

# Datos normativos para la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS) en población de estudiantes universitarios de Río Cuarto

## Normative data for the Difficulties in Emotional Regulation Scale (DERS) in a population of college students from Río Cuarto (Argentina)

Mariano Daniel Villarrubia \*<sup>1</sup>, Valeria Estefanía Morán<sup>1, 2</sup>, María Zoé Natera<sup>1</sup>,  
Vanessa Giovannini<sup>1</sup>, Valentín Vieyra<sup>1</sup>, Claribel Abbá<sup>1</sup>

1- Universidad Siglo 21, Córdoba, Argentina.

2 - Instituto de Investigaciones Sociales, Territoriales y Educativas (ISTE)  
CONICET-Universidad Nacional de Río Cuarto, Córdoba, Argentina.

Introducción  
Método  
Resultados  
Discusión  
Referencias

Recibido: 05/10/2023 Revisado: 01/09/2023 Aceptado: 04/12/2023

### Resumen

Se ha demostrado en estudios previos que las dificultades en la regulación emocional se asocian con un aumento del riesgo de problemas de salud mental en estudiantes universitarios. Por ello, en Argentina se ha adaptado la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS, por sus siglas en inglés) específicamente para esta población, sin embargo, aún no existen datos normativos que permitan utilizarla en entornos clínicos o para propósitos de clasificación. El objetivo principal de este estudio fue obtener baremos para la interpretación de la DERS con una muestra de 403 estudiantes universitarios de Río Cuarto mediante percentiles y puntuaciones T. Los puntajes demostraron una alta fiabilidad, lo que indica que son precisos para clasificar a los individuos. Los datos normativos proporcionados permiten utilizar la escala en evaluaciones de screening, en combinación con otras fuentes de información.

**Palabras clave:** *regulación emocional, dificultades en la regulación emocional, DERS, datos normativos, estudiantes universitarios*

### Abstract

Previous studies show that difficulties in emotional regulation are associated with an increased risk of mental health problems in college students. Therefore, in Argentina, the Difficulties in Emotional Regulation Scale (DERS) has been adapted specifically for this population; however, there is still no normative data that allows its use in clinical settings or for classification purposes. The main objective of this study was to obtain scales for the interpretation of the DERS with a sample of 403 university students from Río Cuarto, using percentiles and T-scores. The scores demonstrated high reliability, indicating that they are accurate for classifying individuals. The normative data provided allows the scale to be used in screening evaluations in combination with other sources of information.

**Keywords:** *emotional regulation, emotional regulation difficulties, DERS, normative data, college students*

\*Correspondencia a: Mariano Daniel Villarrubia, Dirección: Moreno 320, Río Cuarto, Córdoba, Argentina.

E-mail: [villarrubiamariano@gmail.com](mailto:villarrubiamariano@gmail.com). Teléfono: 358 4177856

**Cómo citar este artículo:** Villarrubia, D., A., Morán, E., V., Natera Z., M., Giovannini, V., Vieyra, V. & Abbá, C. (2024): Datos normativos para la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS) en población de estudiantes universitarios de Río Cuarto. *Revista Evaluar*, 24(1) 1-13. Recuperado de <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar>

**Participaron en la edición de este artículo:** Carla Marianela Lopez Ghisolfi, Andrea Suárez, Eugenia Barrionuevo, Florencia Ruiz, Jorge Bruera.

## Introducción

En la actualidad, la Regulación Emocional (RE) se ha posicionado como una temática de creciente interés en diferentes áreas de investigación, dada la evidencia empírica que señala su influencia en el surgimiento y mantenimiento de diversas patologías (Gross & Jazaieri, 2014). No obstante, existen múltiples definiciones que refieren a este constructo sin consenso acerca de las características distintivas del mismo (Bolgeri-Escorza et al., 2020; Gratz & Roemer, 2004; Guzmán-González et al., 2014; Hervás & Jódar, 2008).

La RE se refiere a una serie de procesos complejos que engloban comportamientos, respuestas fisiológicas, aspectos cognitivos y estados emocionales que las personas emplean para influir en sus emociones y determinan cuándo las experimentan y cómo las expresan, con el propósito de alcanzar un equilibrio emocional (Koole, 2009). De acuerdo con Gratz y Roemer (2004), la RE se presenta como un concepto multidimensional que facilita el logro de metas relacionadas con el bienestar individual y la adquisición de estrategias funcionales. En otras palabras, cuando se experimentan emociones, se desencadenan cambios en diferentes niveles, como el fisiológico, cognitivo, emocional y motor, que activan procesos internos y externos permitiendo a la persona supervisar, orientar y gestionar sus reacciones emocionales con el fin de actuar de manera adaptativa para alcanzar metas específicas (LeDoux & Brown, 2017; Vargas-Gutiérrez & Muñoz-Martínez, 2013). En consonancia con esta perspectiva, Bolgeri-Escorza et al. (2020) conciben la RE como una habilidad que involucra la conciencia, comprensión y aceptación de las emociones, así como la capacidad de emplear estrategias adecuadas según la situación para modular las respuestas emocionales y adaptarse al entorno.

Además, es importante destacar que la capacidad de un individuo para regular sus propias

emociones está estrechamente relacionada con su habilidad para interactuar eficazmente con los demás, ya que depende de su competencia para ajustar sus juicios y su comportamiento de acuerdo con el contexto social presente. Esto implica un constante proceso de evaluación y reevaluación del significado de estímulos socioafectivos tanto externos como internos, las conexiones entre estos estímulos o acciones y los resultados emocionales, y, por último, la capacidad de tomar decisiones equilibradas que consideren tanto las recompensas a corto plazo como las de a largo plazo (Ochsner & Gross, 2008). Este proceso es controlado y demanda esfuerzo, requiere respuestas basadas en pensamientos y comportamientos conscientes y deliberados (Compas et al., 2017) y abarca una amplia variedad de aspectos, como la emoción, la cognición, el comportamiento y el contexto.

