https://doi.org/10.69639/arandu.v13i3.2634

Regulación emocional en adolescentes, expuestos a violencia interparental, en el distrito de Santa Anita – Lima

Emotional regulation in adolescents exposed to interparental violence in the district of Santa Anita, Lima

Raúl Gonzales Quispe
ggonzalesqu@ucvvirtual.edu.pe
https://orcid.org/0000-0002-7545-9612
Universidad César Vallejo
Lima – Perú

Silvia Hurtado Sánchez
sihurtadosa@ucvvirtual.edu.pe
https://orcid.org/0009-0000-0856-9689
Universidad César Vallejo
Lima – Perú

Katia del Carmen León Llontop
Katia.leon.l@upch.pe
https://orcid.org/0009-00008-3098-0632
Universidad Peruana Cayetano Heredia
Lima – Perú

Judith Diana Gonzales Quispe
https://orcid.org/0009-0004-2688-1480
e_20241087409@uncp.edu.pe
Universidad Nacional del Centro del Perú
Huancayo – Perú

Roció Peralta Capcha
roussx2483@gmail.com
https://orcid.org/0009-0002-9515-9833
Universidad Nacional del Centro del Perú
Huancayo - Perú

Artículo recibido: 10 agosto 2026- Aceptado para publicación:16 septiembre 2026
Conflictos de intereses: Ninguno que declarar.

RESUMEN

Por los profundos cambios físicos y psicológicos, en la adolescencia es importante comprender y gestionar las emociones propias y ajenas, que puede ser alterada o retrasada por la exposición a la violencia en el entorno del hogar, por ello el objetivo de la presente investigación, fue describir la asociación de la exposición a la violencia interparental y la regulación emocional, la reevaluación cognitiva y la supresión emocional, en adolescentes. Investigación Básica, no experimental, descriptivo relacional no causal, con una muestra de 516 adolescentes de 12 a 17 años, seleccionados con muestreo no probabilístico por conveniencia. Los resultados generales, nos indican (0.05 de significancia asintótica), que indica, que la exposición a la violencia intraprental, está asociada con la inadecuada regulación emocional. También se encontró una

(significancia asintótica de 0.001), en la asociación de la exposición a la violencia interparental y la inadecuada reevaluación cognitiva, por otro lado, también se halló una (significancia asintótica de 0.003) que nos indica que la exposición a la violencia interparental se asocia, con la alta supresión emocional. Se concluye que los adolescentes que presencian violencia interparental, tienen mayor dificultad en la interacción social con su entorno familiar y social, imprescindible para lograr una madurez adecuada. Se recomienda se realicen intervenciones preventivas, en los factores de riesgo en el primer espacio de socialización, para fortalecer el sistema de protección familiar, que le entrene para enfrentar situaciones estresantes.

Palabras claves: regulación emocional, violencia doméstica, reevaluación cognitiva, supresión emocional

ABSTRACT

Due to the profound physical and psychological changes that occur during adolescence, it is important to understand and manage one's own emotions and those of others. This understanding and management can be altered or delayed by exposure to violence in the home environment. Therefore, the objective of this research was to describe the association between exposure to interparental violence and emotional regulation, cognitive reappraisal, and emotional suppression in adolescents. This was a basic, non-experimental, descriptive-relational, non-causal study with a sample of 516 adolescents aged 12 to 17, selected using non-probability convenience sampling. The overall results indicate ($p < 0.05$) that exposure to interparental violence is associated with inadequate emotional regulation. We also found an asymptotic significance (0.001) in the association between exposure to interparental violence and inadequate cognitive reappraisal. Furthermore, we found an asymptotic significance (0.003) indicating that exposure to interparental violence is associated with high emotional suppression. It is concluded that adolescents who witness interparental violence have greater difficulty with social interaction, a fundamental and essential skill for achieving adequate maturity. It is recommended that preventive interventions be implemented to address risk factors in the primary socialization environment, strengthening the family protection system and equipping adolescents to cope with stressful situations.

*Keywords***:** emotional regulation, domestic violence, cognitive reappraisal, emotional suppression

Todo el contenido de la Revista Científica Internacional Arandu UTIC publicado en este sitio está disponible bajo licencia Creative Commons Atribution 4.0 International.

