

ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN

## Gaudibilidad y Sensibilidad en el Procesamiento Sensorial como predictores de la desregulación emocional

Gaudiebility and Sensory Processing Sensitivity as predictors of emotional dysregulation

Karina Salud Montoya-Pérez<sup>1</sup> , Ferran Padrós-Blázquez<sup>1</sup> 

<sup>1</sup> Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, México.

**Forma de citar:** Montoya-Pérez, K.S., & Padrós-Blázquez, F. (2024). Gaudibilidad y Sensibilidad en el Procesamiento Sensorial como predictores de la desregulación emocional. *Rev. CES Psico*, 17(3), 69-79. <https://dx.doi.org/10.21615/cesp.7027>

### Resumen

La Sensibilidad en el Procesamiento Sensorial (SPS) alude a las diferencias en el grado de susceptibilidad a las influencias ambientales que presentan los individuos, y según se manifieste puede tener efectos positivos y negativos en su vida; entre los negativos se encuentra la desregulación emocional (DE). Por otro lado, la regulación emocional se relaciona con la gaudibilidad (conjunto de moduladores del disfrute), no obstante, hay poca investigación al respecto. El objetivo de esta investigación fue analizar el papel de la gaudibilidad y la SPS como predictores de la DE. Para tal efecto se llevó a cabo un estudio transversal, descriptivo y observacional. Participaron 1,040 estudiantes universitarios a quienes se administró la Escala para Personas Altamente Sensibles (EPAS), la Escala de Gaudibilidad para Adultos y la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional en español (DERS-E). Los resultados del análisis de regresión mostraron que el mejor predictor positivo de la DE fue la dimensión *sensibilidad procesada* de la SPS ( $t = 14.48$ ), mientras que el mejor predictor negativo fue la dimensión *concentración* de la gaudibilidad ( $t = -10.31$ ). Este hallazgo, sumado a las correlaciones moderadas obtenidas entre la DE y ambas variables, positiva para la SPS y negativa para la gaudibilidad, sugieren, que un nivel alto de SPS conlleva dificultades para regular las emociones, independiente de si se cuenta con alta gaudibilidad, aunque la DE será mayor si el nivel de gaudibilidad es bajo. Se evidencia que la gaudibilidad efectivamente funciona como un importante regulador emocional específico del disfrute, que comparte elementos con la regulación emocional de forma genérica.

**Palabras clave:** gaudibilidad; sensibilidad en el procesamiento sensorial; desregulación emocional; regulación emocional.

### Abstract

Sensory Processing Sensitivity (SPS) refers to differences in the degree of susceptibility to environmental influences, which can have positive and negative effects. One of the possible negative effects is emotional dysregulation (ED). On the other hand, one of the factors that can be related to emotional regulation is gaudiebility (set of modulators of enjoyment). Gaudiebility could be considered as a form of emotional regulation for positive emotions; however, to date the relationship with SPS and ED, which usually focuses on negative emotions, has not been explored. The objective of this research was to study the role of gaudiebility and SPS, as predictors of ED. A total of 1,040 university students participated and were administered, as a group, the gaudiebility evaluation scales, the SPS and the ED. The results of the regression analysis showed that the best positive predictor of the ED was the processed sensitivity dimension of the SPS ( $t = 14.48$ ), while the best negative predictor was the concentration dimension of the gaudiebility ( $t = -10.31$ ). A high level of SPS entails difficulties in regulating emotions, regardless of whether one has a high ability to enjoy, although the ED will be higher if the level of gaudiebility is low. Gaudiebility can be considered as a specific emotional regulator of enjoyment that shares elements with emotional regulation in a generic way.

**Keywords:** gaudiebility; sensory processing sensitivity; emotional dysregulation; emotional regulation.

## Introducción

La Sensibilidad en el Procesamiento Sensorial (SPS), rasgo de temperamento al parecer genéticamente determinado (Aron & Aron, 1997), confiere, a las personas que lo poseen, atributos específicos para relacionarse de forma única con el ambiente como, por ejemplo, la capacidad de notar estímulos más sutiles, ser más fácilmente excitables por estos estímulos y responder a un umbral bajo de estimulación, incluso respecto a la interacción interpersonal (Aron et al., 2012).

En el contexto clínico se ha observado que las personas con este rasgo se enfrentan a ciertas dificultades derivadas de sus reacciones emocionales, que con el tiempo pueden afectar su tranquilidad y salud. Al respecto, Costa-López et al. (2021), a partir de una revisión sistemática, señalaron que altos niveles de SPS pueden estar relacionados con la aparición de diferentes alteraciones de la salud mental como ansiedad y depresión. Estas dificultades pueden derivarse de la sobre estimulación que frecuentemente experimentan los individuos con SPS, debido al mayor impacto que tienen sobre ellos los estímulos a los que se exponen. Asimismo, a su capacidad de percibir con mayor facilidad las situaciones cambiantes, las cuales requieren de una rápida adaptación y un adecuado funcionamiento de la regulación emocional (Aron, 2020). La regulación emocional entendida como el proceso a través del cual los individuos modulan sus emociones y modifican su comportamiento para alcanzar metas, adaptarse al contexto o promover el bienestar tanto individual como social (Gómez-Pérez & Calleja-Bello, 2017). Por su parte, la desregulación emocional se concibe como una disfunción en alguno o en todos los siguientes procesos: identificación de experiencias emocionales de forma concreta, modulación de la activación fisiológica, aceptación y tolerancia del malestar y confianza en las respuestas emocionales y de su utilidad para el funcionamiento cotidiano (Linehan, 1993).

