

Entrar a la universidad en pandemia: rol mediador de la regulación emocional en los síntomas depresivos

Entering College During the Pandemic: Mediating Role of Emotional Regulation on Depressive Symptoms

Javier Morán-Kneer^{a,c,d}, Claudia Calderón^{a,c}, Claudia Miranda-Castillo^{b,c}, Yvana Labbé^{a,c},
& Victoria Placencia-Cofré^{a,c}

^aUniversidad de Valparaíso, Valparaíso, Chile

^bUniversidad Andrés Bello, Santiago, Chile

^cInstituto Milenio para la Investigación en Depresión y Personalidad, Santiago, Chile

^dFundación Mente en Mente, Santiago, Chile

Introducción: diversa evidencia propone que estudiantes universitarios de primeros años son un grupo de especial riesgo para el desarrollo de síntomas depresivos, algo que se ha visto incrementado durante la pandemia de COVID-19. Estos estudiantes han debido hacer uso de estrategias de regulación emocional aún en desarrollo para hacer frente a estresores académicos hasta ahora desconocidos. **Objetivo:** Evaluar el efecto de mediación de estrategias de regulación emocional desadaptativas en la relación entre acumulación de estresores académicos y sintomatología depresiva en estudiantes de primer año de educación superior durante la pandemia por COVID-19. **Método:** se aplicó una encuesta en modalidad on-line a 137 jóvenes chilenos/as entre 18 y 20 años que evaluó síntomas depresivos (PHQ-9), regulación emocional (CERQ) y acumulación de estresores académicos (a través de un cuestionario diseñado para este estudio). El efecto indirecto de la regulación emocional se evaluó a través de análisis de mediación simple. **Resultados:** la autculpabilización fue la única estrategia de regulación emocional que medió la asociación entre estrés académico y síntomas depresivos. **Discusión:** esta estrategia de regulación operaría como mecanismo que promueve una atribución personal como respuesta al estrés ante falta de contexto por la virtualización. Se señalan propuestas para autoridades académicas a partir de estos resultados.

Palabras clave: estrés, síntomas depresivos, COVID-19, estudiantes universitarios, regulación emocional.

Introduction: Evidence suggests that college freshmen are a particularly at-risk group for developing depressive symptoms, a situation that has increased during the COVID-19 pandemic. These students have had to make use of still developing emotional regulation strategies to cope with hitherto unknown academic stressors. **Objective:** To evaluate the mediation effect of maladaptive emotional regulation strategies in the relationship between accumulation of academic stressors and depressive symptomatology in first year college students during the COVID-19 pandemic. **Method:** An on-line survey was applied to 137 Chilean young people aged 18 to 20 years, which evaluated depressive symptoms (PHQ-9), emotional regulation (CERQ) and accumulation of academic stressors (through a questionnaire specifically designed for this study). The indirect effect of emotional regulation was evaluated through simple mediation analysis. **Results:** Self-blame was the only emotional regulation strategy that mediated the association between academic stress and depressive symptoms. **Discussion:** This regulation strategy would operate as a mechanism that promotes personal attribution as a response to stress in the absence of context due to virtualization. Proposals for academic authorities are suggested based on these results.

Keywords: stress, depressive symptoms, COVID-19, college students, emotional regulation.

Agradecimientos: Este trabajo fue financiado por ANID - Iniciativa Científica Milenio / Instituto Milenio para la Investigación en Depresión y Personalidad-MIDAP ICS13_005.

Contacto: J. Morán-Kneer. Hontaneda 2653, Valparaíso. Correo electrónico: javier.moran@uv.cl

Cómo citar: Morán-Kneer, J., Calderón, C., Miranda-Castillo, C., Labbé, Y., & Placencia-Cofré, V. (2022). Entrar a la universidad en pandemia: rol mediador de la regulación emocional en los síntomas depresivos. *Revista de Psicología*, 31(2), 1-9. <http://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2022.64969>

Introducción

A más de un año de instalada la pandemia en Chile, la exacerbación de la crisis sanitaria durante los meses de marzo-abril, en lo que se ha considerado la segunda ola de contagios (Droguett, 2021) ha revelado su impacto en la salud mental de la población, observándose una presencia elevada de trastornos del ánimo y ansiedad en personas que han enfermado de COVID-19, incluso tras haber superado la enfermedad (Taquet, Geddes, Jusain, Luciano, & Harrison, 2021). Asimismo, se ha presentado una serie de estresores emergentes asociados a estos problemas tales como temores de infección, frustración, aburrimiento, información deficiente, pérdida de ingresos, estigma y violencia en el hogar (Brooks et al., 2020). Actualmente las cifras nacionales son poco alentadoras, posicionando a Chile como el segundo país que muestra mayor preocupación por experimentar un deterioro en su salud física y mental en los próximos 12 meses según reveló la encuesta IPSOS (Institut de Publique Sondage d'Opinion Secteur, 2020) sobre una muestra de 28 países.