INTRODUCCIÓN

La adolescencia es un segmento poblacional, altamente vulnerable, para el portal para monitorizar el bienestar en adolescentes, (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2017), existe 1300 millones de adolescentes, entre 10 a 19 años, que representa el 16% de la población en general. Para el (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI] 2024), en el Perú los adolescentes de 12 a 17 años, son 3.2 millones, que representa el 9.4% del total de la población, en ese mismo orden en Lima Metropolitana hay 993,380 mil que representa el 10%, asimismo la (Compañía Peruana de Estudios de Mercado y Opinión Pública [CPI], 2024), reportó que en Santa Anita hay 36, 047 adolescentes que representa el 16% de la población en general. En ese orden el (Programa Nacional Warmi Ñan [PNWÑ], 2025), alertó que el 46% de casos atendidos como víctimas, fueron adolescentes entre 12 a 17 años, asimismo el 65.5% de casos de violencia sexual a niños, niñas y adolescentes fueron víctimas, en el entorno del hogar, situación que causa preocupación, por la alta vulnerabilidad de este segmento poblacional.

El hogar constituye el primer escenario en el que el niño aprende a enfrentar situaciones estresantes bajo el amparo de su cuidador. Sin embargo, la exposición a la violencia representa un escenario adverso con repercusiones negativas, ya que el sistema nervioso central se desarrolla a partir de la interacción con el entorno, en una etapa donde la plasticidad neuronal se encuentra en plena diversificación; por ello, esta situación resulta altamente perjudicial (Bravo et al., 2024). Según Vidal et al., (2024) y Castillo-Arcos et al., (2026), esta exposición conlleva graves consecuencias para el desarrollo psicológico y social del niño, afecta la dinámica familiar y compromete su bienestar físico y psicológico. Esta problemática se agrava al aproximarse a la etapa de interacción sexual-afectiva, donde las tensiones propias de esta interacción y las expectativas asociadas a ella pueden desencadenar violencia, la cual suele estar naturalizada desde etapas previas del desarrollo (Darwish-Mateos et al., 2026).

En consonancia con lo expresado, la adolescencia es un período del desarrollo humano, donde confluyen, la herencia, el temperamento y el contexto socio-familiar, interacción que toma mayor impulso en esta etapa, llevando a profundos cambios en comparación con las etapas anteriores (Sica 2026). Salvou (2026), por su parte resalta que cualquier cambio socio ambiental, genera cambios en la interacción neuronal, motivo por el cual una situación o fenómeno negativo, no solo repercute en la conducta, sino, genera compromisos a nivel neurobiológico, que influye en el curso de su vida. Situación que en muchos casos pasa inadvertido en nuestra sociedad, por el contrario, es catalogada, como la etapa de difícil interacción con la primera figura de autoridad.

Por ello, para Quintana (2025), Haag (2024), Fombouchet (2023) y Caqueo-Urízar (2020), es esencial, que el adolescente pueda comprender y gestionar, las emociones propias y ajenas, mas, en una etapa, donde la corteza prefrontal, encargada de las funciones ejecutivas y el control inhibitorio, aún no ha llegado a la madurez, y viene confrontando, al sistema límbico, encargada

de las reacciones emocionales, situación que genera incertidumbre, por la influencia socio ambiental y el uso de medios tecnológicos, cada vez con mayor acceso y escaso control parental, que limitan la expresión de las emociones y dificulta la reevaluación cognitiva, en la interacción bidireccional que viene dando mayor importancia.

En ese sentido, Huaita-Alegre (2026), plantea que la autonomía es progresiva, razón por la cual los derechos se ejercen paulatinamente conforme se alcanza la madurez cronológica y emocional. Sin embargo, la exposición a situaciones de violencia en el entorno del hogar, sumada a la falta de redes de apoyo, lo expone a altos niveles de estrés que aún no ha aprendido a manejar. Por lo tanto, resulta más vulnerable a desarrollar cuadros ansiosos y depresivos, en perjuicio de su funcionalidad diaria.

Al respecto Hollenstein, T. y Faulkner, K. (2024), nos ilustran, que en el contexto digital, los parámetros son diferentes a la que sucede en la interacción cara a cara, en este caso, este proceso puede darse de manera asincrónica, que no requiere acciones inmediatas, dando lugar a revaluaciones cognitivas que le proporciona habilidades de regulación, sin embargo la distracción y la evitación en los juegos digitales que le ocupa mayor atención y concentración, no le permiten redirigir sus expresiones emocionales, que desencadena en una explosión descontrolada de las emociones.

