

# ARISTAS

REPORTE 10

## ANÁLISIS DE LA REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE TERCERO DE EDUCACIÓN MEDIA EN 2018 Y 2021



**INEEEd**

Instituto Nacional de  
Evaluación Educativa



**Aristas**

Evaluación Nacional  
de Logros Educativos

Comisión Directiva del INEE: Javier Lasida (presidente), Guillermo Fossati y Pablo Caggiani.

Directora del Área Técnica: Carmen Haretche

Director de la Unidad de Estudios e Indicadores: Federico Rodríguez

La elaboración de este documento estuvo a cargo de Gina Pancorbo.

Corrección de estilo: Federico Bentancor y Mercedes Pérez

Diseño y diagramación: Diego Porcelli

Foto de tapa: INEE

Montevideo, 2022

ISSN: 2697-2786

© Instituto Nacional de Evaluación Educativa (INEE)  
Edificio Los Naranjos, Planta Alta, Parque Tecnológico del LATU  
Av. Italia 6201, Montevideo, Uruguay  
(+598) 2604 4649 – 2604 8590  
ineed@ineed.edu.uy  
www.ineed.edu.uy

Cómo citar: INEE. (2022). *Reporte de Aristas 10. Análisis de la regulación emocional en estudiantes de tercero de educación media en 2018 y 2021*. Recuperado de <https://www.ineed.edu.uy/images/Aristas/Publicaciones/Reportes/Reporte-10-Regulacion-emocional-estudiantes-tercero-media.pdf>

Este reporte trata de niños, adolescentes y adultos mujeres y varones. El uso del masculino genérico obedece a un criterio de economía de lenguaje y procura una lectura más fluida, sin ninguna connotación discriminatoria.

# SÍNTESIS

El presente reporte analiza y compara los puntajes obtenidos en la escala de regulación emocional por los estudiantes de tercer año de educación media de Uruguay (secundaria y técnico profesional) en los años 2018 y 2021<sup>1</sup>. Los resultados indican que, aunque con una diferencia muy pequeña, los niveles de regulación emocional de los adolescentes de tercero de media del año 2018 son mayores que los de los participantes del año 2021. No obstante, se podría interpretar que esta diferencia podría estar asociada a los desafíos producto de la pandemia de COVID-19, que han afectado, en general, la salud mental de los adolescentes y el uso de estrategias de regulación de emociones. También se han observado mínimas diferencias que muestran una mayor regulación emocional entre los varones y entre los estudiantes (de ambos sexos) de los estratos socioeconómicos más favorecidos, que van en línea con los antecedentes nacionales y regionales.

---

<sup>1</sup> Los datos 2018 corresponden a la aplicación de Aristas Media de ese año. Los datos 2021 corresponden a una submuestra (representativa) de centros del estudio anterior, en la que, a diferencia de lo que ocurrió con Aristas Media, únicamente se aplicaron cuestionarios a estudiantes y docentes. No se aplicaron pruebas para medir el desempeño en lectura y matemática.

# INTRODUCCIÓN

El Instituto Nacional de Evaluación Educativa (INEED) desarrolla, en el marco de la aplicación de la prueba nacional de logros educativos Aristas, la evaluación de habilidades socioemocionales entre los estudiantes de sexto año de educación primaria y tercero de educación media. En dicho marco, el presente informe analiza y compara los puntajes obtenidos en la escala de regulación emocional por los adolescentes de tercer año de educación media (secundaria y técnico profesional) en los años 2018 y 2021.

Este reporte se compone de una breve introducción teórica sobre la relación entre la regulación emocional y variables como el género, la edad del adolescente y el nivel socioeconómico. A su vez, se describe el impacto que puede haber tenido la pandemia de COVID-19 sobre la regulación emocional de los adolescentes. Esto último es particularmente relevante porque al comparar los puntajes de los años 2018 y 2021 se está tomando en cuenta el contexto en el cual se midió el constructo, marcado por el distanciamiento, el confinamiento y otras variables que pueden haber afectado la regulación emocional de los participantes.

Luego de esta introducción se presentan los resultados de los análisis estadísticos realizados para comparar los puntajes de los años 2018 y 2021, y cómo el año de aplicación interactúa con variables como género, edad y nivel socioeconómico de los participantes. Por último, se presentan las implicancias y conclusiones de los resultados alcanzados.

# MARCO CONCEPTUAL

## REGULACIÓN EMOCIONAL POR EDAD Y EN LA ADOLESCENCIA

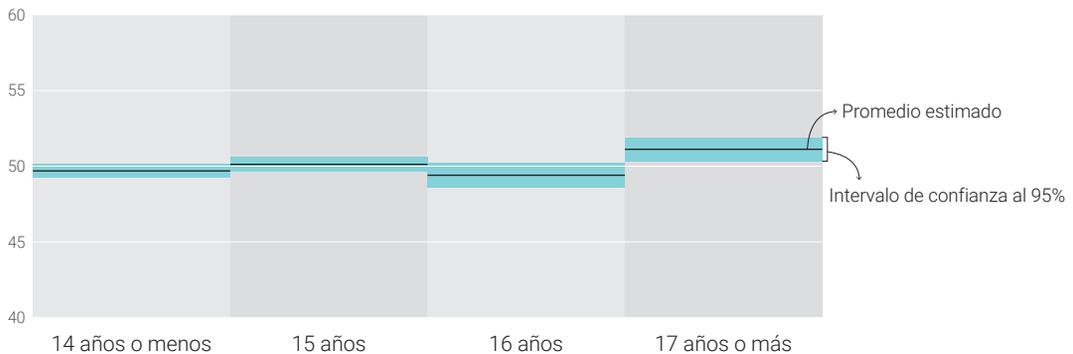
Las habilidades socioemocionales cambian en las diferentes etapas de desarrollo, debido a una combinación entre aspectos biológicos, ambientales y experiencias de vida (Chernyshenko, Kankaras y Drasgow, 2018). Si bien analizar esos cambios a lo largo del tiempo puede ser complejo (Chernyshenko et al., 2018; Ross, Kim, Tolan y Jennings, 2019), existe cada vez más evidencia acerca de fluctuaciones en las habilidades y tendencias de personalidad relacionadas a estas durante las diferentes etapas de desarrollo, incluyendo la adolescencia (Charles y Carstensen, 2014; Chernyshenko et al., 2018; Riedeger y Kilpker, 2014; Ross et al., 2019; Soto, John, Gosling y Potter, 2010)

Específicamente durante la adolescencia, existen cambios en la maduración biológica, la relación con otros (como familiares y pares) y las trayectorias de estudio que afectan al desarrollo de habilidades socioemocionales (McRae y Gross, 2020; OCDE, 2021a; Riedeger y Kilpker, 2014; Ross et al., 2019; Soto et al., 2010). Aunque aún se necesita mayor evidencia acerca de cómo se transforman estas habilidades en la adolescencia (Ross et al., 2019), se han encontrado algunos estudios que muestran cambios en habilidades relacionadas a la estabilidad y regulación emocional (Chernyshenko et al., 2018; OCDE, 2021a; Riedeger y Kilpker, 2014).