En este contexto, los/as estudiantes de educación superior han emergido como un subgrupo de riesgo para el desarrollo de problemas en salud mental, debido a los diversos estresores educacionales, económicos y ambientales que la pandemia ha originado (Fu et al., 2021; Lozano-Díaz, Fernández-Prados, Figueredo Canosa, & Martínez Martínez, 2020). La vida universitaria ya era un proceso estresante (Bhujade, 2017; Karaman, Lerma, Vela, & Watson, 2019), y la actual situación ha repercutido en la necesidad de acostumbrarse a una nueva forma de aprendizaje, resultando ser una experiencia más bien ambigua (Cobo-Rendón, Vega-Valenzuela, & García-Álvarez, 2020). Además, el cambio abrupto a la virtualización del proceso de enseñanza-aprendizaje universitario ha revelado las desigualdades en materia de calidad y acceso a la educación remota, así como la brecha informática a nivel global, evidenciando las condiciones precarias de algunos sectores sociales en términos de disponibilidad de dispositivos y calidad de la conectividad (Morán, Immel, Miranda, & Carvacho, 2020) para dar respuesta a esta nueva modalidad de aprendizaje.

Dentro de este grupo, adolescentes que recién ingresan a la educación superior han demostrado

ser un conjunto particularmente sensible al impacto de este tipo de estresores sobre su salud mental (Carvacho et al., 2021; Yang, 2020;). Así lo proponen Dyson y Renk (2006), quienes observaron una asociación entre estrés académico y sintomatología depresiva en este grupo de estudiantes. Un factor adicional que identificaron como asociado a los síntomas depresivos fue una estrategia de regulación emocional evitativa. Por otro lado, en el contexto sanitario actual, Fruehwirth, Biswas, y Perreira (2021), en un estudio que evaluó el impacto de la pandemia en la salud mental de estudiantes de primer año, concluyeron que aquellos estudiantes que han experimentado dificultades en el aprendizaje on-line fueron quienes reportaron mayores niveles de depresión y ansiedad moderada y severa. Finalmente, otro estudio en esta población evidenció que los niveles de estrés académico y de depresión están asociados en su aparición; así los alumnos de primer año que han experimentado situaciones de estrés y pierden la capacidad de adaptación entran en estado de depresión al no cumplir con las metas personales propuestas (Cobiellas Carballo, Anazco Hernández, & Góngora Gómez et al., 2020).

Durante los últimos años el estudio de la regulación emocional se ha instalado como programa de investigación prolífico para comprender los mecanismos involucrados en este tipo de fenómenos principalmente por su asociación con el desarrollo normal y psicopatológico (Lewis, Haviland-Jones, & Barrett, 2008). En esa línea, Schäfer, Naumann, Holmes, Tuschen-Caffier, y Samson (2017) proponen que el uso de estrategias de regulación emocional consideradas como adaptativas (reevaluación cognitiva, resolución de problemas y aceptación) se asocian negativamente con sintomatología depresiva y ansiosa; al contrario, estrategias desadaptativas como son la rumiación, la catastrofización y la autoculpabilización (Medrano, Morretti, Ortiz, & Pereno, 2013) estarían ligadas al aumento de este tipo de síntomas. Park et al. (2020) señalan que la regulación emocional sería primordial para el éxito, particularmente ante el manejo del estrés, al operar como estrategias que permiten disminuir, mantener o ejercer algún tipo de dominio sobre las emociones para alcanzar las metas planteadas. Más aún, este tipo de estrategias han mostrado su efectividad no solo para modular la intensidad de la respuesta emocional, también pueden producir cambios en el tipo o valencia de la

emoción experimentada (Koole, 2009). Es así como la ausencia o no de algunas de estas estrategias se ha asociado con la presencia y magnitud de signos o síntomas de ansiedad y trastornos del estado del ánimo (Gross, 2014).