En tal sentido una deficiente regulación emocional, está marcada por la falta de apoyo socio-familiar, que le expone a mayores riesgos psicosociales y clínicos (Ningrum, L. D. K. 2023). Es por ello, los mensajes interpretados ofensivos por el adolescente, afectan su desarrollo de identidad, y su autoestima, alterando el sistema límbico, consecuentemente el neurodesarrollo (Ramírez 2025). Por el contrario, una buena interacción interparental contribuye a una mejor regulación emocional, factor protector que mitiga los efectos negativos que derivan de la violencia familiar o situaciones estresantes como presenciar situaciones violentas de las personas con quienes tenemos mayor apego (Mullins, C. y Panlilio, C. C. 2023). En esa misma línea Abela, K. R. et al., (2025), resalta la importancia de la interacción con su principal cuidador y los modelos de interacción en el entorno del hogar, para adaptarse, afrontar y gestionar sus propias experiencias.

Por ello Castañeda-Alape, G. A et al., (2023), mencionan que las respuestas emocionales de los adolescentes, ante tareas desafiantes, está relacionado con los estilos parentales, el temperamento y la maduración puberal, que le prepara para reconocer y regular las emociones. Estas habilidades y estrategias que adquiere el adolecente, le permite adaptarse a las vicisitudes de la vida diaria (Ballabrera, Q., y Limonero, J. T. (2025). Pero su deficiente regulación es un predecesor de diferentes trastornos que afectan el bienestar general (Eadeh, HM et al., 2021).

Así también, en la adolescencia en comparación con las etapas anteriores y posteriores del desarrollo humano, se encuentra mayor vulnerabilidad en la regulación de sus emociones, todo esto porque el sistema límbico aún se encuentra en desarrollo, mostrando mayor sensibilidad,

frente a la interacción socio emocional, lo mismo sucede con el estriado ventral y la amígdala, asociada al procesamiento afectivo que aún mantiene el desequilibrio con la corteza prefrontal encargada de la regulación emocional (Rogers, C. R. 2022). Sin embargo, es preciso destacar la importancia de las primeras interacciones con sus padres o cuidadores, que le prepara para manejar los cambios emocionales, por ello una vinculación afectiva segura, le da soporte y seguridad de regular sus emociones, tanto en las positivas o negativas (Cooke, J. E 2019).

Motivo por el cual el equilibrio, de la salud física, emocional, y las diferentes condiciones psicosociales, están relacionados con la capacidad de autorregulación (Oñate Maury 2026). Que no solo basta que el adolescente, desarrolle sus habilidades de autorregulación, únicamente en la interacción con sus pares, por el contrario, se debe estimular al igual que las habilidades académicas, y en escenarios controlados y/o acompañados por el adulto (Fernando Mínguez et al., 2026).

En tal sentido Sheppes, G. y Gross, JJ (2012), plantean que el proceso de la regulación emocional, frente a una situación nuevas y/o estresantes, redime significado, a la respuesta conductual y/o fisiológica, respondiendo en el siguiente orden, situación - atención - significado - respuesta, las mismas que varían en duración e intensidad, pudiendo ser ondulantes como en la tristeza y explosivas como en el miedo, pero siempre siguiendo un patrón que empieza cuando se interpreta como relevante, e implica cambios corporales, que desencadenan emociones en el entorno interno y externo. Por ello Paredes-García, et al., (2025), entienden como un proceso que regula las reacciones fisiológicas, conductuales y experienciales, desde dos estrategias, uno centrada en la experiencia, que ocurre antes que experimente la respuesta emocional como distanciarse, cambiar de situación y/o reinterpretar, por otro lado, centrado en la respuesta como enmascarar la respuesta emocional, preocuparse, redundar en la situación o bloqueando.

