoculpabilización, que se refiere a pensamientos que atribuyen la causa del evento negativo y la consecuente emoción negativa a la propia persona (e.g. “Siento que yo soy el culpable de lo que pasó”); -Culpar a los demás, que se refiere a los pensamientos que atribuyen la causa del evento negativo a otras personas (“Pienso que otros son culpables de lo que me pasó”); Aceptación, significa resignarse y tener pensamientos que acepten que el evento negativo ha ocurrido (“Pienso que tengo que aceptar lo que pasó”); -Planificación, consiste en pensar en los

pasos que deben llevarse a cabo para solucionar el problema (“Pienso en cómo cambiar la situación”); -Refocalización Positiva, se refiere a tener pensamientos alegres y placenteros en lugar de pensar en el evento negativo (“Pienso en cosas positivas que tienen nada que ver con lo que he vivido”); -Rumiación, significa pensar excesivamente acerca de los pensamientos y emociones relacionados con el evento displacentero (“Estoy preocupado porque siento y pienso acerca de lo que me ha pasado”); -Reevaluación Positiva, se trata de los pensamientos que otorgan un significado positivo al evento displacentero (“Pienso que esta situación tiene también partes positivas”); -Toma de Perspectiva, significar otorgar el nivel de importancia que el evento tiene, consiste en disminuir y relativizar su gravedad comparándolo con otros (“Pienso que no ha sido tan malo comparado con otras cosas”) y –Catastrofización, que guarda relación con pensamientos excesivos que enfatizan la gravedad de los hechos experimentados (“Normalmente pienso que lo que me ha pasado a mi es lo peor que le puede pasar a alguien”).

Los análisis de confiabilidad y validez realizados por los autores de la versión adaptada del instrumento muestran adecuadas propiedades psicométrica (Medrano et al., 2013).

- Para evaluar los síntomas depresivos se utilizó la adaptación de Brenlla y Rodríguez (2006) del Inventory para de Depresión de Beck, Steer y Brown (2006). Se trata de un cuestionario de autoinforme de 21 ítems que se puntúan sobre una escala de Likert de 4 opciones (0 a 3); la puntuación total varía de 0 a 63 y puntuaciones mayores indican mayor cantidad y severidad de síntomas de depresión. El sujeto debe elegir en cada uno de los ítems la frase que más se aproxima a su estado medio. Cada ítem presenta cuatro alternativas ordenadas de acuerdo a su gravedad. En todos los casos, el primer enunciado tiene un valor de 0, que indica la ausencia de síntoma, el segundo de 1 punto, el tercero de 2 puntos y el cuarto de 3 puntos que constituiría la gravedad máxima del síntoma.

*Procedimiento:* Se contactó a los participantes a través de la Facultad de Psicología e Ingeniería de la Universidad Católica Argentina y se los invitó a participar de la investigación. Se les explicó el propósito y alcance de la investigación y se les solicitó su consentimiento informado. Se aclaró que la participación era voluntaria y que los datos se tratarían de forma anónima con fines exclusivos de investigación. La administración de los instrumentos se realizó de forma grupal, en un aula que la institución destinó para tal fin en un tiempo promedio de 20 minutos.

*Plan de análisis de datos:* Se realizaron análisis descriptivos de las variables bajo estudio. Se realizó un ANOVA de uno y dos factores para examinar el posible efecto del género y el tipo de carrera universitaria de los participantes sobre la frecuencia de uso de las EC-RE. Para analizar

la relación de las EC-RE con los síntomas de depresión se realizaron análisis de regresión lineal múltiple y correlación bivariada.

### **3. Resultados**

#### *Análisis descriptivos*

Los análisis descriptivos de cada una de las variables bajo estudio se muestran en la Tabla 2. En ésta se pueden apreciar las puntuaciones mínimas, máximas la media y el desvío estándar de cada EC-RE y de los síntomas de depresión en la muestra bajo estudio. La planificación, la aceptación y la reevaluación positiva son las estrategias más informadas por los participantes.