La Desregulación Emocional (DE) refiere a un conjunto de formas poco adaptativas de respuesta hacia las emociones, tales como dificultades para controlar comportamientos en contextos de emociones intensas, ausencia de disposición a la realización de actividades que sean significativas en contextos de angustia y uso inflexible de estrategias adaptativas involucradas en la modulación de la duración o intensidad de experiencias emocionales (Gratz & Roemer, 2004). Es decir, supone un proceso regulatorio disfuncional en el cual se desarrollan respuestas emocionales inadecuadas para realizar actividades, comunicarse e influir en otros. Sin embargo, además de las dificultades en la supresión de estados afectivos considerados negativos, la DE supone una habilidad deficiente para experimentar y diferenciar estados emocionales, por lo tanto, se dificulta la claridad, aceptación y comprensión de ellos en función de los objetivos propuestos en un contexto determinado (de la Rosa-Gómez et al., 2021).

Se ha evidenciado en estudios empíricos recientes que las dificultades en la regulación emo-

cional constituyen un asunto esencial relacionado con el desarrollo y el mantenimiento de múltiples formas de patología psíquica y problemas emocionales, tales como depresión, trastornos de personalidad, trastornos de ansiedad, trastorno obsesivo-compulsivo, síntomas de estrés postraumático, autolesiones (Guzmán-González et al., 2020), consumo problemático de sustancias (Simons et al., 2017; Vilhena-Churchill & Goldstein, 2014; Weiss et al., 2017) así como también, trastornos en las conductas alimentarias, por ejemplo, la ingesta de comida por atracones (Eichen et al., 2017) o la restricción alimenticia (Haynos et al., 2018). Asimismo, las dificultades en la regulación emocional han sido correlacionadas con diversos trastornos de índole física como hipertensión arterial, problemas cardíacos y cáncer (de la Rosa-Gómez et al., 2021; del Valle et al., 2020).

En general, la población de estudiantes universitarios se encuentra transitando el pasaje hacia la adultez propiamente dicha (considerando que la mayoría está en un rango etario de 18 a 25 años). En esta etapa del desarrollo, se experimentan múltiples cambios a nivel físico, cognitivo y social (Arnett et al., 2014), se produce un mayor desarrollo de las funciones cerebrales implicadas en la RE y en la toma de decisiones, se elabora una reconfiguración de los vínculos, a la vez que se participa en nuevas interacciones sociales y se asumen responsabilidades académicas más exigentes o nuevos proyectos laborales (Michelini & Godoy, 2022; Moretti & Medrano, 2014).

En este marco, la RE cobra relevancia porque, si la persona es capaz de regular sus emociones de manera adaptativa, posiblemente tenga un afrontamiento eficaz de la vida académica y aumente su bienestar psicológico (del Valle et al., 2020; Bolgeri-Escorza et al., 2020). Desde esta perspectiva, un estudio realizado por Cabanach et al. (2018) presentó correlaciones positivas y estadísticamente significativas entre RE y el uso de

estrategias de afrontamiento activo, lo que permitió concluir que aquella constituye un componente relevante del afrontamiento eficaz de la vida académica que favorece el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios.

Gratz y Roemer (2004) desarrollaron la Escala de Dificultades en Regulación Emocional (DERS, por sus siglas en inglés), cuyo principal objetivo es evaluar la capacidad de RE percibida a nivel de rasgo e identificar dificultades clínicamente relevantes (de la Rosa-Gómez et al., 2021). El cuestionario evalúa las dificultades en la regulación emocional y consiste en una medida de autoinforme conformado por 36 ítems que indagan seis factores: la no aceptación de respuestas emocionales, la dificultad conductual dirigida a metas, la dificultad en el control de impulsos, el acceso limitado a estrategias efectivas de regulación emocional y la falta de claridad emocional. Este instrumento ha evidenciado propiedades psicométricas óptimas en muestras de diferentes edades, como la alta consistencia interna ( $\alpha = .93$ ) (de la Rosa-Gómez et al., 2021), una buena fiabilidad test-retest dentro de un periodo de entre cuatro y ocho semanas ( $p = .88$ ;  $p < .01$ ) y una adecuada validez predictiva y de criterio (Hervás & Jódar, 2008; Marín-Tejeda et al., 2012).

Además, la DERS ha sido adaptada, traducida y validada en diferentes países. En Argentina se realizaron dos adaptaciones en población de estudiantes universitarios, la primera, elaborada por Medrano y Trógolo (2014), consta de 28 ítems agrupados en seis factores: impulsos, estrategias, aceptación, metas, conciencia y claridad. Esta adaptación obtuvo valores óptimos y aceptables de confiabilidad por medio del análisis de consistencia interna. Sin embargo, para las diferentes subescalas, en general, los valores fueron inferiores a los señalados en estudios previos. Según los autores, una posible razón de esta baja confiabilidad sería la reducción significativa en el número

de ítems, por lo que recomiendan efectuar estudios de análisis factorial confirmatorio con el fin de determinar con mayor certeza la cantidad de dimensiones subyacentes y de ítems para cada dimensión. Asimismo, postulan que se requeriría contar con más estudios psicométricos que examinen la estabilidad de la escala y su poder predictivo.