Es por ello se entiende como reevaluación cognitiva, a los desenlaces saludables que mitiga los efectos psicosociales, no obstante, podría ser disfuncional en circunstancias como reaccionar negativamente, frente a situaciones que generan ansiedad y estrés (Paredes-García, et al., 2025: Vizioli, et al., 2025). En ese sentido la reinterpretación de la situación, es una habilidad que modifica el impacto, ajustando su experiencia emocional (Li y Zeheng 2025). Factor protector, sobre todo en adolescentes, por la particularidad de este segmento poblacional, que le da mayor control cognitivo, para afrontar situaciones nuevas y estresantes en las relaciones intrapersonales (Zamora et al., 2025). Así mismo es de carácter más expresivo y de naturaleza cognitiva, centrada en el antecedente de la situación, que le permite reinterpretar el significado de los eventos emocionales (Liu et al., 2026: Doménech 2025).

Por otro lado, la Supresión emocional, requiere mayor esfuerzo y recursos emocionales, su desenlace, puede desencadenar respuestas desadaptativas, adversos para la salud física y psicológica (Paredes-García, et al., 2025: Vizioli, et al., 2025). Situación que se da, producto del cambio de respuesta afectiva a un evento, que le atrapa en los pensamientos negativos,

desencadenando respuestas psicológicas rígidas, en claro perjuicio de su bienestar emocional (Moya López et al., 2025). A decir de Doménech et al., (2025) es de carácter más represivo e inhibitorio, cuya estrategia está más centrada en la respuesta.

En ese sentido Kim et al., (2023), señala que los adolescentes que hayan presenciado y/o vivido situaciones de violencia, en el entorno familiar, requieren mayor esfuerzo en la corteza prefrontal, para realizar las revaluaciones cognitivas, ante emociones negativas, que le lleva a suprimir las emociones, con claras repercusiones en su salud mental.

Por lo cual el objetivo de esta investigación, fue identificar la asociación de la regulación emocional, reevaluación cognitiva y supresión emocional, con la exposición a la violencia interparental en adolescentes del distrito de Santa Anita - Lima.

En ese orden la hipótesis de la investigación es: La exposición a violencia interparental está asociada a la baja regulación emocional y la baja reevaluación cognitiva, en adolescentes del distrito de Santa Anita. Por otro lado, la exposición a la violencia interparental está asociada a la alta supresión emocional en adolecentes del distrito de Santa Anita - Lima.

MATERIALES Y MÉTODOS

Es una investigación Básica, a decir de Jiménez (2023), este tipo de investigación, proporciona fundamentos teóricos del problema planteado, mejorando el conocimiento. Es de enfoque cuantitativo, por el cumplimiento riguroso de los procedimientos establecidos, sin alterar ni sesgar la realidad objetiva, la cual es explicada por técnicas estadísticas y métodos numéricos (Hernández et al., 2025). Diseño no experimental, planteado por Valencia Núñez et al., (2025). como investigación que permite observar y analizar, tal cual está en la realidad, en un determinado tiempo, parámetros que se cumplieron en esta presente investigación. Descriptivo relacional no causal, porque permite explicar la realidad de manera sistemática, relacionando dos grupos, sin establecer una relación causa efecto (Mejía M. 2005).

Para Hernández S. (2003), la población son todos los sujetos, a las cuales se quiere generalizar en un determinado tiempo y espacio, por lo cual la población es de 36,047 adolescentes, de 12 a 17 años, que radican en el distrito de Santa Anita, de ello se ha establecido 516 unidades de análisis, seleccionadas por muestro no probabilístico por conveniencia, seleccionadas por las características relevantes que identifican a la población (Camacho de Báez, B. 2008). Cuyos criterios de selección fueron estar dentro de rango de edad, entre 12 a 17 años, que participen de manera voluntaria, no estar inmerso en ninguna vinculación afectiva de enamoramiento, y los criterios de exclusión, adolescentes, que no deseen realizar el cuestionario, o no deseen continuar y que vivan en otro distrito.

El instrumento utilizado es el cuestionario de regulación emocional ERQ. Cuyas propiedades psicométricas en niños y adolescentes fue desarrollado por Paredes-García et al., (2025), siendo un cuestionario compuesto por 10 items, con respuestas tipo Likert, donde A=

completamente en desacuerdo, B= en desacuerdo, C=ni de acuerdo ni desacuerdo, D= de acuerdo y E= completamente de acuerdo, que engloba a dos dimensiones; reevaluación cognitiva y supresión emocional y sus propiedades psicométricas contextualizadas, alcanzan un Coeficiente de Validez de Contenido CVC de Hernández Nieto de 0.98818 y Alfa de Conbrach de 0.9403.