Es importante destacar que la SPS se relaciona con el afecto negativo. Brindle et al. (2015) atribuyen esta relación positiva a la alta conciencia emocional y a las mayores exigencias en la regulación de las emociones que comúnmente experimentan las personas con altos niveles de SPS. Sin embargo, al mismo tiempo, se ha observado que las personas que poseen este rasgo, responden con mayor intensidad y rapidez a los estímulos positivos (Jagiellowicz et al., 2011); incluso se ha encontrado que la SPS puede ser un moderador positivo en la eficacia de intervenciones o tratamientos preventivos de depresión (Pluess & Boniwell, 2015). Es decir, la SPS parece marcar diferencias importantes en el grado de susceptibilidad a las influencias ambientales, positivas y negativas (Slagt et al., 2018).

En términos generales, las emociones positivas son consideradas precursoras y promotoras de bienestar (e.g. Fredrickson, 2001; Fredrickson, 2013; Tugade et al., 2016), amplían el repertorio de pensamientos y motivaciones para la acción, y sirven para regular las emociones negativas, dado que, ante la necesidad de una acción específica, debilitan la fijación de estas emociones en la mente (Fredrickson, 2013).

Otro aspecto que promueve el bienestar es la gaudibilidad, término acuñado por Padrós y Fernández-Castro (2008) para referirse al conjunto de moduladores que regulan la sensación subjetiva de disfrute, en intensidad, frecuencia y duración. Estos autores señalan que existen diferencias individuales respecto a la disposición o capacidad para el disfrute; es decir, mientras algunas personas disfrutan con mucha facilidad, intensidad y frecuencia, otras raramente lo hacen, bajo las mismas condiciones y circunstancias. Se ha encontrado que altos niveles de gaudibilidad incrementan y promueven el bienestar (Padrós & Fernández-Castro, 2008), y se han observado niveles más bajos de gaudibilidad en muestras clínicas con esquizofrenia (Padrós-Blázquez et al., 2011), depresión (Valdés-García et al., 2023), trastorno antisocial de personalidad (Magallón-Gómez et al., 2018), consumo de sustancias (Padrós-Blázquez et al., 2011; Padrós-Blázquez & Martínez-Medina, 2020) y otras psicopatologías (González-Cantero et al., 2018). Inclusive se reportó la utilidad de una intervención terapéutica centrada en incrementar la gaudibilidad para aliviar los síntomas depresivos, cuando se administra como terapia coadyuvante al tratamiento convencional con antidepresivos (Padrós et al., 2014).

La sensación del disfrute está regulada por estructuras neuroanatómicas complejas e inespecíficas que no se

relacionan con la satisfacción de necesidades básicas como el hambre o la sed, sino con actividades como la adquisición de un conocimiento, observar una obra de arte o comprender un chiste (Gómez-Hernández et al., 2020). Por ello, Padrós-Blázquez et al. (2021), identifican, entre los moduladores que regulan la sensación subjetiva de disfrute, la concentración, el interés o la capacidad de interesarse en algo, la imaginación, el sentido del humor, las ideas irracionales o preconcebidas sobre lo que se debe o puede disfrutar y el goce en solitario.

Cabe señalar que las personas con SPS han reportado, con frecuencia, tener sueños vívidos y cargados de detalles, y un gusto particular o habilidad por las artes y por permanecer en espacios tranquilos y silenciosos (Aron, 2010). En este sentido, se puede hipotetizar que la relación entre la SPS y los moduladores que componen la gaudibilidad es distinta: positiva y alta con el interés, la imaginación y el disfrute en soledad; negativa y baja con la concentración, dada la dificultad para seleccionar la gran cantidad de estímulos que perciben las personas con SPS. Y, respecto a los moduladores sentido del humor e ideas irracionales es difícil de predecir, debido a que, por un lado, algunas personas con alta sensibilidad pueden manifestar una elevada susceptibilidad ante la burla y considerar hacer uso del humor como algo irracional y desagradable que debe evitarse; y, por otro lado, otras personas con alta sensibilidad pueden valorar y apreciar el humor de forma más favorable.

Si bien se ha encontrado que las personas con altas puntuaciones de SPS tienden a manifestar más dificultades en la regulación emocional y, por ello, reportan mayor grado de afecto negativo (Brindle et al., 2015), se desconoce aún la relación entre la SPS y el afecto positivo, específicamente el disfrute. Por su parte, Kraiss et al. (2020) plantean que la regulación de las emociones no está solamente relacionada con la psicopatología, sino también con el bienestar en general, así como con el bienestar psicológico y auto percibido. En este sentido, comprender la relación entre la regulación emocional y la gaudibilidad ofrecería información relevante para mejorar el bienestar de las personas con trastornos mentales.

En este punto, cabe señalar que el 32.5% de estudiantes universitarios en México (donde se realiza este estudio) presentan algún problema emocional relacionado con sustancias o con alteraciones de comportamiento a lo largo de su vida; entre los que se destacan la prevalencia de depresión (12.6%), trastorno de ansiedad generalizada (11.7%), dependencia de alcohol (8.0%) y a otras sustancias (2.8%) (Benjet et al., 2019), las cuales se han relacionado con la desregulación emocional (Sheppes et al., 2015).

Dado lo anterior, el presente estudio tiene como objetivo estudiar el papel de la SPS y la gaudibilidad, como predictores de la desregulación emocional en estudiantes universitarios de México.

## Método

Se llevó a cabo un estudio transversal, descriptivo, observacional y ex post facto prospectivo (Montero & León, 2007).

## Participantes

Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia. La muestra estuvo conformada por 1,040 estudiantes universitarios, 666 (64%) mujeres y 374 (36%) hombres, de entre 18 y 28 años de edad ( $M= 20.65$ ,  $DE= 1.92$ ). Participaron estudiantes de distintas carreras de nivel licenciatura de una universidad pública ubicada en la región occidente de México que cumplieran con los siguientes criterios de inclusión: estar estudiando en el nivel educativo superior y ser mayores de 18 años.