Por un lado, se ha encontrado que durante la adolescencia se amplía el rango de posibles estrategias de regulación frente a situaciones de estrés. Por tanto, los adolescentes pueden ser más capaces de atender y reflexionar sobre su estado emocional y pueden estar más propensos a mantener estrategias de regulación emocional, comparados con personas de menor edad (Zimmer-Gebeck y Skinner, 2011, citados en Riedeger y Kilpker, 2014). Además, durante el desarrollo en la adolescencia las personas adquieren mayores capacidades para controlar impulsos y ser más conscientes de ellos mismos y de su entorno (Charles y Carstensen, 2014).

En concordancia con lo anterior, los resultados de la evaluación socioemocional de Aristas Media 2018 indicaron que los adolescentes de 17 años tienen mayores puntajes en la dimensión de habilidades intrapersonales (regulación emocional y autocontrol) que los de menor edad, con excepción del grupo de 15 años (gráfico 1). De acuerdo con el informe de Aristas Media 2018 (INEEd, 2020), estas diferencias pueden deberse a procesos de desarrollo relacionados al aumento de la capacidad de abstracción entre la niñez y la adolescencia tardía. Esto permitiría una mejor comprensión de las emociones y de los estados internos, lo que facilitaría el desarrollo de las habilidades socioemocionales en general (Steinberg, 2005, citado en INEEd, 2020).

GRÁFICO 1

**DIFERENCIAS DE EDAD EN EL ÍNDICE DE HABILIDADES INTRAPERSONALES (REGULACIÓN EMOCIONAL Y AUTOCONTROL) EN ARISTAS MEDIA 2018**

Fuente: INEEed (2020).

Por otro lado, algunos estudios muestran que en varias etapas de la adolescencia puede haber una reducción de la capacidad de regulación emocional (Zimmer-Gebeck y Skinner, 2011, citados en Riedeger y Kilpker, 2014), lo que se refleja en la existencia de menores niveles de autocontrol y estabilidad emocional (McRae y Gross, 2020; Riedeger y Kilpker, 2014; Ross, et al., 2019; Soto, 2016, citado en OCDE, 2021a). Además, en algunas etapas puede aumentar la impulsividad y disminuir el control emocional frente a situaciones de riesgo (Steinberg, 2008; Luerksen y Ayduk, 2014, citados en Riedeger y Kilpker, 2014).

Esta reducción en la regulación emocional durante la adolescencia se mostró en un estudio de habilidades socioemocionales de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE). Se encontró que el grupo de estudiantes encuestados de la cohorte menor (10 años) tenía mayores puntajes en las escalas de regulación emocional (incluyendo resistencia al estrés, optimismo y control emocional) que el grupo de mayor edad (15 años) (OCDE, 2021a).

Para poder comprender estos resultados, es necesario considerar que, además de los cambios biológicos, psicológicos y sociales durante la adolescencia, la reactividad emocional puede ser mayor debido a variaciones en el desarrollo neuropsicológico en esta etapa. Al parecer, durante la adolescencia, en comparación a la niñez y la adultez, las personas experimentan estados emocionales que cambian con mayor rapidez, son más complejos y negativos. Muchos adolescentes pueden sentirse abrumados por lo retos emocionales que enfrentan, lo que puede aumentar su grado de vulnerabilidad y las habilidades que necesitan para adaptarse. Además, otros factores externos a ellos, como las acciones de regulación y expresión emocional en la familia, pueden tener un efecto importante en el desarrollo fluctuante de esta habilidad (Riedeger y Kilpker, 2014).

Adicionalmente, puede haber cambios en la motivación de la regulación emocional durante la adolescencia. De acuerdo a Riedeger et al. (2009), la investigación ha prestado mayor atención a las estrategias de regulación emocional que buscan un mayor bienestar (*prohedonic*), pero se ha prestado poca atención a las estrategias orientadas a experimentar mayores emociones negativas, como tristeza o ira, o reducir la experimentación de emociones

positivas como la alegría (*contrahedonic*). Este estudio encontró que durante la adolescencia se reportan estas últimas estrategias (*contrahedonic*) con mayor frecuencia, lo que sugiere que las motivaciones de regulación emocional para adolescentes podrían ser diferentes que para adultos, afectando la forma como comprendemos y evaluamos la regulación emocional en esta etapa (Riedeger et al., 2009, citados en Riedeger y Kilpker, 2014).

En general, la evidencia parece indicar que el desarrollo de la regulación emocional se comporta de manera distinta en la adolescencia, comparada a la etapa de la adultez (Riedeger y Kilpker, 2014) y su crecimiento es fluctuante, no lineal (Zimmer-Gebeck y Skinner, 2011, citados en Riedeger y Kilpker, 2014; Schweizer, Gotlib y Blakemore, 2020). Sin embargo, aunque aún existen muchas preguntas acerca de la regulación emocional, existe un consenso acerca de la importancia de esta habilidad en la adolescencia, por lo que se necesita continuar con la investigación en este tema (Charles y Carstensen, 2014; Riedeger y Kilpker, 2014).

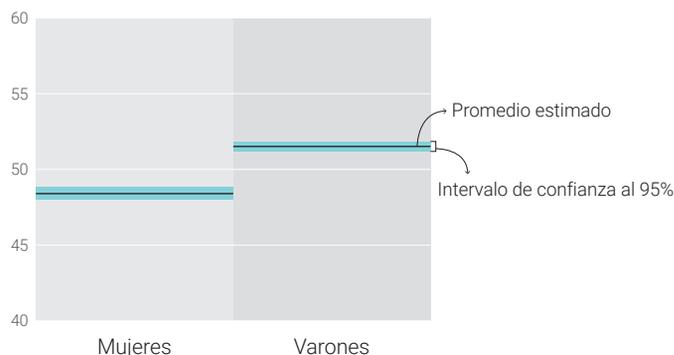
## REGULACIÓN EMOCIONAL Y GÉNERO

Si bien existen diferentes estudios sobre habilidades socioemocionales, muy pocos exploran específicamente las diferencias por género, especialmente durante la adolescencia (Ross et al., 2019). A su vez, se ha observado la existencia de diferencias entre varones y mujeres en las trayectorias de estabilidad emocional, pero no parece haber una conclusión exacta sobre estas diferencias (Chernyshenko et al., 2018).

Existe evidencia sobre un mayor desarrollo de regulación emocional en varones, como en el estudio realizado por la OCDE (2021b). En este análisis se encontró que los participantes varones reportaron mayores puntajes en regulación emocional que las mujeres en los tres factores analizados: resistencia al estrés, optimismo y control emocional. Estas diferencias crecen en la cohorte de mayor edad (15 años) respecto a la de menor edad (OCDE, 2021b).

En la evaluación de la Mesa Regional de Cooperación Técnica sobre Competencias Transversales y Socioemocionales (MESACTS, 2020), los resultados también muestran que los participantes varones tenían mayores puntajes en regulación emocional que las mujeres en la mayoría de países (Chile, Colombia, El Salvador y Uruguay). En las únicas muestras en las que esto no sucedió fue en la de Argentina, donde no se encontraron diferencias significativas, y Paraguay, donde las participantes mujeres tenían mayores puntajes (MESACTS, 2020). Estos resultados van de acuerdo a los encontrados en Aristas Media 2018, evaluación aplicada a estudiantes de tercero de media utilizando las escalas de regulación emocional y autocontrol del INEEd que conforman la dimensión de habilidades intrapersonales (INEEd, 2018). Los resultados de esta evaluación indicaron que los adolescentes varones utilizan con más frecuencia estrategias de regulación de emociones y de autocontrol (aspecto emocional) que sus pares mujeres (gráfico 2).