Tabla 2

*Estadísticos descriptivos para cada una de las variables bajo estudio*

	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
Refocalización Positiva	4,00	17,00	11,35	3,64
Reevaluación Positiva	7,00	20,00	14,75	3,21
Planificación	10,00	20,00	15,50	3,04
Toma de Perspectiva	5,00	20,00	13,77	3,51
Aceptación	10,00	20,00	14,85	2,45
Autoculpabilización	6,00	18,00	11,92	2,74
Catastrofización	4,00	16,00	9,07	2,86
Culpar a Otros	4,00	19,00	9,20	3,36
Rumiación	6,00	20,00	12,48	3,63
Depresión	,00	29,00	6,05	6,33

#### *Diferencias de género y tipo de carrera en las EC-RE*

La Tabla 3 muestra las frecuencias de uso de las EC-RE según el género y el tipo de carrera. Las mujeres presentaron medias superiores en casi todas las EC-RE respecto de los varones. Se realizó un ANOVA factorial para conocer el rol del género en la frecuencia de uso de ECRE. El análisis mostró diferencias significativas sólo para la estrategia rumiación. Se realizó luego un ANOVA de dos factores para conocer el rol del género y del tipo de carrera sobre las EC-RE cuando ambos factores son introducidos de modo simultáneo. El análisis mostró que el tipo de carrera no es un factor de influencia sobre las EC-RE, sin embargo, puede observarse que en el caso de la rumiación al introducir el tipo de carrera, el género perdió capacidad explicativa y se

observó una tendencia de asociación con este factor ( $p=.60$ ) en el sentido de que los estudiantes de Psicología informaron mayor rumiación que los estudiantes de Ingeniería.

Tabla 3

*Diferencias entre varones y mujeres en las EC-RE: medias, desviaciones estándar y estadísticos F.*

	Varón		Mujer		Psicología		Ingeniería		Género	Género	Tipo Carrera F-test <sup>b</sup>
	M	DE	M	DE	M	DE	M	DE	F-test <sup>a</sup>	F-test <sup>b</sup>	
Culpabilización	11,88	2,70	12,00	2,93	11,95	2,62	11,90	2,93	,01	.01	,00
Aceptación	14,88	2,40	14,78	2,63	14,80	2,48	14,90	2,48	,01	.01	,00
Rumiación	11,58	3,10	14,14	4,07	14,05	3,77	10,91	2,77	4.95*	.03	3,49( $p=.60$ )
Refocalización	10,69	3,71	12,57	3,27	12,40	2,92	10,30	4,04	2,51	.10	1,04
Planificación	15,03	3,26	16,35	2,46	15,95	2,92	15,05	3,17	1.73	.87	,00
Reevaluación	14,26	3,13	15,64	3,29	15,75	3,02	13,75	3,16	1.68	.05	2,38
Catastrofización	9,07	3,04	9,07	2,61	8,80	2,58	9,35	3,16	,01	.40	,76
Toma Perspectiva	13,42	3,77	14,42	3,00	14,35	3,01	13,20	3,95	,73	.02	,34
Culpar a Otros	8,73	2,94	10,07	4,00	9,30	3,96	9,10	2,75	1,45	2.48	1,05

<sup>a</sup>ANOVA de un factor: género <sup>b</sup> ANOVA de dos

factores: género y tipo de carrera \* $p<.05$ .

#### *Relaciones de las EC-RE con los síntomas de depresión*

Se realizó un análisis de regresión lineal múltiple para examinar la relación de las EC-RE con los síntomas de depresión para toda la muestra que se presenta en la Tabla 4. Para controlar las variables género y tipo de carrera sobre los síntomas de depresión estas variables se introdujeron primero en el análisis. Se observó que no presentaron capacidad explicativa sobre los síntomas de depresión ( $R^2=-.03$ , Et=6.23,  $F(2)=1.63$ ,  $p=.20$ ). Luego, se ingresaron en el análisis las EC-RE y el modelo resultó entonces significativo explicando un 33% de la varianza en los síntomas de depresión ( $R^2=-.33$ , Et=5.18,  $F(11)=2.76$ ,  $p<.01$ ). Específicamente, las EC-RE que mostraron capacidad predictiva fueron la refocalización positiva (en sentido negativo) y en segundo lugar la rumiación en sentido positivo. La única estrategia en la que se observó una tendencia a que el tipo de carrera se constituya en un factor de influencia sobre su frecuencia de uso fue la rumiación, por lo que se examinó su avocación con síntomas de depresión en estudiantes de Psicología y de Ingeniería mediante correlaciones bivariadas. Las asociaciones no fueron estadísticamente significativas pero mostraron los mismos sentidos (positivos) para ambos grupos, es decir, que la mayor utilización de rumiación entre los estudiantes de Psicología indica

mayor presencia de síntomas de depresión ( $r=.35$ ;  $p>.05$ ) y lo mismo sucede entre los estudiantes de Ingeniería ( $r=.14$ ;  $p>.05$ ).