Tal como se puede apreciar a partir de los antecedentes entregados hasta aquí, diversos estudios han demostrado asociaciones directas entre la presencia de estrés académico y regulación emocional con la presencia de síntomas emocionales en esta población. No obstante, en los últimos años, existe evidencia que propone que la regulación emocional puede ser considerada principalmente como un mediador del impacto de experiencias ambientales y la salud mental (Malik, Wells, & Wittkowski, 2015; O'Mahen, Karl, Moberly, & Fedock, 2015; Weissman et al, 2019). Basados en esta evidencia, el presente trabajo propone que la regulación emocional es un mecanismo relevante para comprender cómo los estresores académicos emergentes durante la pandemia se asocian al desarrollo de sintomatología depresiva en jóvenes que ingresan a la educación superior. Esto cobra mayor relevancia si se considera que este grupo de estresores se presentan en un momento del ciclo vital en que este tipo de mecanismo regulatorios están aún en desarrollo (Herd, King-Casas, & Kim-Spoon, 2020) y en un contexto de estresores inédito hasta ahora para este grupo.

El objetivo del presente estudio es evaluar el efecto de mediación de estrategias de regulación emocional en la relación entre la acumulación de estresores académicos y sintomatología depresiva en estudiantes de primer año de educación superior durante la pandemia por COVID-19. Se evaluarán específicamente estrategias de regulación emocional, debido a que, tal como se presentó previamente, son aquellas que se han asociado al aumento de síntomas afectivos. Por este motivo, se hipotetiza que existiría una asociación entre la acumulación de estresores académicos y el aumento de sintomatología depresiva que estaría mediada por este tipo de particular de estrategias de regulación emocional.

Método

Diseño

El presente es un estudio de corte transversal, cuantitativo, exploratorio y correlacional que eva-

luó a una muestra de 137 jóvenes hombres y mujeres chilenos/as entre 18 y 20 años que ingresaron a la educación superior en 2020. Esta es una submuestra de jóvenes que participaron del estudio "Efectos del confinamiento en el contexto de la pandemia por COVID-19 en la salud mental y recursos psicológicos de afrontamiento de estudiantes de educación superior", que cumplieron con estos criterios de inclusión.

El levantamiento de datos se realizó a través de un cuestionario on-line por medio de la plataforma Google Forms difundido a través de redes sociales entre los meses de junio y julio de 2020. Previo a la aplicación del instrumento, los participantes firmaron electrónicamente un consentimiento informado que asegura la confidencialidad de los datos. El estudio contó con la aprobación del Comité de Ética del Instituto Milenio para la Investigación de la Depresión y se adecuó a los principios de la Declaración de Helsinki.

Instrumentos

Se evaluó la sintomatología depresiva a través del PHQ-9 (Patient Health Questionnaire) (Kroenke, Spitzer, & Williams, 2001). Este es un cuestionario de autoinforme de nueve ítems en escala Likert que consultan sobre la frecuencia de síntomas depresivos durante las últimas dos semanas a partir de criterios DSM-IV en un rango desde *nunca* (0 puntos) a *casi todos los días* (3 puntos). Su validación a Chile mostró una consistencia interna aceptable con un coeficiente Alfa de Cronbach ($\alpha = 0,835$), sensibilidad de 92% y especificidad de 89% en la detección de pacientes depresivos (Baader et al., 2012).

La regulación emocional se evaluó a través del Cuestionario de Regulación Emocional Cognitiva (CERQ; Garnefski & Kraaij, 2006). Este instrumento consta de nueve subescalas (autoculpa, culpa a otros, rumiación, catastrofización, aceptación, reenfocarse en planear, refocalización positiva, reapreciación positiva, poner en perspectiva) referidas a lo que la persona piensa tras experimentar eventos estresantes o amenazantes.

Para este estudio se analizaron solamente las cuatro primeras escalas, que corresponden a estrategias desadaptativas. El instrumento no cuenta con validación chilena por lo que se utilizó la versión adaptada en Argentina (Medrano et al., 2013). Este estudio replicó la estructura factorial original y mostró una consistencia interna de las subescalas

que van desde $\alpha = 0,60$ a $\alpha = 0,90$. En la presente investigación se evaluó la confiabilidad de las escalas, observándose valores de $\alpha = 0,72$ en autoculpa, $\alpha = 0,66$ en culpar a otros, $\alpha = 0,83$ en rumiación y $\alpha = 0,72$ en catastrofización.

Los estresores académicos fueron evaluados a partir de una encuesta diseñada específicamente para este estudio a través de cinco preguntas en una escala Likert de cinco puntos que indagan sobre la percepción respecto a: 1) mala calidad de la conexión a internet; 2) mala calidad de las condiciones de espacio físico para estudiar; 3) preocupación por el rendimiento académico en modalidad on-line; 4) preocupación por la calidad del aprendizaje en esta modalidad; y 5) preocupación por impacto económico de la pandemia para mantener estudios. Los resultados de cada respuesta fueron dicotomizados en *presencia del estresor* y *no presencia del estresor*. A partir de esto se generó una nueva variable continua consistente en la sumatoria de estresores académicos (0 a 5 puntos).