GRÁFICO 2  
**DIFERENCIAS DE GÉNERO EN EL ÍNDICE DE HABILIDADES INTRAPERSONALES (REGULACIÓN EMOCIONAL Y AUTOCONTROL) EN ARISTAS MEDIA 2018**



Fuente: INEEed (2020).

En general, si bien algunos estudios han mostrado indicios de que los cambios en la regulación emocional pueden ser diferentes para adolescentes varones y mujeres, aún se necesita mayor investigación (Bowie, 2010; Perry-Parrish y Zeman, 2011, citados en Riedeger y Kilpker, 2014). Reconocer estas diferencias por género es bastante complejo, por lo que se sugiere analizar diferencias considerando el sexo biológico e identidad de género por separado (Wright, Riedel, Sechrest, Lane y Smith, 2018).

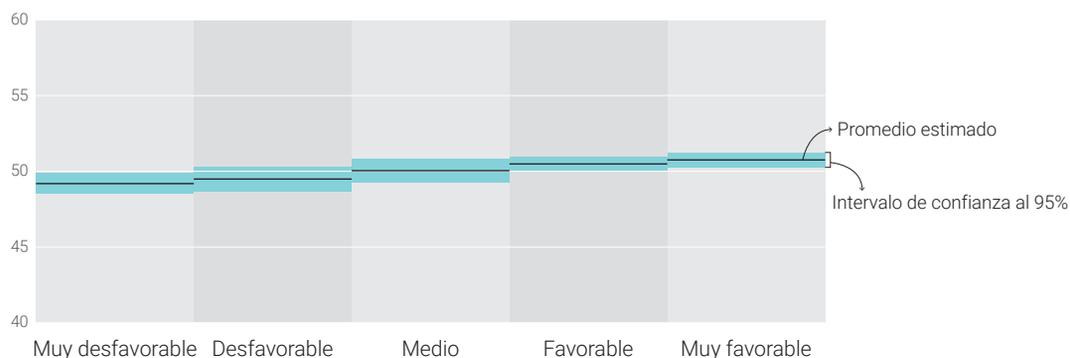
## OTROS FACTORES: NIVEL SOCIOECONÓMICO Y CRISIS POR COVID-19

Varias investigaciones muestran evidencia de que existen otros factores contextuales e individuales que se relacionan a la regulación emocional de los estudiantes. Uno de ellos es el nivel socioeconómico. Por ejemplo, en el estudio de la OCDE se encontraron mayores puntajes en los tres elementos de regulación emocional en los grupos de mayor nivel socioeconómico, independientemente de la edad y el género (OCDE, 2021b). Resultados similares fueron encontrados en Aristas Media 2018 luego de la aplicación de la escala de habilidades intrapersonales compuesta por las subdimensiones de regulación emocional y autocontrol (INEEd, 2020). Dichos resultados indicaron que los estudiantes de tercero de media que pertenecen a contextos socioeconómicos y culturales muy favorables tienen mayores niveles de habilidades intrapersonales que sus pares de contextos muy desfavorables (gráfico 3).

Otros factores contextuales e individuales que pueden estar relacionados a la estabilidad y regulación emocional son las crisis y los cambios abruptos en la salud de los estudiantes. Una de las crisis más recientes se ha debido a la pandemia de COVID-19, que causó una alerta mundial, pérdidas y cambios abruptos en la vida diaria de millones de personas en el mundo, que han impactado en la salud mental (Breux et al., 2021; Panayiotou, Panteli y Leonidou, 2021; Robillard, Turner, Ames y Craig, 2021; Schunk, Zeh y Trommsdorff, 2022).

GRÁFICO 3

### DIFERENCIAS EN EL ÍNDICE DE HABILIDADES INTRAPERSONALES EN ARISTAS MEDIA 2018 SEGÚN CONTEXTO SOCIOECONÓMICO Y CULTURAL DEL ESTUDIANTE



Fuente: INEEd (2020).

Diferentes estudios muestran el aumento de síntomas de estrés, depresión y ansiedad durante esta crisis (Panayiotou et al., 2021; Santi et al., 2021). La existencia de este tipo de situaciones de estrés extremo, de gran escala e incontrolable por cambios abruptos, ha provocado emociones que son difíciles de aceptar y manejar para los adolescentes (Robillard et al., 2021).

Considerando esto, diferentes estudios han observado el rol positivo de la regulación emocional en la salud mental durante esta etapa. Por ejemplo, se encontró que las personas que tenían estrategias más flexibles y variadas de regulación emocional tendían a tener mejores niveles de estrés, depresión y ansiedad durante esta crisis (Panayiotou et al., 2021). Además, otro estudio mostró que las estrategias de reevaluación tenían un efecto positivo en la reducción del estrés (Santi et al., 2021).

Otros estudios con población adolescente encontraron relaciones entre la regulación emocional y la salud mental. Por ejemplo, se observó que la relación entre problemas emocionales y conductuales por el estrés durante la crisis de COVID-19 parece estar mediada por dos elementos de regulación emocional: la falta de aceptación de emociones y el acceso limitado a estrategias de regulación emocional (Robillard et al., 2021). Otro estudio encontró que adolescentes que tenían antecedentes de dificultades en la regulación de emociones mostraron mayores dificultades para utilizar estrategias de regulación emocional y tenían mayores síntomas de estrés y ansiedad durante la pandemia de COVID-19 (Breux et al., 2021).

Finalmente, un estudio que analizó el rol de diferentes estrategias de regulación emocional (rumiación, reevaluación y supresión) con un grupo de adolescentes que sufrían de acoso cibernético encontró que este grupo tenía un mayor uso de rumiación, estrategia de regulación considerada maladaptativa por su relación negativa con niveles de bienestar y autoeficacia. Sin embargo, el estudio parece indicar que el ciberacoso no aumentó durante la crisis por COVID-19, por lo que los resultados podrían ser similares a otras etapas (Schunk et al., 2022).

En general, la evidencia sobre regulación emocional durante la crisis de COVID-19 que está disponible se centra en el análisis de su rol en la mediación de síntomas de estrés, ansiedad, depresión y otros índices de salud mental (Breux et al., 2021; Panayiotou et al., 2021; Santi et al., 2021; Schunk et al., 2022), más que en analizar los cambios en la capacidad de regulación emocional a lo largo del tiempo.

# METODOLOGÍA

La muestra general del estudio estuvo conformada por 11.482 adolescentes de tercero de educación media (secundaria y técnico profesional) de centros públicos y privados de Uruguay que participaron de la evaluación en los años 2018 y 2021. Luego de explorar los datos, para efecto de los análisis estadísticos, se excluyó de la base de datos a los participantes cuya información de edad o género estaba incompleta. Asimismo, se quitaron aquellos alumnos ( $n = 1$ ) cuyo código se repetía en el 2018 y 2021. Finalmente, se descartó a los participantes cuyas edades eran 13, 18, 19 y 20 años, ya que eran muy pocos casos, lo que podía afectar el cálculo de las estimaciones. Por tanto, solo se consideraron los participantes cuya edad oscilaba entre los 14 y 17 años. En total, se excluyó aproximadamente el 7% del total de datos, con lo que la muestra para efectos de este estudio estuvo conformada por 10.294 casos: 8.039 del año 2018 y 2.255 del año 2021.