## Instrumentos

*Escala para Personas Altamente Sensibles (EPAS)* (High Sensitive Person Scale; Aron & Aron, 1997). Traducida y adaptada para población mexicana (Montoya-Pérez et al., 2019). Es una escala de auto reporte diseñada para

medir el grado de sensibilidad de procesamiento sensorial de personas adultas. Consta de 17 reactivos con respuestas en formato tipo Likert que van de 1 *Para Nada* a 7 *Extremadamente*, y que indican las formas en la que la persona se siente en diferentes situaciones. Todos los reactivos son puntuados en la misma dirección por lo que a mayor puntuación, mayor nivel de sensibilidad. El análisis factorial por componentes principales, sugirió una solución de dos factores que explicó el 30% de la varianza: 1) Sensibilidad Procesada (SP) con 13 reactivos ( $\alpha = .86$ ) y 2) Umbral Sensorial Bajo (USB) con 4 reactivos ( $\alpha = .79$ ). El índice de confiabilidad total también fue adecuado ( $\alpha = .89$ ).

*Escala de Gaudibilidad para Adultos* (EGA; Padrós-Blázquez et al., 2021). Diseñada para evaluar el nivel de gaudibilidad en adultos. Conformada por 24 reactivos con respuestas en una escala tipo Likert de 5 puntos que va desde 0 *Totalmente en desacuerdo* a 4 *Totalmente de acuerdo*. Se solicita a la persona que responda en función de la manera en que se siente respecto a cada afirmación. La Escala está conformada por seis dimensiones ( $\alpha = .8$ ), cada una con 4 reactivos: 1) interés ( $\alpha = .65$ ), 2) disfrute en solitario ( $\alpha = .78$ ), 3) sentido del humor ( $\alpha = .76$ ), 4) creencias irracionales ( $\alpha = .63$ ), 5) concentración ( $\alpha = .80$ ) y, 6) imaginación ( $\alpha = .74$ ). Los reactivos 2,4,5,8,10,11,15,16,17,19,21 y 24 se puntúan de forma inversa. Se obtiene una sumatoria en la que, a mayor puntuación, mayor nivel de gaudibilidad.

*Escala de Dificultades en la Regulación Emocional en español* (DERS-E, *Difficulties in Emotion Regulation Scale*; Gratz & Roemer, 2004). Traducida y adaptada para población mexicana (Marín et al., 2012). Instrumento de autoreporte diseñado para evaluar las dificultades en la regulación emocional. Consta de 24 reactivos ( $\alpha = .89$ ) distribuidos en cuatro factores: 1) No aceptación, con 9 reactivos ( $\alpha = .85$ ); 2) Metas, con 6 reactivos ( $\alpha = .79$ ); 3) Conciencia, con 5 reactivos ( $\alpha = .71$ ) y, 4) Claridad, con 4 reactivos ( $\alpha = .68$ ). El índice de confiabilidad de los 24 reactivos fue de .89. Cada reactivo se califica de 0 a 4 puntos, los reactivos 1, 2, 6, 7 y 9 se califican de manera inversa. La puntuación total se interpreta así: por debajo de 14 puntos, indica niveles bajos de dificultades en la regulación emocional, entre 15 y 31, representa niveles medios y, mayores de 31, niveles altos de dificultades.

## Procedimiento

Una vez se obtuvo el permiso de las directivas y el Comité de ética de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (México), los profesores de distintas materias y programas educativos de nivel superior (Licenciatura) de la misma universidad autorizaron que durante su clase los investigadores invitaran a los alumnos a participar en el estudio de forma anónima y así, realizar una aplicación masiva en una sola oportunidad. Los estudiantes que decidieron participar firmaron el respectivo Consentimiento Informado y, posteriormente, se aplicaron los instrumentos (EPAS, EGAM y DERS-E) en un tiempo aproximado de 20 minutos. La administración de los instrumentos se llevó a cabo entre febrero y junio de 2022.

## Consideraciones éticas

El estudio contó con la aprobación del Comité de ética de la Facultad de Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (Nº de oficio 003/2022). Asimismo, se siguieron los principios éticos de los psicólogos y el código de conducta de la Asociación Americana de Psicología sobre el uso del consentimiento informado, la confidencialidad de los datos personales y el uso de la información con fines de investigación (APA, 2023).

## Análisis de Datos

El análisis de datos se realizó con el programa estadístico R versión 4.0.2 (R Core Team, 2020) con un 95% de nivel de confianza. Se llevó a cabo un análisis de correlación para conocer la relación entre las variables a través de una matriz de correlaciones utilizando el paquete *Hmisc* (Harrel, 2019). Para conocer las diferencias entre los niveles de SPS respecto al nivel de gaudibilidad y desregulación emocional se empleó el paquete *psych* (Revelle, 2019). Por medio del paquete *agricolae* de Mediburu (2019), se obtuvo la prueba post hoc para conocer en qué grupos se encontraban las diferencias.

La validación de condiciones para la regresión múltiple lineal, la cual se realizó con el paquete *psych* (Revelle, 2019), se llevó a cabo mediante la verificación de la relación lineal entre cada uno de los predictores y los residuos del modelo, así como a través de la evaluación de la normalidad de los residuos por medio de la prueba Lilliefors. Asimismo, se examinó el factor de inflación de la varianza (VIF) para revisar colinealidad y, utilizando la prueba de Breusch–Pagan se exploró la variabilidad constante de los residuos u homocedasticidad.