Previo tamizaje, se ha seleccionado a los y las adolescentes que aún no tienen una relación de enamorados, seguidamente se ha solicitado que se resuelva los dos reactivos, primero, conformado por los datos generales y sociales, donde respondieron, su edad, sexo, lugar de residencia y si presenciaron violencia entre sus padres, que fue respondido con pregunta cerrada SI o NO, Posteriormente se recogió la información con el Cuestionario de Regulación Emocional ERQ, seguidamente se ha consolidado en una base de datos, para ser procesados con el programa SPSS 30, utilizando las tablas cruzadas, para determinar la asociación de las variables por intermedio de la prueba estadística del Chi Cuadrado de Pearson.

En cuanto a los aspectos éticos, se realiza el consentimiento informado a los padres y asentimiento informado los adolescentes, registrando los resultados con códigos, en el marco del respeto de la confidencialidad. Asimismo, se respeta el principio de justicia teniendo en cuenta un trato equitativo para cada uno de los participantes. Se ha reducido el riesgo de invasividad, por ser una investigación con humanos, aplicando el principio de no maleficencia.

RESULTADOS

La exposición de violencia entre sus padres, está asociada con la baja Regulación Emocional en adolescentes, toda vez que los resultados inferenciales demostraron una significación asintótica bilateral de 0.05. Resultado que nos demuestra que, a mayor exposición de escenas violentas entre sus padres, menor capacidad de regular sus emociones.

En ese orden también, la presencia de violencia interparental, está asociada con la baja reevaluación cognitiva, de adolescentes, cuyos resultados inferenciales, alcanzan una significación asintótica bilateral de 0.001. demostrando que a mayor exposición de escenas violentas entre sus padres va hacer que desencadene una baja reevaluación cognitiva en adolescentes.

En esa línea, también los resultados nos muestran que, la exposición a la violencia interparental está asociada a la alta supresión emocional, cuyos resultados inferenciales alcanzan una significación asintótica bilateral de 0.003, demostrando que, la exposición de violencia entre sus padres, aumento la supresión emocional en adolescentes.

DISCUSIÓN

Partiendo de la premisa que la regulación emocional es esencial para comprender las emociones propias y las ajenas. Quintana (2025), Haag (2024) y Fombouchet (2023) resaltan la importancia de la corteza prefrontal en las funciones ejecutivas y el control inhibitorio, que aún no han llegado a la madurez, pero sin embargo ya busca el equilibrio con el sistema límbico, la

encargada de las reacciones emocionales. Motivo por el cual, la exposición de escenas de violencia interparental en adolescentes, es tan perjudicial, porque no le permite desarrollar habilidades emocionales, para poder enfrentar situaciones estresantes o nuevas, propios de la edad, al respecto, Huaita-Alegre (2026), menciona que, una regulación emocional inadecuada, pone en desventajas, por el retraso en el desarrollo de la autonomía y falta de recursos emocionales, vital, para la interacción con el entorno familiar y sus pares.

En este contexto la baja regulación emocional presentada por los adolescentes sujetos de esta investigación, les predispone a desencadenar emociones violentas, que evidentemente perjudican, la interacción con el medio ambiente y la búsqueda de su propia identidad. Amenaza que tiene sus raíces en los primeros espacios de socialización, donde están siendo expuestos a situaciones de violencia, (Bravo et al., 2024). En este mismo orden cabe resaltar, que la adolescencia es una etapa que debe requerir una especial atención por los cambios físicos y psicológicos, para lo cual una baja regulación emocional, es perjudicial para las futuras etapas de su vida, (Huaita-Alegre 2026).

Respecto a la asociación de exposición de la violencia interparental y la baja reevaluación cognitiva, encontramos que la exposición a conductas violentas entre sus padres, está asociada con la baja reevaluación cognitiva, a decir de Li y Zeheng (2025), la reevaluación cognitiva, al adolescente, le permite reinterpretar la situación, para modificar su impacto y manejar dentro del equilibrio su experiencia emocional, razón por la cual una baja reevaluación cognitiva le reduce las habilidades para afrontar situaciones nuevas y estresantes en las relaciones interpersonales, siguiendo esta línea, Doménech (2025), al ser de carácter más expresivo y de naturaleza cognitiva, una buena reevaluación cognitiva, centra su atención en los antecedentes de la situación estresante, por lo cual, se convierte en factores protectores para afrontar y mitigar el impacto, de las situaciones nuevas.