TABLA 1  
**VARIABLES CONSIDERADAS EN EL ESTUDIO**

<b>Variable</b>	<b>Nivel de medición</b>	<b>Características</b>
Regulación emocional	Continua	Índice construido a partir de la puntuación bifactorial $(-\infty, +\infty)$ .
Año de aplicación	Categórica	Categorías: 2018 y 2021
Género del participante	Categórica	Categorías: varón y mujer
Edad	Continua	Edades entre 14 y 17 años de edad
Nivel socioeconómico	Continua	Categorías: quintil 1 = "Muy desfavorable", quintil 2 = "Desfavorable", quintil 3 = "Medio", quintil 4 = "Favorable" y quintil 5 = "Muy favorable"

De manera general, este reporte buscó examinar si los puntajes obtenidos en la escala de regulación emocional por los alumnos de tercer año de educación media de Uruguay variaron entre los años 2018 y 2021. A su vez, se buscó examinar la contribución de las variables demográficas de género, edad y nivel socioeconómico en los puntajes de regulación emocional en función del año de aplicación.

Para ello, se utilizaron modelos de regresión. En cada modelo, el año de aplicación fue tratado como una variable predictora categórica (con dos niveles: 2018 y 2021). En el caso de que los modelos implicasen las variables demográficas, el año de aplicación fue tratado como variable moderadora. Dichos modelos de moderación permitieron examinar el impacto de las variables demográficas predictoras en la regulación emocional en función de los niveles de la variable moderadora (2018 y 2021). Por ejemplo, fue posible evaluar si el efecto de la edad del participante en la regulación emocional dependía del año de aplicación de la escala.

Para evaluar el impacto de las variables predictoras se tomó en cuenta el nivel de significancia (*p-values*), el cual informa acerca de la posibilidad de obtener resultados similares en la población. Sin embargo, dado que el tamaño de la muestra es considerablemente grande, ello implicó que prácticamente todos los resultados obtenidos fueran significativos (*overpowered*). Por ello, para darle una mayor interpretabilidad al impacto de las variables predictoras sobre los puntajes de regulación emocional en función del año de aplicación, se escogió utilizar un indicador de tamaño de efecto llamado *eta parcial cuadrado* ( $\eta^2p$ ), ampliamente conocido en la investigación en psicología (Lakens, 2013). De acuerdo con Cohen (1988), los tamaños de efecto de este indicador se pueden clasificar en pequeño ( $\eta^2p \geq 0,01$ ), mediano ( $\eta^2p \geq 0,06$ ) y grande ( $\eta^2p \geq 0,14$ ).

# RESULTADOS DE LOS ANÁLISIS ESTADÍSTICOS REALIZADOS

A continuación, se presentan los resultados del análisis realizado sobre los puntajes obtenidos en la escala de regulación emocional por los estudiantes de tercer año de educación media de Uruguay en los años 2018 y 2021.

## DESCRIPTIVOS

La tabla 2 describe la distribución de datos en función del género, edad y año de aplicación. La distribución de la muestra con exclusiones revela que en 2021 es algo mayor que en 2018 la presencia de estudiantes mujeres, que no hay diferencias según edad y que en términos de estatus socioeconómico hubo una mayor participación de los grupos de contextos más desfavorables en el 2021 que en el 2018.

TABLA 2  
**DISTRIBUCIÓN DE LAS MUESTRAS CON EXCLUSIONES, SEGÚN GÉNERO, EDAD Y ESTATUS SOCIOECONÓMICO DE LAS FAMILIAS**

	Año de aplicación	
	2018	2021
<b>Género</b>		
Varón	50,5	45,9
Mujer	49,5	54,1
Total	100	100
<b>Edad</b>		
14	35,1	34,9
15	46,5	49,3
16	11,6	11,3
17	6,8	4,5
Total	100	100
<b>Estatus socioeconómico del alumno</b>		
Muy desfavorable	19,5	25,4
Desfavorable	19,7	20,7
Medio	20,6	18,7
Favorable	20,2	17,0
Muy favorable	20,0	18,2
Total	100	100
n	8.039	2.225 (**)

Nota 1: se excluyen los alumnos con 13, 18, 19 y 20 años

Nota 2: el total de estudiantes de 2021 corresponde a la base de cálculo para la edad y el sexo, sin embargo, en el caso del estatus socioeconómico la base es 1.957 (se excluyen 298 por no tener información sobre su estatus socioeconómico).

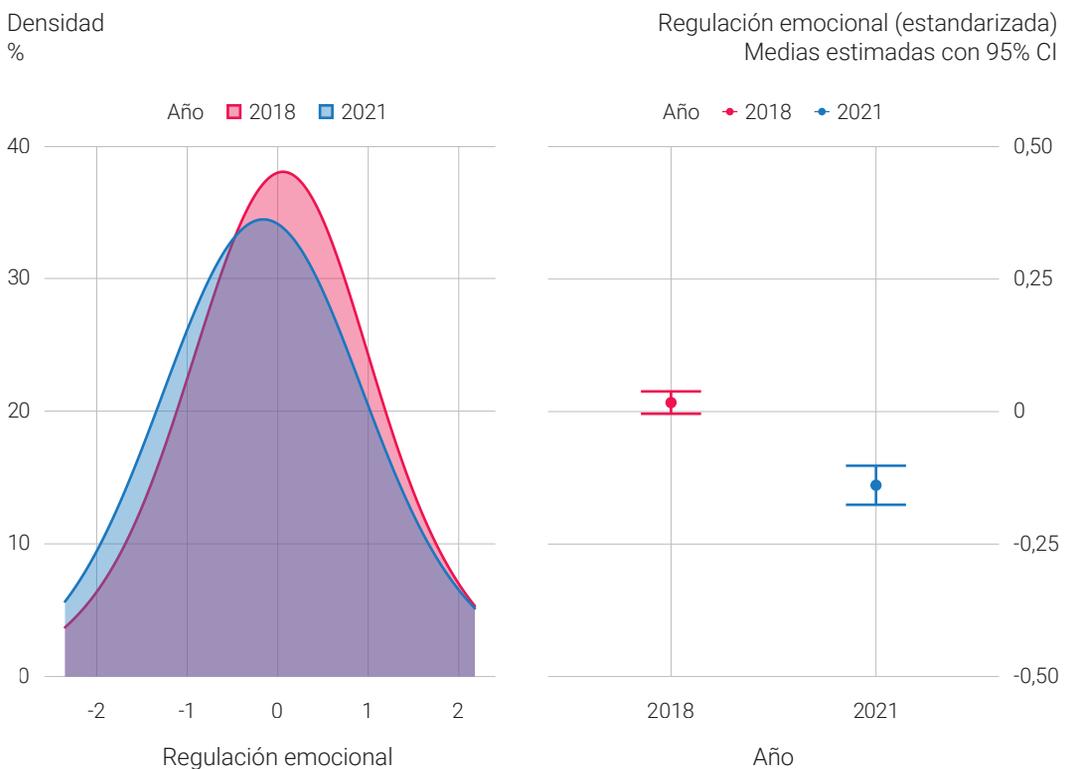


# DIFERENCIAS ENTRE LOS PUNTAJES DE REGULACIÓN EMOCIONAL DE 2018 Y 2021

## COMPARACIÓN DE PUNTAJES DE REGULACIÓN EMOCIONAL DE 2018 Y 2021

Al comparar la regulación emocional entre 2018 y 2021, si bien se observa que en 2018 era mayor, la diferencia es muy baja<sup>2</sup>. Como se observa en el gráfico 4, los puntajes del año 2018 parecen ser mayores que los del año 2021.