La Segunda fue realizada en la provincia de Córdoba por [Michelini y Godoy \(2022\)](#). Esta versión conservó los 36 ítems de la escala original y el formato de respuesta Likert de cinco puntos (*casi nunca a casi siempre*). Los ítems se agrupan en seis dimensiones de regulación emocional: aceptación (falta de aceptación emocional), claridad (falta de claridad emocional), conciencia (falta de conciencia emocional), estrategias (acceso limitado a estrategias efectivas de regulación emocional), impulsos (dificultades en el control de impulsos) y, por último, metas (interferencia en conductas dirigidas a metas frente a un estado emocional alterado). Esta adaptación reportó adecuados valores de consistencia interna para las subescalas (valores  $\alpha$  de Cronbach entre .74 y .89) y para la escala total ( $\alpha = .93$ ).

A pesar de que el instrumento se ha adaptado para estudiantes universitarios en Córdoba y de que el interés en investigar la RE y la DE ha aumentado en los últimos años, debido a su relevancia para la salud mental y el bienestar psicológico, no se han desarrollado hasta el momento baremos que posibiliten la interpretación normativa de la escala. Como afirmaron [Tornimbeni et al. \(2008\)](#), la creación de estos posibilita que, en el contexto de la evaluación psicométrica, cada persona pueda ser comparada con su verdadero grupo de referencia, lo cual favorece una adecuada interpretación según las características sociodemográficas de la población y otras variables relacionadas con lo que el test evalúa. En este marco el presente trabajo se propuso elaborar valores normativos para la DERS en la población estudiantil de Río

Cuarto, lo que permitirá una evaluación más precisa y contextualizada de las dificultades en la regulación emocional en este contexto específico.

## Método

### *Participantes*

La muestra se conformó por 403 estudiantes universitarios de Río Cuarto, de los cuales el 74.7% se identificaron como mujeres y el 25.3% como varones. La edad varió entre los 18 y 52 años ( $M = 22,5$ ;  $DE = 4,51$ ). Aproximadamente, la mitad de los participantes estudiaba Licenciatura en Psicología (46%), seguida de Contador Público (11.4%); en total, se representaron 51 carreras de nivel superior. Se utilizó un muestreo no probabilístico accidental ([León & Montero, 2002](#)) y el tamaño de la muestra se estableció con un error muestral del 5% para poblaciones infinitas, según la fórmula de Arkin y Colton ([Sierra-Bravo, 2007](#)).

### *Instrumentos*

Se aplicó la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS; [Gratz & Roemer, 2004](#)). El cuestionario evalúa las dificultades en la regulación emocional y consiste en una medida de autoinforme conformado por 36 ítems que indagaban seis factores: la no aceptación de respuestas emocionales, la dificultad conductual dirigida a metas, la dificultad en el control de impulsos, el acceso limitado a estrategias efectivas de regulación emocional y la falta de claridad emocional ([de la Rosa-Gómez et al., 2021](#)). Para responder, los participantes deben indicar con qué frecuencia experimentan las dificultades descritas en cada ítem en una escala Likert de cinco puntos (1 = *casi nunca* a 5 = *casi siempre*). Para obtener el

puntaje total de la escala se suman todos los ítems y para el puntaje por subescala se suman los ítems de cada factor.

La escala ha evidenciado una alta consistencia interna ( $\alpha = .93$  para la escala total y entre  $.80$  y  $.89$  para las subescalas) y una buena confiabilidad test-retest ( $p = .88, p < .01$ ) (Gratz & Roemer, 2004; Hervás & Jódar, 2008). Asimismo, mostró evidencia de validez basada en la estructura interna y una adecuada validez predictiva y de criterio (Hervás & Jódar, 2008; Marín-Tejeda et al., 2012).

En este estudio se utilizó la adaptación de Micheliní y Godoy (2022) para adultos emergentes universitarios de la ciudad de Córdoba, Argentina. La misma mostró valores adecuados de consistencia interna tanto para las subescalas, con valores  $\alpha$  entre  $.74$  y  $.89$ , como para la escala total ( $\alpha = .93$ ); y valores de confiabilidad compuesta ( $\rho$ ) entre  $.81$  a  $.93$  y  $0,98$  para la escala total. Con respecto a la validez, la adaptación argentina obtuvo evidencias para la estructura original de seis factores; asimismo, se observaron correlaciones directas con las estrategias poco adaptativas y correlaciones inversas con las estrategias adaptativas de regulación emocional cognitiva. Respecto de la evidencia de validez concurrente de la escala DERS, se observó que mayores dificultades en la regulación emocional se relacionaron con mayor afecto negativo, urgencia positiva y urgencia negativa y con menor afecto positivo.

Complementariamente, se administró un cuestionario *ad hoc* para recolectar información sociodemográfica de los participantes.

### *Procedimiento*

La investigación se ajustó los lineamientos éticos de la declaración de Helsinki de la Asociación Médica Mundial (World Medical Association, 2013, Estándar 25) y la ley argenti-

na 25.326 de [Protección de los datos personales \(2000\)](#). Antes de la administración del cuestionario, se informó a los estudiantes sobre el objetivo del estudio, sus derechos y el carácter anónimo y confidencial de sus respuestas. Además, se solicitó el consentimiento de ellos para participar de la investigación y se dejó constancia.

Para la aplicación del instrumento se contó con dos formatos, *online* (formulario de *Google*) y lápiz y papel. Los cuestionarios impresos fueron para, en primera instancia, estudiantes de cuarto año de psicología de la Universidad Siglo 21, en el marco de la asignatura Técnicas e Instrumentos de Exploración II, en el período de marzo a julio de 2022. En una segunda instancia, con la aprobación de las autoridades, se administraron en espacios comunes de la institución mencionada y de la Universidad de Mendoza (sede Río Cuarto) en el período de marzo a abril de 2023. Paralelamente, se difundió el enlace del formulario a través de *Instagram*, *Facebook* y *WhatsApp*.