Análisis de datos

Se realizó un análisis de mediación simple a través del macro PROCESS para SPSS (Hayes, 2018). Este macro, muy utilizado para evaluar efectos indirectos, consideró un muestreo bootstrapping de 5.000. A partir de esto, se generaron intervalos de confianza (95%) de bootstrapping que sirvieron para la interpretación de resultados.

Para el ingreso de variables al modelo se consideró como predictor la sumatoria de estresores académicos, como outcome la sintomatología depresiva y como mediador, cada una de las subescalas del cuestionario de regulación emocional. El análisis incorporó como variables control el sexo (masculino o femenino) y el nivel socioeconómico (bajo, medio, alto) debido a que diversos estudios han demostrado que estas explican en parte importante la varianza de sintomatología depresiva (Bukhari & Khanam, 2015; Rossi et al, 2019). Para determinar el nivel socioeconómico se recurrió al índice Ingreso Per Cápita Equivalente (Asociación Investigadores de Mercados, 2019). Este corresponde a un proxy del nivel socioeconómico que

considera la cantidad de personas que habitan en el hogar de acuerdo con el ingreso líquido declarado en tramos a través de una escala ordinal.

Resultados

Tal como se observa en la tabla 1, la muestra estuvo compuesta principalmente por mujeres (71,1%), y tuvo un promedio de edad de 18,6 años. En términos socioeconómicos, el 31,9% de los participantes fueron clasificados en NSE bajo, 47,4% en NSE medio y 20,7 en NSE alto. Más de la mitad de los sujetos reportaron contar con una beca para costear el arancel de sus estudios, y el 63,9% señalaron que, producto de la pandemia, su principal sostenedor presentaba algún tipo de dificultad económica.

En cuanto a las variables clínicas, se observó que la mayor parte de la muestra (74,1%) presentó entre dos y tres estresores académicos. El principal estresor reportado fue la mala calidad del aprendizaje en modalidad on-line (83,2%), seguido de la mala calidad de las condiciones de espacio físico para mantener estudios (74,5%) y la mala calidad de la conexión a internet (39,4%). La preocupación por el impacto de las condiciones económicas para mantener sus estudios (16,8%) y la preocupación por el rendimiento académico (2,9%) fueron las experiencias menos frecuentes.

Efecto de mediación de la regulación emocional

La autoculpabilización fue la única subescala de regulación emocional (ver tabla 2) que mostró un efecto de mediación ($b = 0,08$; 95% CI [0,02, 0,15]). El modelo de la figura 1 muestra una asociación entre el estrés académico sobre la sintomatología depresiva cuando no se incorpora el mediador en el modelo ($b = 0,32$; $p < 0,01$) que explica el 13% de la varianza de la variable dependiente. Al incorporar en el modelo de regresión la autoculpabilización, la varianza explicada de depresión es de 27%. En este caso el estrés académico (c') se mantiene como predictor significativo de la sintomatología depresiva ($b = ,24$; $p < ,010$).

Tabla 1
Resumen de medias y frecuencias para variables sociodemográficas y variables clínicas

Variables	Media(DS) / Frecuencia(%)
Edad	18,6(0,7)
Sexo	
Masculino	39(28,9%)
Femenino	96(71,1%)
NSE	
Bajo	43(31,9%)
Medio	64(47,4%)
Alto	28(20,7%)
Fuente de financiamiento de estudios	
Beca (gratuidad, otras)	71(53,4%)
Créditos	13(9,8%)
Financiamiento de tercero	49(36,8%)
Problemas económicos sostenedor por pandemia	
Si	85(63,9%)
No	48(36,1%)
Área de Carrera	
Salud	37(27,8%)
Ciencias Sociales	34(25,6%)
Administración y comercio	10(7,5%)
Ingeniería	18(13,5%)
Biología y Ciencias	4(3%)
Arte, diseño y arquitectura	6(4,5%)
Carrera técnica	7(5,3%)
Pedagogía	17(12,8%)
Sumatoria Estresores Académicos	2,1(0,9)
0	6(4,4%)
1	26(19,3%)
2	49(36,3%)
3	51(37,8%)
4	2(1,5%)
5	1(0,7%)

Nota. N=137; sumatorias de algunas dimensiones no coinciden con el total debido a datos perdidos. NSE = nivel socioeconómico.