GRÁFICO 4  
DIFERENCIAS ENTRE PUNTAJES DE REGULACIÓN EMOCIONAL DE 2018 Y 2021



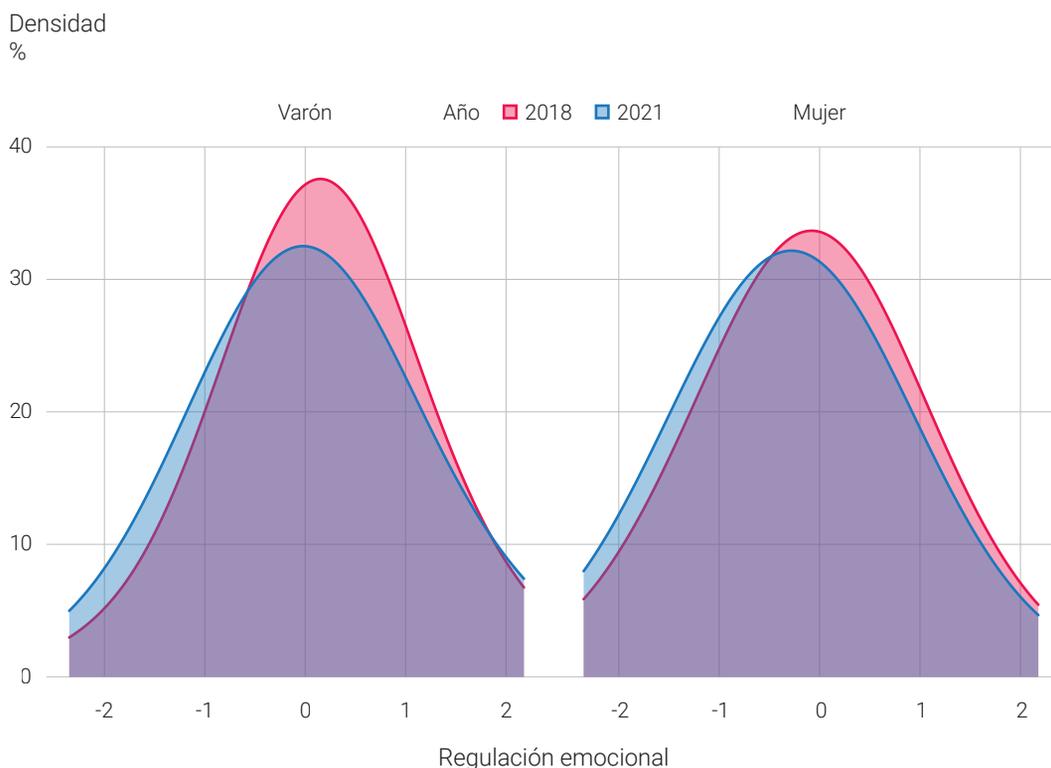
## COMPARACIÓN DE PUNTAJES DE REGULACIÓN EMOCIONAL SEGÚN EL AÑO Y EL GÉNERO DEL ESTUDIANTE

A su vez, se examinaron las diferencias en los puntajes de regulación emocional de 2018 y 2021 en función del género del estudiante. Descriptivamente, el gráfico 5 muestra una ligera ventaja de la regulación emocional de los varones frente a las mujeres en ambos años<sup>3</sup>.

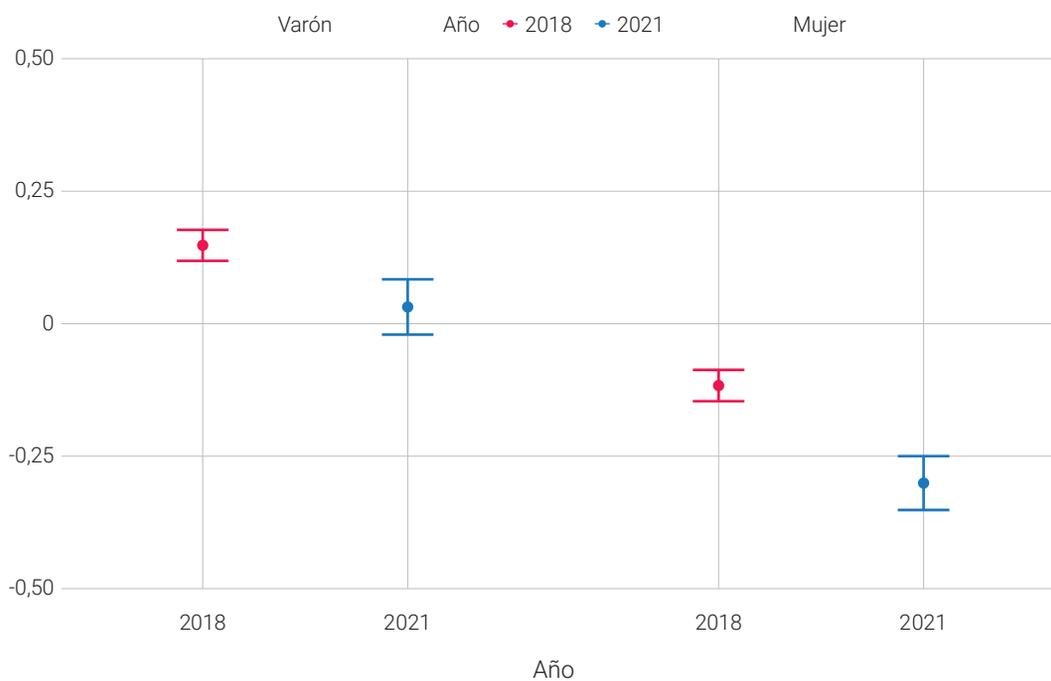
<sup>2</sup> Para comparar los puntajes de regulación emocional según el año de aplicación se realizó un análisis de regresión simple tomando en cuenta los puntajes de regulación emocional como variable dependiente y al año de aplicación como variable independiente. El análisis muestra que, en promedio, los puntajes de regulación emocional son mayores en el año 2018 que en el 2021, aunque esta diferencia es insignificante de acuerdo con el tamaño de efecto eta-cuadrado ( $\eta^2p < ,01$ ,  $p < ,001$ ) (Lakens, 2013).