Posteriormente a la recolección de los datos, se realizó una prueba de diferencias de medias en función de los dos formatos del cuestionario y no se encontraron resultados estadísticamente significativos ( $p > .05$ ). Esto permitió unificar la muestra para el análisis de los datos.

### *Análisis de datos*

En primer lugar, se evaluó la normalidad y la homocedasticidad de la variable y las subescalas a través de las pruebas de Kolmogorov-Smirnov y Levene, respectivamente. Luego, se obtuvieron los estadísticos descriptivos de la muestra para las puntuaciones en la DERS y se calculó el coeficiente Alfa de Cronbach para comprobar la confiabilidad de las puntuaciones por medio de la consistencia interna. Seguidamente, se realizó un análisis de diferencias entre grupos de acuerdo al

género mediante la prueba U de Mann Whitney. Finalmente, se construyeron dos tablas de baremos (una para la escala general y otra para cada una de las dimensiones) utilizando cálculo de percentiles y puntajes *T*. Se consideraron como puntos de corte los percentiles 25 y 75, propuestos en estudios similares a este (Dominguez-Lara, 2016; Morán et al., 2022) para clasificar los puntajes de la muestra en bajo, medio y alto. Con el fin de estimar la precisión de estos puntos de corte, se calculó el coeficiente *K2* (Livingston, 1972). Los análisis se realizaron con el software SPSS 23.

## Resultados

El análisis de Kolmogorov-Smirnov arrojó valores *p* inferiores a .05 para todos los factores, por lo tanto se concluyó que estos no presentaban normalidad estadística. Por otra parte, la prueba de Levene mostró igualdad de varianza (homocedasticidad) solo en tres dimensiones: conciencia (*p* = .58), claridad (*p* = .51) e impulsos (*p* = .08). En base a estos resultados se decidió utilizar estadística no paramétrica.

En la Tabla 1 se muestran los resultados descriptivos de la escala general y de cada subescala para la muestra total. Como puede observarse, la consistencia interna fue satisfactoria en todos los casos con valores  $\alpha$  entre .75 y .84 para las

**Tabla 1**  
Estadísticos descriptivos de la muestra total para la DERS.

	N	M	DE	Mín	Máx	$\alpha$
Conciencia	403	14,01	4,38	6	27	.76
Claridad	403	11,66	3,67	5	23	.75
Aceptación	403	13,81	5,57	6	30	.83
Estrategias	403	18,97	6,49	8	40	.83
Impulsos	403	12,83	5,06	6	30	.84
Objetivos	403	15,71	4,56	5	25	.80
Escala general	403	87,00	21,18	47	164	.92

**Nota.** M = Media; DE = Desviación estándar.

subescalas y .92 para la escala general.

Se realizó una prueba U de Mann Whitney para explorar las diferencias en las dificultades en la regulación emocional de acuerdo con el género (se consideraron los grupos femenino y

**Tabla 2**  
Prueba de U Mann-Whitney según género.

	<i>U</i>	<i>z</i>	<i>p</i>
Conciencia	13567	-1.76	.08
Claridad	14214	-1.12	.26
Aceptación	15240	-.11	.91
Estrategias	14430	-.91	.36
Impulsos	15253	-.10	.92
Objetivos	14144	-1.19	.23
Escala general	14956	-.39	.70

**Tabla 3**  
Valores normativos de la DERS en población de estudiantes universitarios - Escala general.

<i>PD</i>	<i>Pc</i>	<i>T</i>	<i>K2</i>
59-61	5	34-36	1.00
62-64	10	37-39	0.97
65-66	15	40-41	0.97
67-69	20	42	0.96
70-73	25	43-44	0.95
74-76	30	45	0.95
77-78	35	46	0.94
79-81	40	47-48	0.93
82-83	45	49	0.93
84-86	50	50	0.92
87-89	55	51-52	0.92
90-91	60	53	0.92
92-95	65	54	0.92
96-99	70	55-56	0.92
100-103	75	57	0.93
104-107	80	58-59	0.94
108-114	85	60-62	0.95
115-127	90	63-65	0.96
128-163	95	66	0.97

**Nota.** *PD* = puntuación directa; *Pc* = puntuación percentilar; *T* = puntuación *T*; *K2* = coeficiente de confiabilidad de los puntos de corte.

masculino, dado que ningún participante señaló otra opción). Como se observa en la Tabla 2, los análisis no arrojaron diferencias estadísticamente significativas ( $p > .05$ ), por lo tanto, se decidió no elaborar baremos distintos para cada género.

En las Tablas 3 y 4 se presentan los valores normativos para la escala total de dificultades en la regulación emocional y para cada una de sus dimensiones, respectivamente. Estos se construyeron utilizando el cálculo de percentiles y puntajes  $T$ . Asimismo, se obtuvieron los coeficientes  $K2$  (Livingston, 1972) para cada percentil, los cuales mostraron consistentemente puntuaciones muy elevadas ( $> .90$ ).

Se utilizaron los puntos de corte percentilares propuestos por Domínguez-Lara (2016) y Morán et al. (2022) para delimitar los niveles alto

( $> Pc 75$ ) y bajo ( $< Pc 25$ ). Los elevados valores del coeficiente  $K2$  correspondientes a estos percentiles permitieron evidenciar la confiabilidad de los puntos de corte en cada dimensión evaluada y en la escala general. De manera práctica, obtener una puntuación directa de 100 a 103 en dicha escala indicaría que el nivel de dificultades en la regulación emocional del sujeto supera al del 75% de la población de referencia, lo cual sugeriría una puntuación elevada en dicha variable. Por el contrario, obtener una puntuación de 70 a 73 indicaría que el grado de dificultades en la regulación emocional evidenciado por la persona es superado por el del 75% de la población, porcentaje que representa un puntaje bajo. El mismo criterio interpretativo aplica a cada una de las subescalas.