## Resultados

La distribución de las puntuaciones de los participantes en las escalas EPAS, EGAM y DERS-E difirieron significativamente de una distribución normal. Se establecieron dos niveles (alto y bajo) de SPS y de gaudibilidad, a partir de las puntuaciones obtenidas (máxima, mínima, media, primer y tercer cuartil). Se encontró que las mujeres obtuvieron puntuaciones significativamente más elevadas tanto en el nivel de SPS ( $W = 159649$ ;  $p < .001$ ) como de gaudibilidad ( $W = 140469$ ;  $p < .001$ ).

Al evaluar las diferencias en la variable desregulación emocional según los niveles de SPS y de gaudibilidad, los resultados arrojaron diferencias estadísticamente significativas en ambas variables ( $H(2) = 245.29$ ;  $p < .001$  y  $H(2) = 168.31$ ,  $p < .001$ , respectivamente). La prueba post hoc (ver [Tabla 1](#)) mostró que los participantes con un nivel alto de SPS presentaron mayor desregulación emocional, comparados con aquellos con un bajo nivel. En el caso de la gaudibilidad se presentó lo opuesto, las personas con un nivel alto mostraron menor desregulación emocional.

**Tabla 1.** Puntuaciones DERS-E (nivel de desregulación emocional).

	M	DE
<b>Género</b>		
Mujeres	31.87	18.80
Hombres	31.46	18.00
<b>Niveles de SPS</b>		
Alto	44.88	18.99
Bajo	19.87	13.02
<b>Niveles de Gaudibilidad</b>		
Alto	22.64	15.82
Bajo	42.42	18.83

## Modelos lineales

La matriz de correlaciones (ver [Tabla 2](#)) muestra que tanto la SPS como la gaudibilidad se relacionaron de forma moderada con la desregulación emocional. En el caso de la SPS, se trató de una correlación positiva, mientras que la gaudibilidad se relacionó negativamente. La correlación entre la SPS y la gaudibilidad fue baja y negativa, pero, las correlaciones entre sus dimensiones y la SPS variaron. La *imaginación* y el *humor* correlacionaron de manera positiva, aunque muy baja con la SPS, mientras que la *concentración* se relacionó de manera negativa y moderada.

**Tabla 2.** Correlaciones entre SPS, desregulación emocional, gaudibilidad y sus dimensiones.

	BUE	SPS	GAU	INT	CONC	IMA	DIS	IRR	HUM	DE
SP	0.60***	0.97***	-0.21***	-0.07*	-0.39***		-0.19***	-0.13***	0.10***	0.55***
BUE		0.78***	-0.17***	-0.10**	-0.29***	0.11***	-0.13***	-0.13***	0.01	0.33***
SPS			-0.22***	-0.09**	-0.40***	0.10**	-0.19***	-0.14***	0.08**	0.53***
GAU				0.61***	0.54***	0.46***	0.60***	0.62***	0.45***	-0.43***
INT					0.21***	0.33***	0.16***	0.26***	0.27***	-0.26***

<b>CONC</b>	-0.08*	0.29***	0.32***	-0.14***	-0.52***
<b>IMA</b>		0.11***	0.01	0.23***	0.08*
<b>DIS</b>			0.29***	0.00	-0.29***
<b>IRR</b>				0.18***	-0.32***
<b>HUM</b>					-0.04

**Nota:** SP = sensibilidad procesada; BUE = bajo umbral de estimulación; SPS = puntuación total de la EPAS; GAU = puntuación total de la escala de la EGAM; INT = interés; CONC = concentración; IMA = imaginación; DIS = disfrute en solitario; IRR = pensamientos irracionales; HUM = humor; DE = puntuación total de la DERS-E.

<sup>a</sup> SP y BUE, dimensiones de la EPAS.

<sup>b</sup> INT, CONC, IMA, DIS, IRR, HUM, dimensiones de la EGAM.

<sup>c</sup> \*p<.05, \*\*p<.01 y \*\*\*p<.001.

Respecto a los modelos de regresión, se empleó la estrategia de *stepwise mixto* y se utilizó el valor matemático *Akaike* (AIC) para determinar la calidad del modelo. El mejor modelo obtenido (ver [Tabla 3](#)) explicó el 46% de la varianza ( $F(8-1031) = 113.6, p < 0.001$ ). Los resultados mostraron que la dimensión *sensibilidad procesada* de la SPS fue el mejor predictor positivo de la desregulación emocional, mientras que la dimensión *concentración* de la gaudibilidad fue el mejor predictor negativo.

Asimismo, se observó que la dimensión *imaginación* de la gaudibilidad fue un predictor positivo de la desregulación emocional, y la dimensión *bajo umbral de estimulación* de la SPS fue un predictor negativo de la desregulación emocional, aunque débil.

**Tabla 3.** Modelo lineal para la estimación de SPS con sus dimensiones y gaudibilidad con sus dimensiones como predictores de la desregulación emocional.

	Coeficientes			Intervalos de confianza		VIF
	Estimado	Error estándar	t	2.5%	97.5%	
Intercepto	37.36	3.42	10.91***	30.64	44.08	
SPS						
BUE	-0.20	0.09	-2.10*	-0.39	-0.01	1.60
SP	0.57	0.04	14.48***	0.49	0.65	1.73
GAU						
IMA	0.58	0.13	4.37***	0.32	0.84	1.21
CONC	-1.22	0.12	-10.31***	-1.46	-0.99	1.43
INT	-1.02	0.19	-5.44***	-1.39	-0.65	1.31
IRR	-0.56	0.14	-3.82***	-0.84	-0.27	1.27
HUM	-0.48	0.13	-3.77***	-0.73	-0.23	1.20
DIS	-0.44	0.11	-3.86***	-0.67	-0.22	1.18
<b>Resumen de Modelo</b>						
		$R^2$	$R^2$ ajustada			
		0.47	0.46			

**Nota:** SPS = puntuación total de la EPAS; SP = sensibilidad procesada; BUE = bajo umbral de estimulación; GAU = puntuación total de la escala de la EGAM; INT = interés; CONC = concentración; IMA = imaginación; DIS = disfrute en solitario; IRR = pensamientos irracionales; HUM = humor; DE = puntuación total de la DERS-E.