Tabla 2
Análisis de mediación simple del efecto de regulación emocional en la relación entre la sumatoria de estresores académicos y sintomatología depresiva

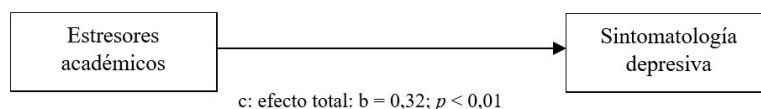
Variable mediadora (M)	Efecto de estresores académicos sobre M (a)	Efecto de M sobre sintomatología depresiva (b)	Efecto directo (c')	Efecto indirecto (a x b), 95% [IC]
Rumiación	0,02	0,27**	0,32**	0,01 [-0,05; 0,60]
Autoculpabilización	0,22*	0,38**	0,24**	0,08 [0,02; 0,15]
Catastrofización	0,04	0,42**	0,31**	0,02 [-0,06; 0,10]
Culpar a otros	-0,02	0,13	0,32**	-0,003 [-0,04; 0,02]

Nota. * = $p < ,05$. ** $p < ,01$.

En términos generales, el modelo de mediación permite observar un sendero donde la sumatoria de estresores académicos muestran una asociación positiva con la autoculpabilización (a) ($b = 0,22$; $p < ,05$). Esta, a su vez, se asocia positivamente con la sintomatología depresiva (b) ($b = 0,24$; $p < ,01$).

Tal como se aprecia, la incorporación de la variable mediadora no elimina el efecto directo del efecto acumulativo de estresores académicos, sino que media parcialmente su asociación con la sintomatología depresiva en este grupo etario.

1. Asociación simple



2. Asociación mediada

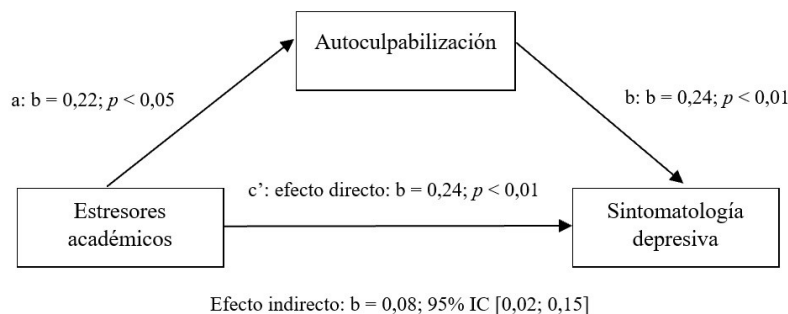


Figura 1. Modelo de mediación de autoculpabilización en la relación entre estresores académicos y sintomatología depresiva.

Discusión y conclusiones

El presente estudio se planteó como objetivo evaluar el efecto mediador de estrategias desadaptativas de regulación emocional en la relación entre el estrés académico percibido en el contexto de pandemia y la emergencia de síntomas de depresión en estudiantes universitarios de primer año. A continuación, se concluye sobre los principales resultados.

En primer lugar, la mayor frecuencia de jóvenes que reportaron como estresor “la mala calidad del aprendizaje en modalidad on-line” evidencia la incertidumbre sobre el cumplimiento de expectativas de aprendizaje en un contexto de escaso control sobre sus resultados académicos y el agotamiento que supone pasar largas horas frente al computador, en casi total aislamiento de otros. Al contrario, tal como ha sido reportado por Li et al. (2021), la satisfacción con el aprendizaje on-line sería uno de los factores más importante para reducir el impacto negativo de factores académicos estresantes.

En segundo lugar, tal como demostró el análisis de mediación, el estrés acumulativo se asoció a la emergencia de la autoculpabilización. Este resultado puede entenderse por la falta o déficit de referentes contextuales ofrecidos por la modalidad on-line (ausencia de pares y de una relación con

profesores que medie y retroalimente el proceso de enseñanza aprendizaje). En este contexto, el proceso y resultado de aprendizaje para este grupo de estudiantes se ha vuelto una abstracción ambigua, donde la autorresponsabilización se transforma en la herramienta cognitiva disponible que permite restituir algún grado de control sobre el proceso y resultado. Esto coincide con lo planteado por Schultz y Schultz (2009), quienes señalan que ante claves externas inexistentes o ambiguas se tiende a utilizar como referentes para la regulación emocional las propias condiciones internas. A diferencia de las estrategias de rumiación y catastrofización, la autoculpabilización tiene un objeto específico, el sí mismo. En este sentido, no es solo la autorresponsabilización por sí misma lo que explicaría los síntomas depresivos, sino más bien la devaluación de la propia autoestima a la que se ven expuestos los jóvenes en una etapa del ciclo vital en donde este tipo de capacidades de afrontamiento del estrés se encuentran aún en desarrollo (Riediger & Klipker, 2014). Por otro lado, el acto de culpar a otros pone la responsabilidad sobre un contexto, si bien incontrolable, al menos compartido. Al respecto, es importante destacar que al inicio de la pandemia prontamente se generaron reportes que dieron cuenta de la fragilidad del sistema educativo para hacer frente a los desafíos de virtualización del aprendizaje (Correa, 2020; Fajardo,