**Tabla 4**

Valores normativos de la DERS en población de estudiantes universitarios.

<i>PD</i>						<i>Pc</i>	<i>T</i>	<i>K2</i>
Conciencia	Claridad	Aceptación	Estrategias	Impulsos	Objetivos			
7	6	6	10-11	6	9	5	34-36	1.00
8-9	7	7	12	7	10	10	37-39	0.97
10	8	8	13	8	11	15	40-41	0.97
11	9	9	14	9	12	20	42	0.96
12	10	10	15	10	13	25	43-44	0.95
13	11	11	16	11	14	30	45	0.95
14	12	12	17	12	15	35	46	0.94
15	13	13	18	13	16	40	47-48	0.93
16	14	14	19	14	17	45	49	0.93
17	15	15	20-21	15	18	50	50	0.92
18	16	16-17	22	16	19	55	51-52	0.92
19	17	17	23	17	20	60	53	0.92
20-21	18	18-19	24-25	18	21	65	54	0.92
22	19	20-21	26-27	19	22	70	55-56	0.92
	20	22-23	28-31	20	23	75	57	0.93
	21	24-25	26-27	21	24	80	58-59	0.94
	22	26-27	28-31	22	25	85	60-62	0.95
	23	28-31	19-21	23	26-27	90	63-65	0.96
	24	32	22	24	24	95	66	0.97

**Nota.** *PD* = puntuación directa; *Pc* = puntuación percentilar; *T* = puntuación  $T$ ; *K2* = coeficiente de confiabilidad de los puntos de corte.

## Discusión

La RE es un prerrequisito fundamental para el funcionamiento social que impacta tanto en el bienestar como en la salud mental de las personas (Kohn et al., 2014). La fase crítica que experimentan los jóvenes universitarios se caracteriza por enfrentar nuevas exigencias y tensiones, lo que incrementa la susceptibilidad a problemas de salud mental asociados al estrés. Los estudiantes se ven sometidos a diversos factores estresantes, como la carga académica, la constante presión por avanzar en sus estudios, la competencia entre compañeros y, de manera particular en el ámbito local, las implicaciones financieras que conlleva cursar una carrera universitaria (Moretti & Medrano, 2014). Ante este escenario, los estudiantes pueden experimentar consecuencias negativas en la regulación emocional debido al desbalance entre las exigencias del contexto académico y los recursos de la persona (Dominguez-Lara, 2016; Moretti & Medrano, 2014), lo que convierte a los universitarios en una población proclive a desarrollar trastornos psicológicos y malestar general (Micin & Bagladi, 2011).

En efecto, está demostrado que los estudiantes universitarios que presentan mayores dificultades para dirigir su comportamiento a ciertos objetivos y propósitos y mayor dificultad para aceptar sus emociones negativas, reconocerlas y diferenciarlas de otras, no sólo reportan menores niveles de bienestar psicológico, sino que también comienzan a tener mayor desinterés por los estudios y baja eficacia académica (Khalil et al., 2020).

Esto confirma la necesidad de continuar explorando la RE en estudiantes universitarios, considerando que la DERS está disponible como una herramienta que puede evaluar dificultades en la regulación emocional que son clínicamente significativas. Esto es importante debido al papel fundamental que juega este proceso en la comprensión

de síntomas y comportamientos desadaptativos (Coutinho et al., 2010). Si bien la DERS se ha utilizado en diversas investigaciones argentinas (del Valle et al., 2020; Medrano et al., 2013; Medrano & Trógolo, 2014; Michelini & Godoy, 2022), aún no se encuentran baremos adecuados a la población, lo que impide el uso de la escala en contextos clínicos o de clasificación. Por esta razón, el objetivo de este trabajo fue obtener datos normativos para estudiantes universitarios argentinos.

Los análisis realizados proveen la transformación de los puntajes brutos de la escala y sus factores en puntajes normativos que permiten la interpretación de las mediciones brindadas por el instrumento. Teniendo en cuenta la distribución no normal de la variable, se utilizaron transformaciones no lineales que dan cuenta de la magnitud de las dificultades en la regulación emocional del individuo evaluado, respecto al grupo cultural y al ciclo evolutivo al cual pertenece (American Educational Research Association [AERA] et al., 2014). Este tipo de transformaciones, especialmente los percentiles, se caracterizan por su fácil interpretación para los profesionales que no cuentan con conocimientos avanzados en estadística y que desean emplear mediciones en sus tareas profesionales (Tornimbeni et al., 2008). De acuerdo a los resultados, estos puntajes obtuvieron elevados índices de confiabilidad e indicaron su precisión en el ordenamiento de las puntuaciones (Dominguez-Lara, 2016).

Para incrementar la utilidad práctica del presente estudio, siguiendo las recomendaciones de Tornimbeni et al. (2008), se sugirieron puntos de corte para identificar distintos niveles de dificultad en la regulación emocional. Las puntuaciones brutas que superan el percentil 75 señalan niveles elevados de dificultades. Por el contrario, los puntajes por debajo del percentil 75 no indican déficits y ubican al sujeto dentro de lo esperado para su grupo de referencia. En esta línea, puede

considerarse que quienes obtengan puntajes por debajo del percentil 25 pueden presentar una saludable gestión emocional.