<sup>3</sup> Para confirmar esta hipótesis se realizó un análisis de regresión lineal simple con moderación de género. Los resultados indican que, en promedio, los varones tienen mayor regulación emocional que las mujeres en ambos años. Sin embargo, el tamaño del efecto es pequeño ( $\eta^2p = ,016$ ,  $p < ,001$ ).

GRÁFICO 5  
**DIFERENCIAS ENTRE PUNTAJES DE REGULACIÓN EMOCIONAL DE 2018 Y 2021 SEGÚN GÉNERO DEL ESTUDIANTE**



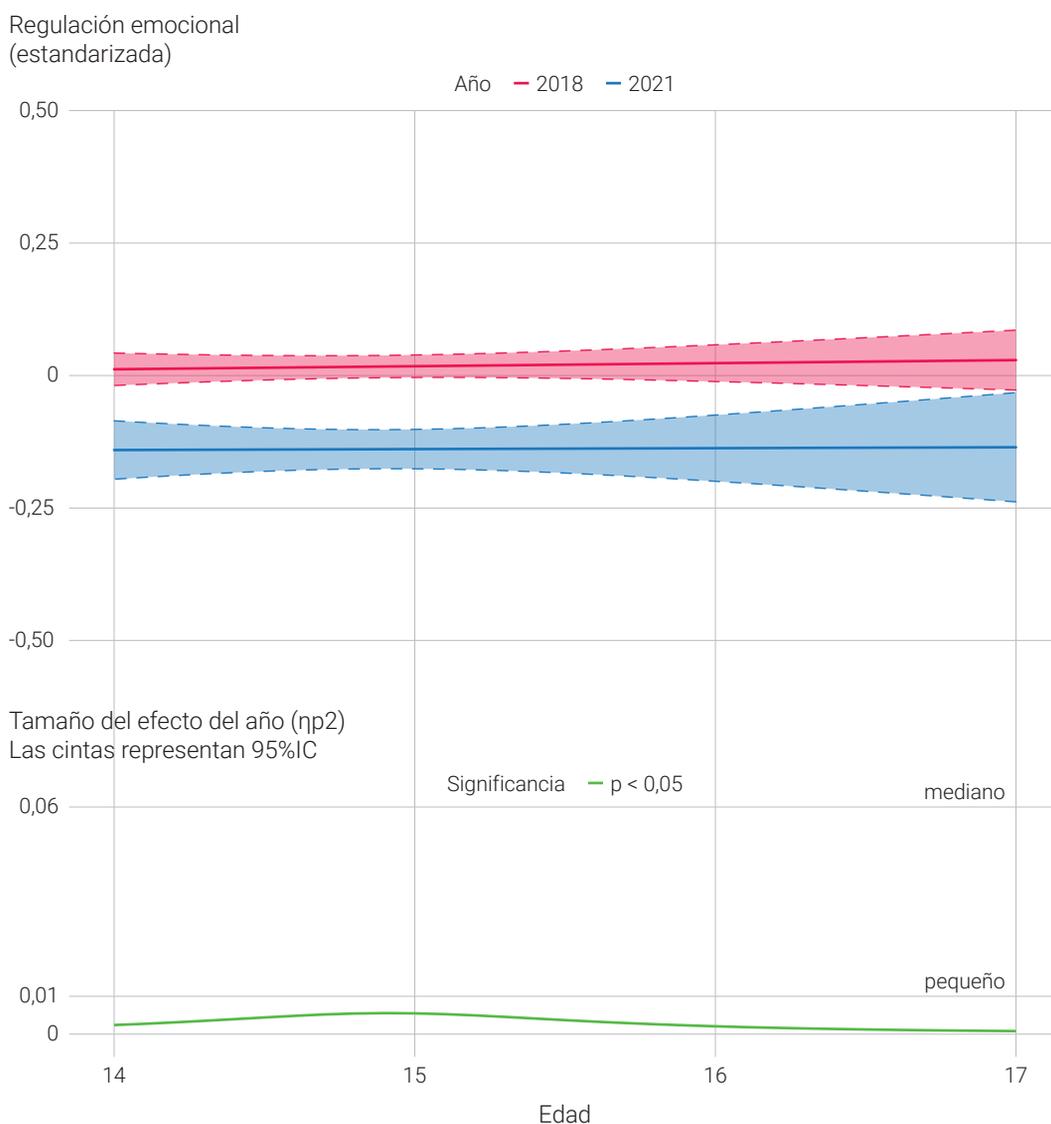
Regulación emocional (estandarizada)  
 Medias estimadas con 95% CI



## COMPARACIÓN DE PUNTAJES DE REGULACIÓN EMOCIONAL SEGÚN EL AÑO Y LA EDAD DEL ESTUDIANTE

Asimismo, se compararon las diferencias en los puntajes de regulación emocional de ambos años en función de la edad del estudiante, con la hipótesis de que dichos puntajes variarían según la edad. Sin embargo, tal y como lo muestra el gráfico 6, los niveles de regulación emocional no varían.