2020).

Considerando estos resultados, es factible proponer algunas iniciativas de acciones preventivas en salud mental desde una lógica sinérgica, en que se articulen las demandas de estudiantes derivadas del contexto de la pandemia con los recursos y estrategias disponibles en el sistema universitario, tal como se señala en el diálogo de Rectores de Universidades Líderes de América Latina (Banco Interamericano de Desarrollo, 2020). Específicamente para el caso de Chile, existen los programas de “Atención Preferencial a los Primeros Años”, que en los últimos años han estado orientados a dar respuesta a la diversidad socioeducativa y a los problemas de adaptación universitaria (Calderón, 2017) y que, en el actual escenario, pueden constituir una plataforma para la promoción de acciones específicas sobre el proceso de autorregulación del estrés académico; sobre todo si consideramos que modalidades de aprendizaje on-line o híbridas pudieran instalarse de manera definitiva en el futuro.

Estas sugerencias apuntan a: 1) estructurar y hacer explícitas las condiciones del proceso y resultados de aprendizaje, de modo de disminuir las cuotas de incertidumbre en la experiencia del aprender en formato on-line; 2) propiciar espacios de trabajo en grupo en los cuales se expliciten y se pueda reflexionar respecto de los condicionantes ambientales que acompañan la docencia on-line, y, por ende, dan cuenta de parte del proceso y resultado (lo cual ayudaría a externalizar las explicaciones sobre los resultados); y 3) favorecer la vinculación entre pares de modo de socializar los estados emocionales particulares y estrategias de afrontamiento más o menos efectivas en el contexto de aprendizaje on-line, disminuyendo el aislamiento frente a la explicación del fenómeno de parte de estudiantes y posibilitando la emergencia de formas más adaptativas de regulación emocional.

Finalmente, una importante fortaleza de este estudio corresponde al hecho inédito de evaluar un modelo que vincula aspectos ligados a la salud mental con el ámbito académico durante la pandemia por COVID-19 en Chile, propiciando una mirada integradora para una temática que no ha tenido respuesta clara en la política pública en nuestro país.

Por otro lado, si bien no se ha realizado un muestreo probabilístico, es importante destacar que los participantes representan a diversas casas

de estudio a lo largo del país y también pertenecen a una diversidad de carreras, lo que otorga importante heterogeneidad al grupo encuestado. No obstante, la apertura de la estrategia de muestreo es una debilidad, ya que no permite control sobre los participantes, pudiendo existir sesgos, por ejemplo, relacionados con eventuales motivaciones para visibilizar ciertos fenómenos de salud mental que pudieran haber incidido en la decisión de completar el cuestionario. Debido a esto y al bajo número de participantes, se sugiere considerar el carácter exploratorio de los resultados.

Referencias

- Asociación Investigadores de Mercados. (2019). *Clasificación grupos socioeconómicos y manual de aplicación*. Chile: AIM Chile.
Recuperado de <https://bit.ly/3F8RZUi>
- Baader, T., Molina, J., Venezian, S., Rojas, C., Farías, R., Fierro-Freixenet, C., Backenstrass, M., & Mundt, C. (2012). Validación y utilidad de la encuesta PHQ-9 (Patient Health Questionnaire) en el diagnóstico de depresión en pacientes usuarios de atención primaria en Chile. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 50(1), 10-22.
<https://doi.org/hskk>
- Banco Interamericano de Desarrollo. (2020). *La educación superior en tiempos de COVID-19. Aportes de la Segunda Reunión del Diálogo Virtual con Rectores de Universidades Líderes de América Latina*. Washington, District of Columbia: Banco Interamericano de Desarrollo.
Recuperado de <https://bit.ly/3OKT1ZI>
- Bhujade, V. M. (2017). Depression, anxiety and academic stress among college students: A brief review. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 8(7), 748-751.
Recuperado de <https://bit.ly/3gL1130>
- Bukhari, S. R. & Khanam, S. J. (2015). Prevalence of depression in university students belonging to different socioeconomic status. *Journal of Postgraduate Medical Institute*, 29(3), 156-159.
Recuperado de <https://bit.ly/3VjeBXL>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920.
[https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(20)30460-8)
- Calderón, C. (2017). *Conocimiento profesional práctico de la docencia en profesores universitarios. Análisis de casos en contextos de diversidad socioeducativa*. (Tesis doctoral). Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Chile, Santiago, Chile.