Es preciso también, entender que los adolescentes desarrollan sus habilidades y autonomía de manera progresiva como lo menciona Huaita-Alegre (2026), por lo que esta exposición a escenas violentas en el entorno del hogar, retrasa o tergiversa estas habilidades en la interacción, siendo un factor de alto riesgo, para que analice desde los antecedentes, y se adapte saludablemente a su medio ambiente, sin embargo la exposición a escenas violentas, le genera graves consecuencias en la interacción familiar y con sus pares (Vidal et al., 2024: Castillo-Arcos et al., 2026).

Respecto a la asociación de la exposición de violencia interparental en adolescentes está relacionado significativamente con la supresión emocional, a decir de Paredes-García, et al., (2025) y Vizioli, et al., 2025) suprimir una emoción requiere mucho esfuerzo y recursos cognitivos, su mala gestión desencadena respuestas desadaptativas, que desencadenan factores adversos para su salud física y psicológica, motivo por el cual hay un alto riesgo que puede desencadenar respuestas inadecuadas, perjudiciales para su salud física y psicológica. En esa

misma línea, para Moya López et al., (2025), la supresión emocional se presenta por el cambio de respuesta afectiva, muy distinta a lo que desencadena en su una situación regular, motivo por el cual esta situación en la adolescencia, es un factor de riesgo, que le atrapa en pensamientos negativos, que desata respuestas perjudiciales para su salud física y psicológica.

En ese orden también Doménech et al., (2025) menciona que la reevaluación cognitiva es de carácter represivo e inhibitorio, centrada en la respuesta. Por ello los adolescentes sometidos a esta investigación, se encuentran en una situación de riesgo, que puede desencadenar en un embotamiento emocional o una respuesta desadaptativa, en claro perjuicio, de la gestión de sus emociones propias y ajenas en la actualidad como en las etapas posteriores de su desarrollo, como lo plantea (Cooke, J. E. 2019). Es por la cual este segmento poblacional es más propenso a desencadenar respuestas psicológicas con marcado perjuicio para su bienestar emocional, por la naturalización de la violencia en etapas anteriores de su vida (Darwish-Mateos et al., 2026).

CONCLUSIONES

Los resultados expresan una respuesta alarmante sobre el devenir de los adolescentes, en el entendido de que este segmento poblacional viene siendo expuesto a situaciones violentas en su primer espacio de socialización, lo cual resulta claramente perjudicial para su adecuada adaptación e interacción tanto en el entorno familiar como con sus pares, más aún frente a los cambios sociales de inseguridad cada vez más complejos.

Se recomienda ampliar, investigaciones con mayor profundidad, para poder, conocer a mayor detalle, las consecuencias de la violencia en especial por ser una etapa de cambios biológicos, físicos y psicológicos.

REFERENCIAS

Abela, K. R., Hussain, A., & Law, D. M. (2025). Interweaving Threads: Untangling the Moderating Relationship of Parent-Child Conflict and Closeness in the Association Between Interparental Conflict and Emotion Regulation. Emerging Adulthood, 13(2), 410-423. DOI: https://doi.org/10.1177/21676968241311950

Ballabrera, Q., & Limonero, J. T. (2025). Conceptualización y medida de la regulación emocional en adolescentes y jóvenes adultos: Protocolo para una revisión exploratoria. *Ansiedad y Estrés*, 31(1), 46-50. DOI: https://doi.org/10.5093/anyes2025a7

Bravo Queipo de Llano Blanco, Sainz Talía, Díez Sáez Carmen, Barrios Miras Ester, Bueno Barriocanal Marta, Cózar Olmo Juan Alonso, Fabregas Martori Anna, Gancedo Baranda Antonio, (2024). La violencia como problema de salud. *Anales de Pediatría*, 100 (3), DOI: https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2024.02.007