<sup>a</sup> SP y BUE, dimensiones de la EPAS.

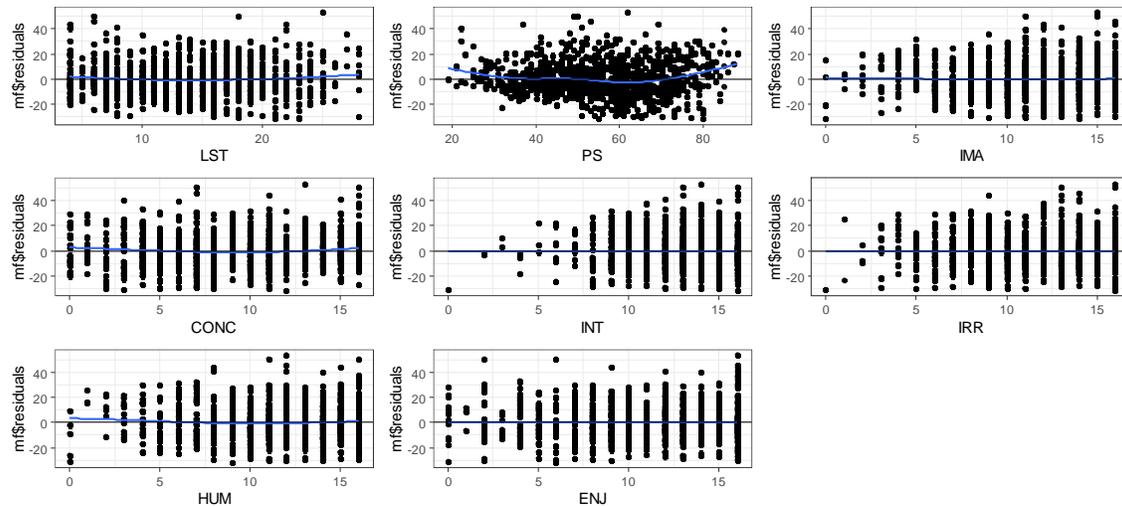
<sup>b</sup> INT, CONC, IMA, DIS, IRR, HUM, dimensiones de la EGAM.

<sup>c</sup>  $R^2$ , varianza explicada.

<sup>d</sup> \*p<.05, \*\*p<.01 y \*\*\*p<.001

<sup>e</sup> VIF, inflación de varianza.

Los resultados de la validación de condiciones para la regresión múltiple lineal mostraron que ningún predictor presentó una correlación lineal muy alta (ver [Figura 1](#)) ni inflación de varianza (ver [Tabla 3](#)). Sin embargo, hay evidencia de heterocedasticidad ( $BP(8) = 29.172$ ,  $p < 0.001$ ) y de anomalía en la distribución de los residuos ( $D = 0.056561$ ,  $p < 0.001$ ).



**Figura 1.** Diagramas de dispersión entre cada uno de los predictores y los residuos del modelo.

## Discusión

El objetivo de este estudio fue analizar el papel de la Sensibilidad en el Procesamiento Sensorial (SPS) y la gaudibilidad, como predictores de la desregulación emocional en un grupo de estudiantes universitarios de México. Los resultados del análisis de regresión mostraron que el mejor predictor positivo de la desregulación emocional fue el factor *sensibilidad procesada* de la SPS, que hace referencia a una respuesta emocional aumentada a partir de la interpretación del estímulo; mientras que el mejor predictor negativo fue la dimensión *concentración* de la gaudibilidad, la cual se refiere a la capacidad de mantener la atención en un estímulo en específico. Según la revisión realizada, el presente estudio es pionero en investigar la relación entre estas variables, motivo por el cual, los resultados no se discuten a la luz de datos previos; sin embargo, se ofrecen posibles explicaciones a la luz de postulados teóricos.

Así mismo, se encontró una relación positiva entre un nivel alto de SPS y un nivel mayor de desregulación emocional. Este hallazgo, sumado al del factor *sensibilidad procesada* de la EPAS como un importante predictor de este nivel de desregulación emocional en estudiantes universitarios, puede responder a lo observado por Montoya-Pérez et al. (2019) respecto al sesgo que presenta la EPAS al evaluar mayormente las dificultades asociadas a la SPS y limitar la observación del efecto favorecedor de la interacción de esta con otras variables relacionadas con un mayor bienestar. Al respecto, estos investigadores señalaron que, la redacción de los reactivos de la EPAS parece inclinarse pronunciadamente hacia la indagación de la experiencia de la alta sensibilidad a partir de sus dificultades inherentes, por lo tanto, cuando se investigue la relación de la SPS con las dificultades en la regulación de las emociones, utilizando la EPAS, es muy probable que se encuentre un resultado similar.

Lo anterior refuerza la necesidad de revisar la versión mexicana de la EPAS (Montoya-Pérez et al., 2019) y desarrollar un instrumento que logre abarcar todos los aspectos de la SPS planteados; como por ejemplo, el gusto o habilidad para las artes, una empatía aumentada y la capacidad para comprender las emociones de los demás (Aron, 2010). Esto permitiría obtener mayor claridad sobre las implicaciones de la SPS en interacción con otras variables relativas a la salud psicológica.