- Recuperado de <https://bit.ly/3EKuwr7>
- Carvacho, R., Morán-Kneer, J., Miranda-Castillo, C., Fernández-Fernández, V., Mora, B., Moya, Y., Píñilla, V., Toro, I., & Valdivia, C. (2021). Efectos del confinamiento por COVID-19 en la salud mental de estudiantes de educación superior en Chile. *Revista Médica de Chile*, *149*(3), 339-347.
<https://doi.org/hsk8>
- Cobiellas Carballo, L. I., Anazco Hernández, A., & Góngora Gómez, O. (2020). Estrés académico y depresión mental en estudiantes de primer año de medicina. *Educación Médica Superior*, *34*(2).
Recuperado de <https://bit.ly/3UgdB5A>
- Cobo-Rendón, R., Vega-Valenzuela, A., & García-Álvarez, D. (2020). Consideraciones institucionales sobre la Salud Mental en estudiantes universitarios durante la pandemia de Covid-19. *CienciaAmérica*, *9*(2), 277-284.
<http://dx.doi.org/10.33210/ca.v9i2.322>
- Correa, T. (2020, 8 de abril). Desigualmente conectados. *Ciper*.
Recuperado de <https://tinyurl.com/f6vp8etx>
- Droguett, A. (2021, 23 de marzo). *Decano Raúl Morales describe comportamiento de la segunda ola de COVID-19 como un "tsunami pandémico"*. Universidad de Chile.
Recuperado de <https://bit.ly/3u9D4CZ>
- Dyson, R. & Renk, K. (2006). Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms, stress, and coping. *Journal of Clinical Psychology*, *62*(10), 1231-1244.
<https://doi.org/10.1002/jclp.20295>
- Fajardo, M. (2020, 30 de marzo). Expertos analizaron debilidades de educación a distancia y coinciden en que "no estamos preparados". *El mostrador*.
Recuperado de <https://tinyurl.com/y99vsyu8>
- Fu, W., Yan, S., Zong, Q., Anderson-Luxford, D., Song, X., Lv, Z., & Lv, C. (2021). Mental health of college students during the COVID-19 epidemic in China. *Journal of Affective Disorders*, *280*, 7-10.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239696>
- Fruehwirth, J. C., Biswas, S., & Perreira, K. M. (2021). The Covid-19 pandemic and mental health of first-year college students: Examining the effect of Covid-19 stressors using longitudinal data. *PIOS ONE*, *16*(3), e0247999.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0247999>
- Garnefski, N. & Kraaij, V. (2006). Cognitive emotion regulation questionnaire—development of a short 18-item version (CERQ-short). *Personality and Individual Differences*, *41*(6), 1045-1053.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.04.010>
- Gross, J. J. (2015). *Handbook of emotion regulation* (2nd ed.). New York, New York: Guilford Publications.
- Hayes, A. F. (2018). The PROCESS macro for SPSS and SAS (version 3.0).
- Herd, T., King-Casas, B., & Kim-Spoon, J. (2020). Developmental changes in emotion regulation during adolescence: Associations with socioeconomic risk and family emotional context. *Journal of Youth and Adolescence*, *49*(7), 1545-1557.
<https://doi.org/10.1007/s10964-020-01193-2>
- Institut de Publique Sondage d'Opinion Secteur. (2021). *Poorer health, loss of livelihood, and climate-related disasters top list of perceived personal threats in 2021*. IPSOS.
Recuperado de <https://bit.ly/3XESTJ5>
- Karaman, M. A., Lerma, E., Vela, J. C., & Watson, J. C. (2019). Predictors of academic stress among college students. *Journal of College Counseling*, *22*(1), 41-55.
<https://doi.org/10.1002/jocc.12113>
- Koole, S. L. (2009). The psychology of emotion regulation: An integrative review. *Cognition & Emotion*, *23*(1), 4-41.
<https://doi.org/10.1080/02699930802619031>
- Kroenke, K., Spitzer, R. L., & Williams, J. B. (2001). The PHQ-9. Validity of a brief depression severity measure. *Journal of General Internal Medicine*, *16*(9), 606-613.
<https://doi.org/btcq9f>
- Lewis, M., Haviland-Jones, J. M., & Barrett, L. F. (2008). *Handbook of emotions* (3rd ed.). New York, New York: Guilford Press.
- Li, X., Tang, X., Wu, H., Sun, P., Wang, M., & Li, L. (2021). COVID-19-related stressors and Chinese adolescents' adjustment: The moderating role of coping and online learning satisfaction. *Frontiers in Psychiatry*, *12*.
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.633523>
- Lozano-Díaz, A., Fernández-Prados, J. S., Figueredo Canosa, V., & Martínez Martínez, A. M. (2020). Impactos del confinamiento por el COVID-19 entre universitarios: satisfacción vital, resiliencia y capital social online. *International Journal of Sociology of Education, Special Issue: COVID-19 Crisis and Socioeducative Inequalities and Strategies to Overcome them*, 79-104.
<https://doi.org/10.17583/rise.2020.5925>
- Malik, S., Wells, A., & Wittkowski, A. (2015). Emotion regulation as a mediator in the relationship between attachment and depressive symptomatology: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, *172*, 428-444.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.10.007>
- Medrano, L. A., Moretti, L., Ortiz, Á., & Pereno, G. L. (2013). Validación del Cuestionario de Regulación Emocional en universitarios de Córdoba, Argentina. *Psykhé*, *22*(1), 83-96.
<https://doi.org/10.7764/psykhe.22.1.473>