Camacho de Báez, B. (2008). *Metodología de la investigación científica: un camino fácil de recorrer para todos*. Universidad Pedagógica y Tecnológica. ISBN: 958-660-082-3. https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=780481

Caqueo-Urízar, Alejandra, Mena-Chamorro, Patricio, Flores, Jerome, Narea, Marigen, & Irarrázaval, Matías. (2020). Problemas de regulación emocional y salud mental en adolescentes del norte de Chile. *Terapia psicológica*, 38(2), 203-222. DOI: http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082020000200203

Cassidy J. (1994). Emotion regulation: influences of attachment relationships. Monographs of the Society for Research in Child Development, 59(2-3), 228–249. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7984163/

Castañeda-Alape, G. A., Gabriela Lucía López-Mojica, & Guerra-Báez, S. P. (2023). Relación entre los estilos parentales y la regulación emocional en adolescentes. *Inclusión & Desarrollo, 10*(2), 10-26. DOI: https://doi.org/10.26620/uniminuto.inclusion.10.2.2023.10-26

Castillo-Arcos Lubia del Carmen, Telumbre-Terrero Juan Yovani, Maas-Góngora Lucely, Juan-Martínez Berenice, Escalante-García Yasmin, Noh-Moo Pedro Moisés (2026). Violencia filio-parental en adolescentes: un estudio transversal en el sur de México. *Enfermería Clínica*, DOI: https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2026.502479

Compañía Peruana de Estudios de Mercado y Opinión Pública CPI (2025). Perú Población 2024. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://cpi.pe/wp-content/uploads/2025/11/PERU-POBLACION-2024.pdf

Cooke, J. E., Kochendorfer, L. B., Stuart-Parrigon, K. L., Koehn, A. J., & Kerns, K. A. (2019). Parent–child attachment and children's experience and regulation of emotion: A meta-analytic review. *Emotion, 19*(6), 1103–1126. DOI: https://doi.org/10.1037/emo0000504

Darwish-Mateos Sara, Bohórquez-Ríos Julia María, Becerra-Almazán María Angustias, Rodríguez-Castilla Francisco, Martínez-Fernández Maria Luz, Pérez-Milena Alejandro (2026). Violencia de pareja en adolescentes españoles y su relación con el apoyo familiar y social. Atención *Primaria*, 58 (6), DOI: https://doi.org/10.1016/j.aprim.2026.103492

Doménech Pablo, Mestre-Escrivá María Vicenta, Tur-Porcar Ana María (2025). Rasgos de personalidad y regulación de las emociones en la adolescencia . *Comportamiento. Psicólogo*. 2025, 33(2), 46148.https://doi.org/10.31083/BP46148

Eadeh, HM., Breaux, R. y Nikolas, MA. Revisión meta-analítica de intervenciones psicosociales centradas en la regulación emocional para adolescentes. Clin Child Fam Psychol Rev 24 , 684–706 (2021). DOI: https://doi.org/10.1007/s10567-021-00362-4

Fernando Mínguez Rayo, Diana, A. A., & Arbó, R. C. (2026). O jogo de Educação Física como facilitador da inteligência emocional, do autoconceito e da assertividade do ex-aluno. *Retos, 75*, 822-834. DOI: https://doi.org/10.47197/retos.v75.106121

Fombouchet, Y., Pineau, S., Perchec, C., Lucenet, J., & Lannegrand, L. (2023). The development of emotion regulation in adolescence: What do we know and where to go next? Social Development, 32, 1227–1242. DOI: https://doi.org/10.1111/sode.12684

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia UNICEF (2017). Invertir en una transición segura, saludable y productiva de la niñez a la adultez es fundamental. https://data.unicef.org/topic/adolescents/overview/

Haag, AC., Bagrodia, R. & Bonanno, G.A. Emotion Regulation Flexibility in Adolescents: A Systematic Review from Conceptualization to Methodology. *Clin Child Fam Psychol Rev* **27**, 697–713 (2024). DOI: https://doi.org/10.1007/s10567-024-00483-6

Hernández Sampieri Roberto, Fernández Collado Carlos, Baptista Lucio Pilar (2014). Metodología de la investigación. *Macgraw-Hill España, DF*. ISBN: 978-1-4562-2396-0. https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=775008