Por otra parte, el peso de la dimensión *concentración* de la gaudibilidad para predecir mejor la desregulación emocional, encontrado en el presente estudio, es congruente con el resultado reportado por Beheshti et al. (2020), a partir de un metaanálisis, respecto a una correlación moderada entre los síntomas del Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) y la desregulación emocional. De la misma forma, coincide con lo hallado en la reciente revisión de Soler-Gutiérrez et al. (2023), respecto a que las personas adultas diagnosticadas con TDAH muestran mayores niveles de desregulación emocional. Asimismo, Gross y Thompson (2007) identificaron la concentración como un aspecto importante de la desregulación emocional, debido a que esta capacidad puede llamar la atención hacia las características emocionales de una situación y, de esta manera, disminuir la fuerza de las respuestas emocionales. Además, se encontraron correlaciones bajas o incluso ausentes entre la DE con el resto de los factores de la gaudibilidad, lo que puede obedecer a que los modelos y las escalas que evalúan la regulación o desregulación emocional más utilizados muestran un sesgo hacia las emociones negativas (e.g. Gross & John, 2003; Gratz & Roemer, 2004), y están poco contemplados los procesos que regulan los afectos positivos como el disfrute (Carl et al., 2013).

Los participantes con un alto nivel de SPS presentaron mayor desregulación emocional comparados con aquellos con un bajo nivel, mientras que en el caso de la gaudibilidad se presentó lo opuesto, las personas con un nivel alto de gaudibilidad presentaron significativamente menor desregulación emocional. Estos resultados concuerdan también con las correlaciones moderadas obtenidas entre la desregulación emocional y ambas variables, positiva para la SPS y negativa para la gaudibilidad; y sugieren, que un nivel alto de SPS conlleva dificultades para regular las emociones, independiente de si se cuenta con alta gaudibilidad; no obstante, la desregulación emocional será mayor si el nivel de gaudibilidad es bajo. Se ha reportado anteriormente la existencia de dificultades en la regulación emocional en personas con alta SPS (e.g. Brindle et al., 2015); de hecho, se ha considerado la SPS como un factor de riesgo para desarrollar ansiedad o depresión, dado que predispone a quienes la poseen a ser más receptivos y conscientes de posibles amenazas en el ambiente y, por ello, a ser más reactivos fisiológicamente (Liss et al., 2005). Por otro lado, la relación positiva entre un alto nivel de gaudibilidad y menor desregulación emocional encontrada, está en la línea con lo reportado por Padrós et al., (2014) sobre el papel de la gaudibilidad en la disminución de síntomas depresivos al promover el disfrute y con ello la experiencia de emociones positivas, lo que contribuye al bienestar y a la prevención de cuadros o síntomas psicopatológicos. En este sentido, en un metaanálisis sobre el papel de la regulación emocional en episodios de depresión mayor, Visted et al. (2018) encontraron que este trastorno se acompaña de altos niveles de estrategias de regulación emocional desadaptativas. Resultados similares se han reportado en el caso del desorden de ansiedad social (e.g. Sackl-Pammer et al., 2019), trastornos alimentarios (e.g. Weinbach et al., 2017) y trastorno límite de la personalidad (e.g. Daros & Williams, 2019).

Entre las principales limitaciones de este estudio se encuentran: a) el sesgo identificado por Montoya-Pérez et al. (2019) en la estructura de la versión mexicana de la EPAS, dado que se enfoca en evaluar los aspectos asociados a las dificultades de la experiencia de la alta sensibilidad, sin recoger otros elementos que, potencialmente, también forman parte de la SPS y que suponen bondades o ventajas; b) la muestra considerada, a pesar de ser numerosa, guarda la suficiente homogeneidad como para limitar la validez externa de los resultados y, c) no se controló la presencia de psicopatologías en los participantes, las cuales pueden afectar los resultados, por sus posibilidades de incrementar la sensibilidad a la estimulación negativa y reducir el comportamiento de la gaudibilidad.

El principal aporte del presente estudio es poner de manifiesto que la SPS se relaciona positivamente con la desregulación emocional, y que la gaudibilidad se relaciona negativamente con la SPS y con la desregulación emocional en población universitaria, lo cual sugiere que varios de los componentes de la SPS y de la gaudibilidad son comunes o cercanos a los de la regulación emocional en esta población. Tomando en cuenta los resultados de la presente investigación, sería de gran utilidad detectar a aquellos estudiantes con altos niveles de SPS, y realizar seguimientos e intervenciones preventivas con la finalidad de fortalecer su regulación emocional. Por otro lado, los resultados evidencian que la gaudibilidad efectivamente funciona como un

importante regulador emocional específico del disfrute, que se vincula con diferentes trastornos mentales. Asimismo, dada la elevada prevalencia de alteraciones emocionales observada en estudiantes universitarios (Benjet et al., 2019), se recomienda utilizar terapias para incrementar la gaudibilidad (Padrós et al., 2014), como intervención coadyuvante en diferentes trastornos en los que el paciente manifiesta bajos niveles de gaudibilidad y como estrategia preventiva de síntomas de ansiedad y depresión.