Es importante mencionar que, previo a la obtención de estos datos normativos, se realizaron análisis para determinar si era pertinente presentar dichos datos diferenciados por género, tal como es usual en los estudios de construcción de baremos (AERA et al., 2014). Los análisis de diferencias de medias indicaron que no existían diferencias significativas entre hombres y mujeres en sus puntajes. Al respecto, existen múltiples estudios que reportan diferencias de género en la utilización de las diferentes estrategias de RE, y que las mujeres son más reactivas emocionalmente a los diferentes estresores (Nolen-Hoeksema, 2012). No obstante, la DERS específicamente indaga sobre la percepción de la persona sobre su capacidad para recurrir a las estrategias de regulación emocional en momentos de activación intensa y cuán efectivos son esos intentos (de la Rosa-Gómez et al., 2021). Por ello, los resultados obtenidos en este estudio coinciden con los publicados por Gratz y Roemer (2004) para la versión original estadounidense, así como también con los de la versión griega (Mitsopoulou et al., 2013), y parcialmente con las versiones turca, italiana, española y brasileña (Giromini et al., 2012; Hervás & Jódar, 2008; Koich-Miguel et al., 2017; Ruganci & Gençöz, 2010) en las cuales se encontraron diferencias significativas solo en algunos factores. En conclusión, y siguiendo a Giromini et al. (2017), estos antecedentes de la DERS y el presente estudio son consistentes en cuanto a que hombres y mujeres no presentan diferencias significativas en sus puntuaciones, por lo que se exime de la necesidad de contar con puntajes normativos diferenciados.

La principal importancia de este estudio radica en que presenta la posibilidad de contar con una herramienta que amplíe el campo de utilidad de la escala en contextos argentinos. El desarro-

llo de estudios psicométricos en Argentina se ha expandido en los últimos años (Becerra & Abal, 2021; de la Iglesia & Freiberg-Hoffmann, 2015), en los cuales se puede observar un incremento de publicaciones de estudios instrumentales cuyo objetivo es construir, adaptar y validar tests psicométricos de múltiples constructos. Sin embargo, la construcción de baremos no ha tenido el mismo avance, por lo que estos instrumentos solo están disponibles para su utilización en diseños específicos de investigación. Como resultado, quedan desprovistos de esta herramienta todos los estudios de prevalencia y aquellos en que la clasificación forma parte de su procedimiento. Sumado a ello, uno de los principales usos de las técnicas de evaluación psicológica es el diagnóstico y, en este contexto de aplicación, contar con datos normativos de interpretación resulta primordial. Específicamente en el ámbito clínico, la evaluación de las dificultades en la regulación emocional resulta de suma relevancia en cualquier proceso psicoterapéutico dado su demostrado efecto negativo en el bienestar psicológico, la adaptación social y la salud mental en general (Cludius et al., 2020; Hu et al., 2014; Saxena et al., 2011).

A pesar de la utilidad de los resultados, es importante indicar que el presente estudio tiene limitaciones. Por un lado, el método de muestreo fue no probabilístico y, por ende/por lo tanto, quedó privado de todas las bondades que ese tipo de muestreo presenta en términos de representatividad (Tornimbeni et al., 2008). Por otro lado, la diversidad de carreras universitarias abarcadas fue limitada, por lo que sería relevante indagar si existen antecedentes que den cuenta de una asociación entre el perfil vocacional y la regulación emocional que sustenten una ampliación de la muestra referencial. Otros estudios que completan el presente trabajo refieren al análisis sobre el poder discriminativo, la fiabilidad y la capacidad predictiva de los puntos de corte sugeridos (Dominguez-

Lara, 2016, 2018; Morán et al., 2023). A pesar de estas limitaciones, los datos normativos presentados permiten hacer uso de la escala para evaluaciones de tipo *screening*, en complemento con otras fuentes de información que contrasten los resultados obtenidos para cada individuo.