Tabla 4

*Relación entre las EC-RE y los síntomas de depresión: análisis de regresión lineal múltiple*

Predictores		□
Modelo 1	Genero	,37
	Tipo de carrera	,14
Modelo 2	Genero	,31
	Tipo de carrera	,07
	Autoculpabilización	-,11
	Aceptación	,12
	Rumiación	,35*
	Refocalización Pos.	-,55**
	Planificación	,37
	Reevaluación Pos.	-,34
	Catastrofización	-,28
	Toma de Perspectiva	,02
	Culpar a Otros	,10

Nota: \* $p<.05$ ; \*\* $p<.01$

#### 4. Discusión y conclusiones

El objetivo de este trabajo fue analizar el efecto del género y del tipo de carrera sobre la frecuencia de uso de EC-RE y analizar si las relaciones de estas estrategias con los síntomas de depresión son similares en estudiantes de tipos de carrera. Los resultados mostraron que las mujeres informaron mayor frecuencia de uso de todas las EC-RE de forma similar a lo encontrado en otros estudios (Garnefski et al., 2004; Nolen-Hoeksema & Aldao, 2011; Tamres et al., 2002). El género no resultó un factor de influencia sobre la frecuencia de uso de la mayoría de las EC-RE, con excepción de la rumiación donde se observó una diferencia significativa, en el sentido de que las mujeres informaron mayor uso de la estrategia que los varones. Este resultado es similar a lo reportado por otros estudios (Garnefski et al., 2004; Nolen-Hoeksema & Aldao, 2011; Tamres et al., 2002). Se ha sugerido que las mujeres poseen más conciencia de sus propias emociones y de las de otros y prestan más atención a estas en comparación con los varones (Brody & Hall, 1993; Ciarrochi, Hynes & Crittenden, 2005). Sin embargo, esta atención y compromiso con las emociones puede volverse desadaptativa en una focalización rumiativa sobre las emociones (Barrett, Lane, Schrest & Schwartz, 2000).

No obstante, nuestros resultados mostraron que al introducir el tipo de carrera como factor explicativo en el modelo, el género perdió capacidad explicativa y el tipo de carrera mostró una tendencia de asociación con la rumiación. Es posible que las demandas profesionales asociadas a la mayor reflexión sobre el mundo emocional (Roe, 2002) expliquen la mayor frecuencia que observamos de la rumiación en los estudiantes de Psicología y esto también explique el hecho de que el género perdió su capacidad explicativa en el modelo al introducir el factor tipo de carrera.. En cuanto al rol de la rumiación en la presencia de sintomatología depresiva, no encontramos diferencias entre estudiantes de Psicología y de Ingeniería, es decir, la rumiación presentó un sentido de asociación positivo en estudiantes de Psicología y de Ingeniería (aunque no fueron estadísticamente significativas), lo que podría indicar que aquellas EC-RE que resultan no adaptativas en estudiantes de una carrera lo serían también en estudiantes de otra.

Finalmente, la rumiación y la refocalización positiva resultaron predictores significativos de los síntomas de depresión para toda la muestra tomada en su conjunto. Este resultado sigue las tendencias de resultados obtenidos en otros estudios, la rumiación se ha asociado con síntomas de depresión a lo largo de diferentes estudios (e.g. Garnefski et al., 2002; Martin & Dahlen, 2005; Schoroevers, Kraaij & Garnefski, 2007). En cuanto a la refocalización positiva, es una estrategia que ha mostrado asociaciones negativas con depresión en diferentes estudios pero sólo se ha mostrado como un predictor significativo de los síntomas de depresión en aquellos estudios que incluyen muestras de niños, adolescentes y/o adultos jóvenes (e.g. Garnefski et al., 2001; Garnefski & Kraaij, 2006; Garnefski, Rieffe, Jellesma, Terwogt & Kraaij, 2007).

En cuanto a las limitaciones de nuestro trabajo podemos mencionar que la detección de los síntomas de depresión así como la medición de las EC-RE se realizaron sobre la base exclusiva de autoinformes, lo que puede haber causado algunos sesgos. Es importante para futuros estudios realizar investigaciones relativas a las EC-RE incorporando a las medidas de autoinforme otras de otros tipos, como entrevistas, juicios de expertos o diseños experimentales. Por otro lado, es importante reconocer que si bien teóricamente es razonable sostener que ciertas EC-RE dan paso a determinados problemas emocionales como la depresión, también es posible sostener lo contrario. La existencia de mecanismos de causalidad circular haría ciertas ambas afirmaciones al mismo tiempo y también sería posible que una tercera variable esté explicando la relación de las EC-RE con los síntomas de depresión. En el futuro, diseños prospectivos podrían responder por el orden temporal en la emergencia de síntomas emocionales y coportamentales y de ciertas EC-RE. En último lugar, se trata de una muestra pequeña seleccionada de manera intencional, por lo que los resultados son de naturaleza preliminar y las posibilidades de generalización

extremadamente moderadas. Futuros estudios, debería seleccionar muestras de manera probabilística y de mayor tamaño lo que permitiría analizar efectos de mayor impacto en los modelos explicativos y brindaría mayores posibilidades de generalización.