## Referencias

- American Psychological Association. (2023). *Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct*. [Ethical principles of psychologists and code of conduct \(apa.org\)](https://doi.org/10.1016/j.cpr.2013.01.003)
- Aron, E. (2010). *Psychotherapy and the Highly Sensitive Person*. Routledge.
- Aron, E. (2020). Clinical assessment of sensory processing sensitivity. En B. P. Acevedo (Ed.), *The Highly Sensitive Brain* (pp. 135-164). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-818251-2.00006-0>
- Aron, E., & Aron, A. (1997). Sensory-Processing Sensitivity and its Relation to Introversión and Emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 345-368. <http://doi.org/10.1037//0022-3514.73.2.345>
- Aron, E., Aron, A., & Jagiellowicz, J. (2012). Sensory Processing Sensitivity: A Review in the Light of the Evolution of Biological Responsivity. *Personality and Social Psychology Review*, 16, 262-282. <http://doi.org/10.1177/1088868311434213>
- Beheshti, A., Chavanon, M. L., & Christiansen, H. (2020). Emotion dysregulation in adults with attention deficit hyperactivity disorder: a meta-analysis. *BMC psychiatry*, 20, 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-2442-7>
- Benjet, C., Gutiérrez-García, R. A., Abrego-Ramírez, A., Borges, G., Covarrubias-Díaz, A., Durán, M. del S., González-González, R., Hermsillo-de la Torre, A. E., Martínez-Martínez, K. I., Medina-Mora, M. E., Mejía-Zarazúa, H., Pérez-Tarango, G., Zavala-Berbena, M. A., & Mortier, P. (2019). Psychopathology and self-harm among incoming first-year students in six Mexican universities. *Salud Pública de México*, 61(1), 16–26. <https://doi.org/10.21149/9158>
- Brindle, K., Moulding, R., Bakker, K., & Nedeljkovic, M. (2015). Is the relationship between sensory-processing sensitivity and negative affect mediated by emotional regulation? *Australian Journal of Psychology*, 67, 214-221. <http://doi.org/10.1111/ajpy.12084>
- Carl, J. R., Soskin, D. P., Kerns, C., & Barlow, D. H. (2013). Positive emotion regulation in emotional disorders: A theoretical review. *Clinical psychology review*, 33(3), 343-360. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2013.01.003>
- Costa-López, B., Ruiz-Robledillo, N., Ferrer-Cascales, R., Albaladejo-Blázquez, N., & Sánchez-SanSegundo, M. (2021). Relationship between Sensory Processing Sensitivity and Mental Health. *Medical Sciences Forum*, 4(19). <https://doi.org/10.3390/ECERPH-3-09064>
- Daros, A., & Williams, G. (2019). A Meta-analysis and Systematic Review of Emotion-Regulation Strategies in Borderline Personality Disorder. *Harvard Review of Psychiatry*, 27(4), 217-232. <http://doi.org/10.1097/HRP.0000000000000212>
- De Mendiburu, F. (2019). *agricolae: Statistical Procedures for Agricultural Research*. R package version 1.3-1. <https://CRAN.R-project.org/package=agricolae>
- Fredrickson, B. (2001). The Role of Positive Emotions in Positive Psychology: The Broaden-and-Build Theory of Positive Emotions. *American Psychologist*, 53(3), 218-226. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>
- Fredrickson, B. (2013). Positive Emotions Broaden and Build. En P. Devine & A. Plant (Eds.). *Advances in Experimental Social Psychology* (Vol. 47, pp. 1-53). Academic Press.
- Gómez-Hernández, E., Carrillo-Ramírez, R., & Padrós-Blázquez, F. (2020). Propiedades psicométricas de la Escala para medir el Disfrute Experimentado en Niños y Adolescentes (EDENA) en población de Michoacán (México). *Psicogente*, 23(43), 1-18. <https://doi.org/10.17081/psico.23.43.3761>
- Gómez-Pérez, O., & Calleja-Bello, N. (2017). Regulación emocional: definición, red nomológica y medición. *Revista mexicana de investigación en psicología*, 8(1), 96-117. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=70434>
- González-Cantero, J. O., González-Becerra, V. H., Ramírez-Zamora, L. M., Salazar-Estrada, J. G., Molina del Río, J., Sánchez, D., & Ramírez, A. A. (2018). Gaudibility and psychopathological symptoms in the Mexican population. *Psychology*, 9(5), 925-933. <https://doi.org/10.4236/psych.2018.95057>
- 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, 41-54. <http://doi.org/10.1007/s10862-008-9102-4>
- Gross, J.J., & John, O.P. (2003). Individual differences in two emotional regulation process: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. J., & Thompson, R. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. En J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-25). Nueva York: Guilford Press.
- Harrell, F. E., Jr. (2019). *Hmisc: Harrell miscellaneous*. R package version 4.2-0. <https://CRAN.R-project.org/package=Hmisc>
- Jagiellowicz, J., Aron, A., & Aron, E. (2016). Relationship between the temperament trait of sensory processing sensitivity and Emotional Reactivity. *Social Behavior and Personality*, 44(2), 185-200. <http://doi.org/10.2224/sbp.2016.44.2.185>
- Jagiellowicz, J., Xu, X., Aron, A., Aron, E., Cao, G., Feng, T., & Weng, X. (2011). The trait of sensory processing sensitivity and neural responses to changes in visual scenes. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 6(1), 38-47. <http://doi.org/10.1093/scan/nsq001>
- Kraiss, J., ten Klooster, P., Moskowitz, J., & Bohlmeijer, E. (2020). The relationship between emotion regulation and well-being in patients with mental disorders: A meta-analysis. *Comprehensive Psychiatry*, 102, 152189. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152189>
- Linehan, M. M. (1993). *Skills training manual for treating borderline personality disorder*. Guilford Press.
- Liss, M., Timmel, L., Baxley, K., & Killingsworth, P. (2005). Sensory processing sensitivity and its relation to parental bonding, anxiety, and depression. *Personality and Individual Differences*, 39, 1429-1439. <http://doi.org/10.1016/j.paid.2005.05.007>
- Magallón-Gómez, M.T., Villegas, S., Martínez-Medina, M.P., & Padrós-Blázquez, F. (2018). Gaudibilidad en varones con y sin Trastorno Antisocial de la Personalidad. un estudio con reclusos. *Acta psiquiátrica y psicológica de América Latina*, 64(3), 168-175.
- Marín, M., Robles, R. González-Forteza, C., & Andrade, P. (2012). Propiedades psicométricas de la escala "Dificultades en la Regulación Emocional" en español (DERS-E) para adolescentes mexicanos. *Salud Mental*, 35, 521-526. <https://www.medigraphic.com/pdfs/salmen/sam-2012/sam126j.pdf>
- Montero, I., & León, O. G. (2007). A guide for naming research studies in Psychology. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(3), 847-862. <https://www.redalyc.org/pdf/337/33770318.pdf>
- Montoya-Pérez, K.S., Ortega, J.I.M., Montes-Delgado, R., Padrós-Blázquez, F., de la Roca Chiapas, J.M., & Montoya-Pérez, R. (2019). Psychometric Properties of The Highly Sensitive Person Scale in Mexican Population. *Psychology Research and Behavior Management*, 12, 1081-1086. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S224808>
- Padrós, F., & Fernández-Castro J. A. (2008). Proposal to measure the disposition to experience enjoyment; "the Gaudibility Scale". *International journal of psychology and psychological therapy*, 8(3), 413-430.
- Padrós-Blázquez, F., & Martínez-Medina, M. P. (2020). Gaudibilidad y consumo abusivo de alcohol en adolescentes. *Psicosomática y Psiquiatría*, 14, 13-19. [https://doi.org/10.34810/PsicosomPsiquiatrum14\\_02](https://doi.org/10.34810/PsicosomPsiquiatrum14_02)
- Padrós-Blázquez, F., Martínez-Medina, M. P., & Cruz, M. A. (2011). Nivel de Gaudibilidad en pacientes esquizofrénicos: un estudio piloto. *Salud Mental*, 34(6), 525-529. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-33252011000600007&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-33252011000600007&script=sci_arttext)
- Padrós-Blázquez, F., Martínez-Medina, M. P., González-Ramírez, V., Rodríguez-Maldonado, D., & Astals, M. (2011). Estudio del nivel de Gaudibilidad en pacientes con diagnóstico de trastorno por dependencia de sustancias. *Psiquis*, 20(2), 64-69.
- Padrós-Blázquez, F., Martínez-Medina, M.P., & Graff-Guerrero, A. (2014). Gaudibility Group Therapy in Depressed Patients: A Pilot Study. *International journal of psychology and psychological therapy*, 14(1), 59-69. <https://www.ijpsy.com/volumen14/num1/374.htm>
- Padrós-Blázquez F., Martínez-Medina M.P., Montoya-Pérez, K.S., & Montoya-Pérez, R. (2021). Psychometric properties of the Gaudibility (Enjoyment modulators) Scale for Adults of Morelia (GSAM). *PLoS ONE*, 16(7), e0252543. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0252543>
- Paulus, F. W., Ohmann, S., Möhler, E., Plener, P., & Popow, C. (2021). Emotional dysregulation in children and adolescents with psychiatric disorders. A narrative review. *Frontiers in psychiatry*, 12, 628252. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.628252>
- Pluess, M., & Boniwell, I. (2015). Sensory-Processing Sensitivity Predicts treatment response to a school-based depression prevention program: Evidence of Vantage Sensitivity. *Personality and Individual Differences*, 82, 40-45. <http://doi.org/10.1016/j.paid.2015.03.011>