## Referencias

- American Educational Research Association, American Psychological Association, & National Council on Measurement in Education. (2014). *Standards for educational and psychological testing*. American Educational Research Association.
- Arnett, J. J., Žukauskienė, R., & Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18-29 years: Implications for mental health. *The Lancet Psychiatry*, 1(7), 569-576. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(14\)00080-7](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(14)00080-7)
- Becerra, L., & Abal, F. (2021, 24 de julio). *Análisis historiográfico de la medición en psicología en Argentina. Desarrollos e influencias en la psicometría en los fines del siglo XX [Presentación trabajo libre]*. XVII Jornadas Internacionales de Investigación en Psicología UCES 2021. XIX Jornadas Internacionales de Actualización del Algoritmo David Liberman. II Simposio de especialistas en Salud Mental en Emergencias y Desastres, Buenos Aires, Argentina. <http://dspace.uces.edu.ar:8180/xmlui>
- Bolgeri-Escorza, P., Rojas-Duarte, F., Pastén, M. J., Vega-Vega, K., & San Martín-Henríquez, M. (2020). Regulación emocional, atención plena y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de primer año. *Eureka*, 17(1), 22-37. <https://ojs.psicoeureka.com.py/index.php/eureka>
- Cabanach, R. G., Fernández-Cervantes, R., Souto-Gestal, A., & Suárez-Quintanilla, J. A. (2018). Regulación emocional y estrés en estudiantes universitarios de fisioterapia. *Revista Mexicana de Psicología*, 35(2), 167-178. <https://psycnet.apa.org/record/2018-39520-006>
- Cludius, B., Mennin, D., & Ehring, T. (2020). Emotion regulation as a transdiagnostic process. *Emotion*, 20(1), 37-42. <https://doi.org/10.1037/emo0000646>
- Compas, B. E., Jaser, S. S., Bettis, A. H., Watson, K. H., Gruhn, M. A., Dunbar, J. P., Williams, E., & Thigpen, J. C. (2017). Coping, emotion regulation, and psychopathology in childhood and adolescence: A meta-analysis and narrative review. *Psychological Bulletin*, 143(9), 939-991. <https://doi.org/10.1037/bul0000110>
- Coutinho, J., Ribeiro, E., Ferreirinha, R., & Dias, P. (2010). The Portuguese version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale and its relationship with psychopathological symptoms. *Archives of Clinical Psychiatry*, 37(4), 145-151. <https://doi.org/10.1590/S0101-60832010000400001>
- de la Iglesia, G., & Freiberg-Hoffmann, A. (2015, 25-28 de noviembre). *Psicometría: Una propuesta de divulgación científica de la psicometría argentina [Presentación de póster]*. VII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, XXII Jornadas de Investigación, XI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR, Buenos Aires, Argentina. <https://www.aacademica.org/000-015/111>
- de la Rosa-Gómez, A., Hernández-Posadas, A., Valencia, P. D., & Guajardo-Garcini, D. A. (2021). Análisis dimensional de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS-15) en universitarios mexicanos. *Revista Evaluar*, 21(2), 80-97. <https://doi.org/10.35670/1667-4545.v21.n2.34401>
- del Valle, M., Zamora, E. V., Khalil, Y., & Altamirano, M. (2020). Rasgos de personalidad y dificultades de regulación emocional en estudiantes universitarios. *Psicodebate*, 20(1), 56-67. <https://doi.org/10.18682/pd.v20i1.1877>
- Dominguez-Lara, S. A. (2016). Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *Revista Evaluar*, 16(1), 20-30. <https://doi.org/10.35670/1667-4545.v16.n1.15715>
- Dominguez-Lara, S. (2018). Magnitud del efecto, una guía

- rápida. *Educación Médica*, 19(4), 251-254. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2017.07.002>
- Eichen, D. M., Chen, E., Boutelle, K. N., & McCloskey, M. S. (2017). Behavioral evidence of emotion dysregulation in binge eaters. *Appetite*, 111, 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.12.021>
- Giromini, L., Ales, F., de Campora, G., Zennaro, A., & Pignolo, C. (2017). Developing age and gender adjusted normative reference values for the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 39(4), 705-714. <https://doi.org/10.1007/s10862-017-9611-0>
- Giromini, L., Velotti, P., de Campora, G., Bonalume, L., & Zavattini, G. C. (2012). Cultural adaptation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale: Reliability and validity of an Italian version. *Journal of Clinical Psychology*, 68(9), 989-1007. <https://doi.org/10.1002/jclp.21876>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41-54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Gross, J. J., & Jazaieri, H. (2014). Emotion, emotion regulation, and psychopathology: An affective science perspective. *Clinical Psychological Science*, 2(4), 387-401. <https://doi.org/10.1177/2167702614536164>
- Guzmán-González, M., Mendoza-Llanos, R., Garrido-Rojas, L., Barrientos, J., & Urzúa, A. (2020). Propuesta de valores de referencia para la Escala de Dificultades de Regulación Emocional (DERS-E) en población adulta chilena. *Revista Médica de Chile*, 148(5), 644-652. <http://doi.org/10.4067/S0034-98872020000500644>
- Guzmán-González, M., Trabucco, C., Urzúa, A. M., Garrido, L., & Leiva, J. (2014). Validez y confiabilidad de la versión adaptada al español de la Escala de Dificultades de Regulación Emocional (DERS-E) en población chilena. *Terapia Psicológica*, 32(1), 19-29. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082014000100002>
- Haynos, A. F., Wang, S. B., & Fruzzetti, A. E. (2018). Restrictive eating is associated with emotion regulation difficulties in a non-clinical sample. *Eating Disorders*, 26(1), 5-12. <https://doi.org/10.1080/10640266.2018.1418264>
- Hervás, G., & Jódar, R. (2008). Adaptación al castellano de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional. *Clínica y Salud*, 19(2), 139-156. <https://journals.copmadrid.org/clysa>
- Hu, T., Zhang, D., Wang, J., Mistry, R., Ran, G., & Wang, X. (2014). Relation between emotion regulation and mental health: A meta-analysis review. *Psychological Reports*, 114(2), 341-362. <https://doi.org/10.2466/03.20.PR0.114k22w4>
- Khalil, Y., del Valle, M. V., Zamora, E. V., & Urquijo, S. (2020). Dificultades de regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 24(1), 69-83. <http://dspace.uces.edu.ar:8180/xmlui/handle/123456789/41>
- Kohn, N., Eickhoff, S. B., Scheller, M., Laird, A. R., Fox, P. T., & Habel, U. (2014). Neural network of cognitive emotion regulation - An ALE meta-analysis and MACM analysis. *NeuroImage*, 87(1), 345-355. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2013.11.001>
- Koich-Miguel, F., Giromini, L., Stivaletti-Colombarolli, M., Zuanazzi, A. C., & Zennaro, A. (2017). A Brazilian investigation of the 36- and 16-item Difficulties in Emotion Regulation Scales. *Journal of Clinical Psychology*, 73(9), 1146-1159. <https://doi.org/10.1002/jclp.22404>
- Koole, S. L. (2009). The psychology of emotion regulation: An integrative review. *Cognition and Emotion*, 23(1), 4-41. <https://doi.org/10.1080/02699930802619031>
- LeDoux, J. E., & Brown, R. (2017). A higher-order theory of emotional consciousness. *Proceedings of National Academy of Sciences of the United States of America*, 114(10), 2016-2025. <https://doi.org/10.1073/pnas.1619316114>
- León, O. G., & Montero, I. (2002). *Métodos de investigación en Psicología y Educación* (3ª ed.). McGraw-Hill.