GRÁFICO 6  
DIFERENCIAS ENTRE PUNTAJES DE REGULACIÓN EMOCIONAL DE 2018 Y 2021 SEGÚN EDAD DEL ESTUDIANTE

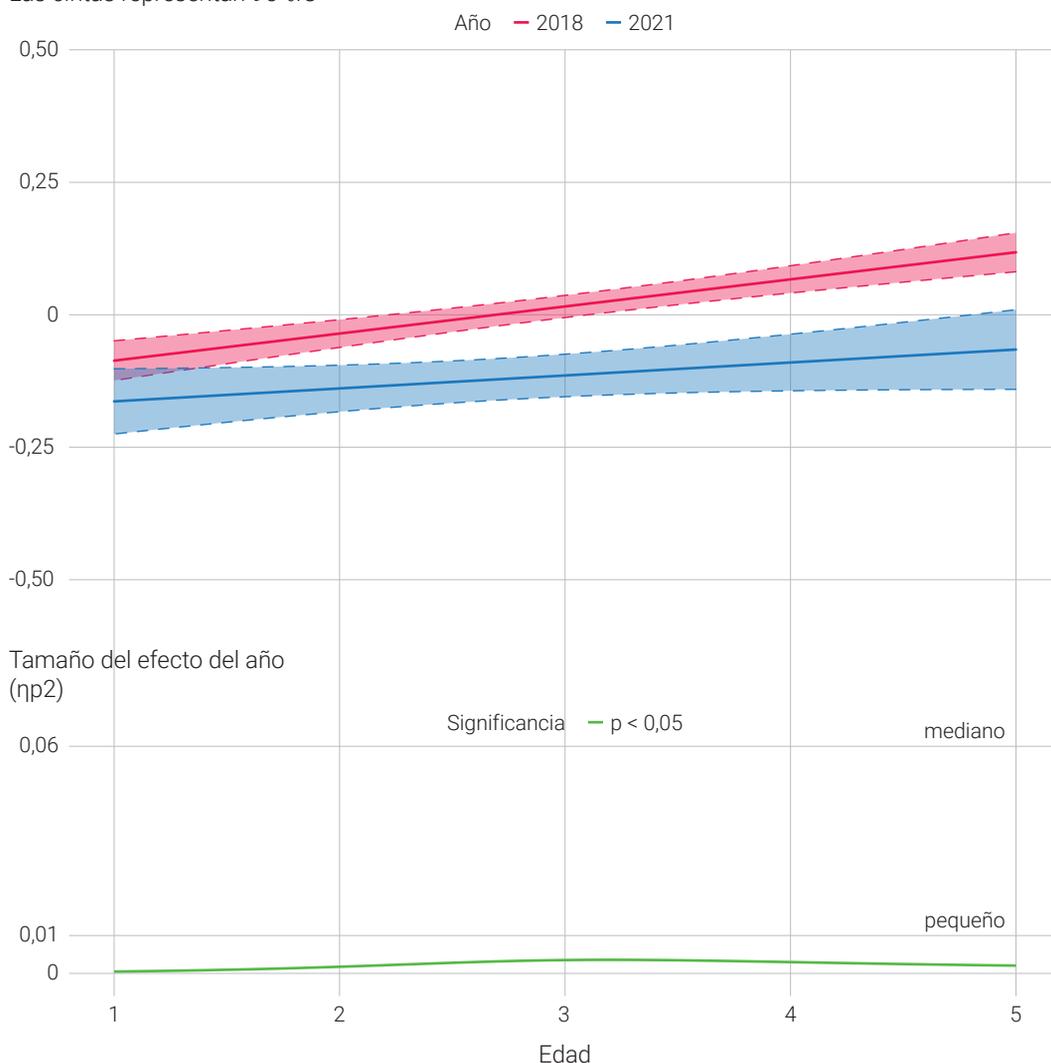


## COMPARACIÓN DE PUNTAJES DE REGULACIÓN EMOCIONAL SEGÚN EL AÑO Y EL NIVEL SOCIOECONÓMICO DEL ESTUDIANTE

Por último, al comparar la regulación emocional según el nivel socioeconómico del estudiante se observa que, en promedio, los de niveles socioeconómicos más altos tienen mayores puntajes de regulación emocional (gráfico 7). Este efecto se da tanto en 2018 como en 2021<sup>4</sup>.

GRÁFICO 7  
**DIFERENCIAS ENTRE PUNTAJES DE REGULACIÓN EMOCIONAL DE 2018 Y 2021 SEGÚN NIVEL SOCIOECONÓMICO DEL ESTUDIANTE**

Regulación emocional (estandarizada)  
 Las cintas representan 95%IC



<sup>4</sup> Sin embargo, como se puede observar en el mismo gráfico, la diferencia entre los años es muy baja ( $\eta^2 p < ,01$ ,  $p < ,001$ ) (Lakens, 2013).

# CONCLUSIONES E IMPLICACIONES TEÓRICAS Y PRÁCTICAS

- Los resultados indican que los niveles de regulación emocional de los adolescentes de tercero de media evaluados en el año 2018 son mayores que los de los participantes del año 2021, aunque la diferencia es pequeña. Esta podría estar asociada a los desafíos producto de la pandemia de COVID-19, que han afectado, en general, la salud mental de los adolescentes y el uso de estrategias de regulación de emociones (Breux et al., 2021).
- Considerando que la escala utilizada para medir la regulación emocional de los estudiantes no está hecha para captar las variaciones provocadas por la pandemia del COVID-19, y que el 8%<sup>5</sup> de los estudiantes inscriptos a principio del 2021 había dejado de asistir al centro dos meses antes o más de la aplicación del instrumento, en general el poder explicativo de los modelos fue reducido, lo cual está en línea con investigaciones previas (por ejemplo, Poropat, 2009). Ello sugiere que quizás otros factores relevantes podrían influir en la explicación de la variabilidad de los puntajes de regulación emocional. Sin embargo, es importante tener en cuenta que algunos estudios han demostrado que los indicadores de tamaño de efecto pequeño pueden tener una gran importancia social, ya que pueden afectar a un gran número de personas o a un solo individuo de forma consistente (Funder y Ozer, 2019). Por lo tanto, los tamaños pequeños del efecto pueden tener implicaciones a largo plazo, aunque puedan no tener un gran impacto en un modelo específico.
- Los resultados también indican diferencias entre varones y mujeres adolescentes en ambos años, favoreciendo a los primeros en términos de niveles de regulación emocional. Las diferencias, igual que el caso anterior, van de acuerdo con los resultados de otras evaluaciones como una aplicada por la OCDE (2021a), donde los participantes varones de 10 y 15 años reportaron mayores niveles de regulación emocional que sus pares mujeres. A su vez, estos resultados van de acuerdo con los encontrados en *Aristas Media 2018* (INEEd, 2020), aunque en este caso se midieron dos escalas que conforman la dimensiones de habilidades intrapersonales, regulación de emociones y autocontrol. En general, la investigación sobre regulación emocional ha encontrado que las adolescentes mujeres experimentan mayores síntomas depresivos que sus pares varones (De Bolle et al., 2015). Varias razones sociales y biológicas plausibles pueden ayudar a explicar tales resultados. Por un lado, las niñas pueden experimentar dificultades de adaptación cuando se enfrentan a los cambios físicos, emocionales y sociales de la pubertad (Marceau, Ram, Houts, Grimm y Susman, 2011). Otros estudios han señalado que los cambios hormonales asociados con los trastornos del estado de

---

<sup>5</sup> El dato surge de una encuesta que fue aplicada a grupos de tercer año de educación media en el año 2021.

ánimo podrían aumentar las posibilidades de que las niñas experimenten más síntomas depresivos que los niños, lo que podría especialmente ser el caso cuando se sienten socialmente rechazadas debido a su imagen corporal (Angold, Costello, Erkanli y Worthman, 1999).

- Asimismo, no se encontraron diferencias en términos de regulación emocional en los grupos etarios en ninguno de los años de aplicación. Esto puede ser debido a diversas razones. Se estima que el rango de edad de la muestra es muy corto, con lo cual podría no haber existido variabilidad en términos de desarrollo madurativo que pueda influir en la gestión de emociones. Se esperaría que existan más diferencias entre niños y adultos jóvenes por aspectos madurativos, por ejemplo. De igual forma, se estima que, debido a que los participantes pertenecían a un mismo año escolar (tercero de media), esto pudo influenciar en que la regulación emocional se manifieste de forma similar en los estudiantes, a pesar de tener edades diferentes. Como fue mencionado, no hay evidencia conclusiva sobre las diferencias de edad en términos de los niveles de regulación emocional de niños y adolescentes.
- Por último, los resultados indican que, en promedio, los adolescentes, varones y mujeres, de estratos socioeconómicos más altos tienen mejor nivel de regulación emocional que sus pares de estratos más bajos. Este resultado va acorde con los hallazgos obtenidos por el estudio de habilidades socioemocionales de la OCDE (2021a) y Aristas Media 2018 (INEEd, 2020), donde el nivel socioeconómico de los participantes en casi todas las ciudades moderó los niveles de habilidades socioemocionales, favoreciendo a los que tienen mayores recursos económicos. Evaluar el rol que tienen las variables contextuales como el nivel socioeconómico es relevante para entender la influencia del contexto familiar en el desarrollo socioemocional de los estudiantes (OCDE, 2021a).
- En síntesis, los resultados de este reporte pueden ser tomados como antecedentes importantes para seguir explorando la relación entre la regulación emocional y factores como el género, la edad y el nivel socioeconómico, entre otros. Instrumentos más amplios de regulación emocional que midan la identificación y expresión de emociones, así como diferentes estrategias de gestión de emociones, podrían contribuir a entender de mejor manera los diversos recursos que despliegan los adolescentes al momento de regular sus emociones. Estos podrían manifestarse de diferente manera en hombres, mujeres, niños, adolescentes o jóvenes de diverso origen étnico, estrato social o composición familiar. Debido a ello, es fundamental explorar la interacción de las habilidades socioemocionales, como la regulación emocional, con factores de contexto social, cultural o demográfico. Ello favorecerá, en última instancia, la eficacia de las diversas intervenciones de desarrollo socioemocional en los centros educativos a nivel nacional.