- R Core Team. (2020). R: *A language and environment for statistical computing*. R Foundation for Statistical Computing, Vienna, Austria. <https://www.R-project.org/>
- Revelle, W. (2019). *psych: Procedures for Psychological, Psychometric, and Personality Research*. R package version 1.9.12, <https://CRAN.R-project.org/package=psych>
- Sackl-Pammer, P., Jahn, R., Özlü-Erkilic, Z., Pollak, E., Ohmann, S., Schwarzenberg, J., Plener, P., & Akkaya-Kalayci, T. (2019). Social anxiety disorder and emotion regulation problems in adolescents. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 13(37). <https://doi.org/10.1186/s13034-019-0297-9>
- Sheppes, G., Suri, G., & Gross, J. J. (2015). Emotion regulation and psychopathology. *Annual review of clinical psychology*, 11, 379-405. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032814-112739>
- Soler-Gutiérrez, A. M., Pérez-González, J. C., & Mayas, J. (2023). Evidence of emotion dysregulation as a core symptom of adult ADHD: A systematic review. *Plos one*, 18(1), e0280131. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280131>
- Slagt, M., Dubas, J. S., van Aken, M. A. G., Ellis, B. J., & Deković, M. (2018). Sensory processing sensitivity as a marker of differential susceptibility to parenting. *Developmental Psychology*, 54(3), 543-558. <https://doi.org/10.1037/dev0000431>
- Tugade, M. M., Devlin, H. C., & Fredrickson, B. L. (2016). Positive Emotions. En S. Lopez, L. Edwards, & S. Marquez (Eds.) *Oxford Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press.
- Valdés-García, K. P., Sánchez-Loyo, L. M., Padrós-Blázquez, F., Ambriz-Delgadillo, L. E., & Hermosillo-De la Torre, A. E. (2023). Gaudibilidad y depresión en estudiantes universitarios de coahuila. *Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*, 12(31), 120-137.
- Visted, E., Vollestad, J., Nielsen, M. & Schanche, E. (2018). Emotion Regulation in Current and Remitted Depression: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Psychology*, 9(756). <http://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00756>
- Weinbach, N., Sher, H., & Bohon, C. (2018). Differences in Emotion Regulation Difficulties Across Types of Eating Disorders During Adolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 46, 1351–1358. <https://doi.org/10.1007/s10802-017-0365-7>