- Ley 25.326. (2000). *Protección de los Datos Personales*. Argentina. <https://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet>
- Livingston, S. A. (1972). Criterion-referenced applications of classical test theory. *Journal of Educational Measurement*, 9(1), 13-26. <https://doi.org/10.1111/j.1745-3984.1972.tb00756.x>
- Marín-Tejeda, M., Robles-García, R., González-Forteza, C., & Andrade-Palos, P. (2012). Propiedades psicométricas de la escala “Dificultades en la Regulación Emocional” en español (DERS-E) para adolescentes mexicanos. *Salud mental*, 35(6), 521-526. [http://www.revistasaludmental.mx/index.php/salud\\_mental](http://www.revistasaludmental.mx/index.php/salud_mental)
- Medrano, L. A., Moretti, L., Ortiz, A., & Pereno, G. (2013). Validación del Cuestionario de Regulación Emocional Cognitiva en universitarios de Córdoba, Argentina. *Psykhē*, 22(1), 83-96. <https://doi.org/10.7764/psykhe.22.1.473>
- Medrano, L., & Trógolo, M. (2014). Validación de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional en la población universitaria de Córdoba, Argentina. *Universitas Psychologica*, 13(4), 15- 26. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-4.vedr>
- Michellini, Y., & Godoy, J. C. (2022). Adaptación argentina de dos Escalas de Dificultades en la Regulación Emocional en adultos emergentes universitarios. *Psykhē*, 31(1), 1-20. <https://doi.org/10.7764/psykhe.2020.22585>
- Micin, S., & Bagladi, V. (2011). Salud mental en estudiantes universitarios: Incidencia de psicopatología y antecedentes de conducta suicida en población que acude a un servicio de salud estudiantil. *Terapia Psicológica*, 29(1), 53-64. <http://doi.org/10.4067/S0718-48082011000100006>
- Mitsopoulou, E., Kafetsios, K., Karademas, E., Papastefanakis, E., & Simos, P. G. (2013). The Greek version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale: Testing the factor structure, reliability and validity in an adult community sample. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 35(1), 123-131. <https://doi.org/10.1007/s10862-012-9321-6>
- Morán, V. E., Villarrubia, M. D., Fabbro, N., & Natera, M. Z. (2023). Datos normativos en población de adultos argentinos para la Escala Breve de Ansiedad y Fobia Social- SPAI-B. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 15(2), 50-59. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/racc/article/view/33308>
- Morán, V., Villarrubia, M., & Curi, M. V. (2022). Datos normativos en población de adultos argentinos para la Escala de Conexión Social. *Revista de Investigación en Psicología*, 25(2), 89-104. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v25i2.23461>
- Moretti, L. S., & Medrano, L. A. (2014). Estructura factorial del Cuestionario de Estrés Percibido en la población universitaria. *Revista Evaluar*, 14(1), 67-83. <https://doi.org/10.35670/1667-4545.v14.n1.11518>
- Nolen-Hoeksema, S. (2012). Emotion regulation and psychopathology: The role of gender. *Annual Review of Clinical Psychology*, 8(1), 161-187. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143109>
- Ochsner, K. N., & Gross, J. J. (2008). Cognitive emotion regulation: Insights from social cognitive and affective neuroscience. *Current Directions in Psychological Science*, 17(2), 153-158. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2008.00566.x>
- Rugancı, R. N., & Gençöz, T. (2010). Psychometric properties of a Turkish version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Clinical Psychology*, 66(4), 442-455. <https://doi.org/10.1002/jclp.20665>
- Saxena, P., Dubey, A., & Pandey, R. (2011). Role of emotion regulation difficulties in predicting mental health and well-being. *Journal of Projective Psychology & Mental Health*, 18(2), 147-155. [https://2d-crowd.com/sisJournal/full\\_issues](https://2d-crowd.com/sisJournal/full_issues)
- Sierra-Bravo, R. (2007). *Técnicas de investigación social: Teoría y ejercicios (14ª Ed.)*. International Thomson.
- Simons, R. M., Hahn, A. M., Simons, J. S., & Murase, H. (2017). Emotion dysregulation and peer drinking norms uniquely predict alcohol-related problems via motives. *Drug and Alcohol Dependence*, 177, 54-58. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2017.03.019>
- Tornimbeni, S., Pérez, E., & Olaz, F. (2008). *Introducción a*

*la psicometría*. Paidós.

- Vargas-Gutiérrez, R. M., & Muñoz-Martínez, A. M. (2013). La regulación emocional: Precisiones y avances conceptuales desde la perspectiva conductual. *Psicología USP*, 24(2), 225-240. <https://doi.org/10.1590/S0103-65642013000200003>
- Vilhena-Churchill, N., & Goldstein, A. L. (2014). Child maltreatment and marijuana problems in young adults: Examining the role of motives and emotion dysregulation. *Child Abuse & Neglect*, 38(5), 962-972. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2013.10.009>
- Weiss, N. H., Bold, K. W., Sullivan, T. P., Armeli, S., & Tennen, H. (2017). Testing bidirectional associations among emotion regulation strategies and substance use: A daily diary study. *Addiction*, 112(4), 695-704. <https://doi.org/10.1111/add.13698>
- World Medical Association. (2013). World Medical Association Declaration of Helsinki: Ethical principles for medical research involving human subjects. *Journal of the American Medical Association*, 310(20), 2191-2194. <http://doi.org/10.1001/jama.2013.281053>
-