Finalmente, diversas investigaciones han mostrado que los estudiantes universitarios son un grupo vulnerable al desarrollo de síntomas de depresión (Arrivillaga-Quintero, Cortés-García, Goicochea-Jimenez & Lozano-Ortiz, 2004; Dávila-Figueras, Ruiz-Celis, Moncada-Arroyo & Gallardo-Ray, 2011; Gutiérrez-Rodas et al., 2010; Riveros et al., 2007). De modo que el ámbito universitario como contexto propicio para la promoción de la salud mental y el bienestar ha comenzado a considerarse sumamente valioso ya que las intervenciones que se realizan en él incrementarían no sólo el bienestar emocional de los estudiantes sino también su rendimiento académico (Romo-González, Ehrensweig, Sánchez-Gracida, Enríquez-Hernández, López-Mora et al., 2014). Por lo que esperamos que, a pesar de las limitaciones, nuestro trabajo represente una contribución con posibilidades de transferencia para el diseño de programas de intervención más específicos y de mayor precisión que permitan comprender y enfatizar aquellos aspectos con capacidad de promover mayor bienestar y salud mental en población universitaria.

## 5. Referencias

- Aldao, A., & Nolen-Hoeksema, S. (2010). Specificity of cognitive emotion regulation strategies: a transdiagnostic examination. *Behaviour Research and Therapy*, 48(10), 974–83.
- Arrivillaga-Quintero, M., Cortés-García, C., Goicochea-Jimenez, V. L., & Lozano-Ortiz, T. M. (2004). Caracterización de la depresión en jóvenes universitarios. *Pontificia Universidad Javeriana Cali*, 3(1), 17–25.
- Barrett, L., Lane, R. D., Sechrest, L. & Schwartz, G.E. (2000). Sex differences in emotional awareness. *Personality and Social Psycholigal Bulletin*, 26, 1027-35.
- Beck, A. T., Steer, R. A. & Brown, G. K. (2006). *BDIII, Inventario de Depresión de Beck* (2<sup>a</sup> ed.). Buenos Aires: Paidós.
- Brenlla, M. E. & Rodríguez, C. M. (2006). *Adaptación argentina del Inventario de Depresión de Beck (BDIII)*. Buenos Aires: Paidós.
- Brody, L.R., Hall, J.A. (1993). Gender and emotion in context. En M. Lewis, J. M. Haviland y L. F. Barrett (Eds.), *Handbook of Emotions* (pp. 89–121). New York: Guilford
- Ciarrochi, J., Hynes, K. & Crittenden, N. (2005). Can men do better if they try harder: sex and motivational effects on emotional awareness. *Cognition & Emotion*, 19, 133–41.

- Dávila-Figueras, A., Ruiz-Celis, R., Moncada-Arroyo, L., & Gallardo-Rayo, I. (2011). Niveles de ansiedad, depresión y percepción de apoyo social en estudiantes de Odontología de la Universidad de Chile. *Revista de Psicología*, 20, 147–172.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. *Personality and Individual Differences*, 40(8), 1659–1669.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, Ph. (2001). Negative Life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311–1327.
- Garnefski, N., Rieffe, C., Jellesma, F., Terwogt, M. M., & Kraaij, V. (2007). Cognitive emotion regulation strategies and emotional problems in 9 - 11-year-old children: the development of an instrument. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 16(1), 1–9.
- Garnefski, N., Teerds, J., Kraaij, V., Legerstee, J., van den Kommer, T., & Vandenkommer, T. (2004). Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: differences between males and females. *Personality and Individual Differences*, 36(2), 267–276.
- 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.
- Gohm CL. 2003. Mood regulation and emotional intelligence: individual differences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 594–607.
- Govier, E. & Bobby, P. (1994). Sex and occupation as markers for task performance in a dichotic measure of brain asymmetry. *International Journal of Psychophysiology*, 18, 179-186.
- Govier, E. & Boden, M. (1997). Occupation and dichotic listening performance. *Laterality*, 2, 27-32.
- Govier, E., & Feldman, J. (1999). Occupational choice and patterns of cognitive abilities. *British Journal of Psychology*, 90(1), 99–108.
- Gross, J. J. (1999). Emotion regulation: past, present, future. *Cognition and Emotion*, 13, 551–573.