# BIBLIOGRAFÍA

- ANGOLD, A., COSTELLO, E. J., ERKANLI, A. y WORTHMAN, C. M. (1999). Pubertal changes in hormone levels and depression in girls. *Psychological Medicine*, 29, 1043–1053. <http://dx.doi.org/10.1017/S0033291799008946>
- BREAUX, R., DVORSKY, M., MARSH, N., GREEN, C., CASH, A., SCHROFF, D., ... BECKER, S. (2021). Prospective impact of COVID-19 on mental health functioning in adolescents with and without ADHD: protective role of emotion regulation abilities. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 62(9), 1132–1139. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13382>
- CHARLES, S. y CARSTENSEN, L. (2014). Emotion regulation and aging. En J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (1.ª ed., pp. 203–220). Nueva York: The Guilford Press.
- CHERNYSHENKO, O., KANKARAS, M. y DRASGOW, F. (2018). *Social and Emotional skills for student success and wellbeing: Conceptual framework for the OECD study on social and emotional skills* (N.º 173). <https://doi.org/10.1787/db1d8e59-en>
- COHEN, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences* (2.ª ed.). Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- DE BOLLE, M., DE FRUYT, F., MCCRAE, R. R., LÖCKENHOFF, C. E., COSTA, P. T., AGUILAR-VAFÁIE, M. E. y TERRACCIANO, A. (2015). The Emergence of Sex Differences in Personality Traits in Early Adolescence: A Cross-Sectional, Cross-Cultural Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 108(1), 171–185. <https://doi.org/10.1037/a0038497>
- FUNDER, D. C. y OZER, D. J. (2019). Evaluating Effect Size in Psychological Research: Sense and Nonsense. *Advances in Methods and Practices in Psychological Science*, 2(2), 156–168. <https://doi.org/10.1177/2515245919847202>
- INEED. (2018). *Aristas. Marco de habilidades socioemocionales en sexto de educación primaria*. Recuperado de <https://www.ineed.edu.uy/images/Aristas/Publicaciones/Marcos/Aristas-Marco-HabilidadesSocioemocionales-Primaria.pdf>
- INEED. (2020). *Aristas 2018. Informe de resultados de tercero de educación media*. Recuperado de <https://www.ineed.edu.uy/images/Aristas/Publicaciones/Aristas2018/Aristas-2018-Informe-de-resultados.pdf>
- LAKENS, D. (2013). Calculating and reporting effect sizes to facilitate cumulative science: a practical primer for t-tests and ANOVAs. *Frontiers in Psychology*, 4, 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00863>
- MARCEAU, K., RAM, N., HOUTS, R. M., GRIMM, K. J. y SUSMAN, E. J. (2011). Individual differences in boys' and girls' timing and tempo of puberty: modeling development with nonlinear growth models. *Developmental Psychology*, 47(5), 1389–1409. <https://doi.org/10.1037/a0023838>
- MCCRAE, K. y GROSS, J. J. (2020). Emotion regulation. *Emotion*, 20(1), 1–9. <https://doi.org/10.1037/emo0000703>
- MESACTS. (2020). *Escala de Regulación Emocional RE-MESACTS. Resultados del proceso de validación psicométrica en seis países de América Latina*. Recuperado de [https://www.mesacts.com/wp-content/uploads/2020/03/Escala-de-Regulación-Emocional-RE-MESACTS\\_publicación-oficial-febrero-2020.pdf](https://www.mesacts.com/wp-content/uploads/2020/03/Escala-de-Regulación-Emocional-RE-MESACTS_publicación-oficial-febrero-2020.pdf)
- OCDE. (2021a). *Beyond Academic Learning: First Results from the Survey of Social and Emotional Skills*. <https://doi.org/10.1787/92a11084-en>

- OCDE. (2021b). *OECD Survey on Social and Emotional Skills: Technical Report*. Recuperado de <https://www.oecd.org/education/ceri/social-emotional-skills-study/sses-technical-report.pdf>
- PANAYIOTOU, G., PANTELI, M. y LEONIDOU, C. (2021). Coping with the invisible enemy: The role of emotion regulation and awareness in quality of life during the COVID-19 pandemic. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 19, 17-27. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.11.002>
- POROPAT, A. E. (2009). A meta-analysis of the five-factor model of personality and academic performance. *Psychological Bulletin*, 135(2), 322-338. <http://dx.doi.org/10.1037/a0014996>
- RIEDEGER, M. y KILPKER, K. (2014). Emotion Regulation in adolescence. En J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (1.ª ed., pp. 187-202). Nueva York: The Guilford Press.
- ROBILLARD, C., TURNER, B., AMES, M. y CRAIG, S. (2021). Deliberate self-harm in adolescents during COVID-19: The roles of pandemic-related stress, emotion regulation difficulties, and social distancing. *Psychiatry Research*, 304, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.114152>
- ROSS, K., KIM, H., TOLAN, P. y JENNINGS, P. (2019). An exploration of normative social and emotional skill growth trajectories during adolescence. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 62, 102-115. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2019.02.006>
- SANTI, G., QUARTIROLI, A., COSTA, S., DI FRONSO, S., MONTESANO, C., DI GRUTTOLA, F., ... BERTOLLO, M. (2021). The Impact of the COVID-19 Lockdown on Coaches' Perception of Stress and Emotion Regulation Strategies. *Frontiers in Psychology*, 11(601743), 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.601743>
- SCHUNK, F., ZEH, F. y TROMMSDORFF, G. (2022). Cybervictimization and well-being among adolescents during the COVID-19 pandemic: The mediating roles of emotional self-efficacy and emotion regulation. *Computers in Human Behavior*, 126. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107035>
- SCHWEIZER, S., GOTLIB, I. y BLAKEMORE, S. (2020). The Role of Affective Control in Emotion Regulation During Adolescence. *Emotion*, 20(1), 80-86. <http://dx.doi.org/10.1037/emo0000695>
- SOTO, C., JOHN, O., GOSLING, S. y POTTER, J. (2010). Age Differences in Personality Traits From 10 to 65: Big Five Domains and Facets in a Large Cross-Sectional Sample. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(1), 330-348. <https://doi.org/10.1037/a0021717>
- WRIGHT, R., RIEDEL, R., SECHREST, L., LANE, R. D. y SMITH, R. (2018). Sex differences in emotion recognition ability: The mediating role of trait emotional awareness. *Motivation and Emotion*, 42(1), 149-166. <https://doi.org/10.1007/s11031-017-9648-0>