- Morán, J., Immel, N., Miranda, C. & Carvacho, R. (2020). Encuesta de caracterización de estudiantes chilenos de educación superior durante la pandemia por covid-19: aspectos académicos, relacionales y de salud mental. Santiago, Chile: Midap. Recuperado de <https://bit.ly/3ij1gQG>
- O'Mahen, H. A., Karl, A., Moberly, N., & Fedock, G. (2015). The association between childhood maltreatment and emotion regulation: Two different mechanisms contributing to depression? *Journal of Affective Disorders, 174*, 287-295. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.11.028>
- Park, C. L., Williams, M. K., Hernandez, P. R., Agocha, V. B., Lee, S. Y., Carney, L. M., & Loomis, D. (2020). Development of emotion regulation across the first two years of college. *Journal of Adolescence, 84*, 230-242. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.09.009>
- Riediger, M. & Klipker, K. (2014). *Emotion regulation in adolescence*. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp.187-202). New York, New York: The Guilford Press.
- Rossi, J. L., Jiménez, J. P., Barros, P., Assar, R., Jaramillo, K., Herrera, L., Quevedo, Y., Botto, A., Leighton, C., & Martínez, F. (2019). Sintomatología depresiva y bienestar psicológico en estudiantes universitarios chilenos. *Revista Médica de Chile, 147*(5), 579-588. <https://doi.org/10.4067/s0034-98872019000500579>
- Schäfer, J. Ö., Naumann, E., Holmes, E. A., Tuschen-Caffier, B., & Samson, A. C. (2017). Emotion regulation strategies in depressive and anxiety symptoms in youth: A meta-analytic review. *Journal of Youth and Adolescence, 46*(2), 261-276. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0585-0>
- Schultz D. & Schultz S. (2009). *Teorías de la personalidad* (9ª ed.). México, Ciudad de México: Cengage Learning Editores.
- Taquet, M., Geddes, J. R., Husain, M., Luciano, S., & Harrison, P. J. (2021). 6-month neurological and psychiatric outcomes in 236379 survivors of COVID-19: A retrospective cohort study using electronic health records. *The Lancet Psychiatry, 8*(5), 416-427. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(21\)00084-5](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(21)00084-5)
- Weissman, D. G., Bitran, D., Miller, A. B., Schaefer, J. D., Sheridan, M. A., & McLaughlin, K. A. (2019). Difficulties with emotion regulation as a transdiagnostic mechanism linking child maltreatment with the emergence of psychopathology. *Development and Psychopathology, 31*(3), 899-915. <https://doi.org/10.1017/S0954579419000348>
- Yang, H. J. (2020). Differences in depression and psychological emotions according to the degree of self-elasticity of college freshmen in COVID-19. *The*

Journal of the Convergence on Culture Technology, 6(3), 75-82.
<http://dx.doi.org/10.17703/JCCT.2020.6.3.75>

Fecha de recepción: 27 de septiembre de 2021
 Fecha de recepción de revisión: 16 de agosto de 2022
 Fecha de aceptación: 16 de agosto de 2022