- Gross, J. J. (2014). Emotion Regulation: Conceptual and Empirical Foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation*. (Second Edition, pp. 3–22). New York - London: The Guilford Press.
- Gross, J. J., & Muñoz, R. F. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2, 151–164.
- Gutiérrez-Rodas, J. A., Montoya-Vélez, L. P., Toro-Isaza, B. E., Briñón-Zapata, M. A., Rosas-Restrepo, E., & Salazar-Quintero, L. E. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *Revista CES Medicina*, 24(1), 7–17.
- Hines, M. (1990). Gonadal hormones and human cognitive development. En J. Balthazart (Ed.), *Hormones, brain and behaviour in vertebrates. Sexual differentiation neuroanatomical aspects, neurotransmitters and neuropeptides*, (pp. 53-54). Basel : Karger.
- Hollingshead, A.B. (2011) Four Factor Index of Social Status. *Yale Journal of Sociology*, 8, 2-52.
- Hyde, J.S., Mezulis, A.H., Abramson, L.Y. (2008). The ABCs of depression: integrating affective, biological, and cognitive models to explain the emergence of the gender difference in depression. *Psychological Review*, 115:291– 313
- Koole, S. L. (2010). The psychology of emotion regulation: An integrative review. In J. De Houwer & D. Hermans (Eds.), *Cognition and emotion: Reviews of current research and theories* (pp. 128-167). New York, NY: Psychology Press.
- Linn, M. C. & Petersen, A. C. (1986). A meta-analysis of gender differences in spatial ability : Implications for mathematics and science achievement. En J. S. Hyde y M. C. Linn (Eds.), *The psychology of gender : Advances through meta-analysis* . Baltimore, MD: Johns Hopkins
- Maciel, B., Pinto, D. C., Filgueiras, A., Francisco, M., Juruena, P., & Stingel, A. M. (2013). Diferenças de gênero entre universitários no reconhecimento de expressões faciais emocionais. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 31, 200–222.
- Manelic, R. & Ortega, H. (1995). La depresión en los estudiantes universitarios de la Escuela Nacional de Estudios Profesionales Plantel Aragón. *Salud Mental*; 18(2);31- 34.
- Martin, R., & Dahlen, E. (2005). Cognitive emotion regulation in the prediction of depression, anxiety, stress, and anger. *Personality and Individual Differences*, 39(7), 1249–1260.

- Medrano, L. A., Moretti, L., & Ortiz, Á. (2013). Validación del Cuestionario de Regulación Emocional Cognitiva en Universitarios de Córdoba , Argentina. *PSYKHE*, 22, 83–96.
- Nolen-Hoeksema, S. (2012). Emotion regulation and psychopathology: the role of gender. *Annual Review of Clinical Psychology*, 8, 161–87.
- 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.
- Pascual, L., Galperín, C. & Bornstein, M. (1993) La medición del nivel socioeconómico y la psicología evolutiva: el caso argentino. *Revista Interamericana de Psicología*, 27(1), 59–74.
- Roe, R. A. (2002). What Makes a Competent Psychologist? *European Psychologist*, 7(3), 192–202.
- Romo-González, T., Ehrensweig, Y., Sánchez-Gracida, O. D., Enríquez-Hernández, C. B., López-Mora, G., Martínez, A. J., & Larralde, C. (2014). Promotion of individual happiness and well-being of students by a positive education intervention. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 5(2), 79–102.
- Sáinz, M., López-Sáez, M., & Lisbona, A. (2004). Expectativas de rol profesional de mujeres estudiantes de carreras típicamente femeninas o masculinas. *Acción Psicológica*, 3(2), 111–123.
- Sautú, R. (1989). Teoría y técnica en la medición del status ocupacional: Escalas objetivas de Prestigio (Documento de Trabajo). Buenos Aires: Universidad de Buenos Aires. Instituto de Ciencias Sociales.
- Schroevers, M., Kraaij, V., & Garnefski, N. (2007). Goal disturbance, cognitive coping strategies, and psychological adjustment to different types of stressful life event. *Personality and Individual Differences*, 43(2), 413–423.
- 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, 2-30.
- Thompson, R. A. (1991). Emotional regulation and emotional development. *Educational Psychology Review*, 3, 269–307.

Thompson, R. A. (1994). Emotional regulation: a theme in search for definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, 25–52.