Hernández-Florez, N., & Klimenko, O. (2025). Metodología de la investigación, enfoque cualitativo, cuantitativo y mixto. Nexus: Multidisciplinary Research Journal (MIR), 2(3), 1-19. https://nexushouseeditorial.com/index.php/nexus/article/view/24

Hollenstein, T., & Faulkner, K. (2024). Adolescent digital emotion regulation. Journal of Research on Adolescence, 34, 1341–1351. DOI: https://doi.org/10.1111/jora.13009

Huaita-Alegre, M., Chávez-Granda, J., Mg, Manrique-Kukurelo, D., Ames-Ramello, P., & Cavagnoud, R., PhD. (2026). Between progressive autonomy and state protection in unaccompanied Venezuelan migrant adolescents Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 24(1), 1-30. DOI: https://doi.org/10.11600/rlcsnj.24.1.7234

Instituto Nacional de Estadística e Informática INEI (2024). El 28,7% de la población total del país es menor de edad. https://www.gob.pe/institucion/inei/noticias/1006842-el-28-7-de-la-poblacion-total-del-pais-es-menor-de-edad

León Castro, L. A., & Cárdenas Cordero, N. M. (2026Motivation and Extracurricular Dance as Determinants of Physical Activity in Adolescents. *Revista De Estudios Contemporáneos Del Sur Global, 7*(22), 13. DOI: https://doi.org/10.46652/pacha.v7i22.557

Li, Y., & Zheng, P. (2025). Trait resilience protects against social anxiety in college students through emotion regulation and coping strategies. Scientific reports, 15(1), 28143. https://doi.org/10.1038/s41598-025-13674-0

Liu, L., Chen, S., Tang, X., Bao, J., Luo, Y., & Chen, J. (2026). Emotion regulation profiles moderate links between perceived interparental conflict, peer bullying victimization, and adolescent internet gaming *disorder. Addictive Behaviors*, 108711. https://doi:10.1016/j.addbeh.2026.108711

Kim, S. G., Weissman, D. G., Sheridan, M. A., & McLaughlin, K. A. (2023). Child abuse and automatic emotion regulation in children and adolescents. *Development and psychopathology*, 35(1), 157-167. https://doi:10.1017/S0954579421000663

Mejía Mejía Elías (2005). *Metodología de la Investigación*. ISBN: 9972-46-285-4 Universidad Nacional Mayor de San Marcos. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://eesppnsrmadrededios.edu.pe/libros/41.pdf

Merlino, Aldo & Ayllón, Silvia. (2015). Experiencias en investigación educativa: deserción, regulación emocional y representaciones en estudiantes universitarios. Editorial Brujas. ISBN: 9789875913219. https://www.digitaliapublishing.com/a/41850/experiencias-en-investigacion-educativa---desercion--regulacion-emocional-y-representaciones-en-estudiantes-universitarios

Milagros Yinez Oñate Maury, Luis Alfonso Pérez Guerra, González Avila, M. L., Escobar Rodríguez, N. M., Yamelys, N. B., & Rafael Guillermo Arzuaga Mejía. (2026). Bem-estar físico e emocional como preditor da adesão às responsabilidades académicas em estudantes do ensino superior. *Retos, 80*, 918-931. DOI: https://doi.org/10.47197/retos.v80.119329

Moya-López, M., Ruiz-Guillén, A., Romero-Maroto, M., Baracco, B., & Carrillo-Díaz, M. (2025). Parenting Styles of Divorced Parents and Their Influence on Their Children's Bruxism: A Cross-Sectional Study. Pediatric health, medicine and therapeutics, 16, 83–92. https://doi.org/10.2147/PHMT.S508109

Mullins, C., & Panlilio, C. C. (2023). Adversity, engagement, and later achievement: The role of emotion regulation and parent-child relationship quality. Children and youth services review, 148, 106862. doi.org/10.1016/j.childyouth.2023.106862

Ningrum, L. D. K. (2023). Social and Psychological Determinants of Emotion Regulation in Adolescents. Sinergi International Journal of Psychology, 1(3), 163-175. https://doi.org/10.61194/psychology.v1i3.629

Paredes-García, Jonathan Aimé, Hernández-Guzmán, Laura, Contreras-Valdez, José Alfredo, Estrada-Rodríguez, Cesáreo, & Freyre, Miguel-Ángel. (2025). Validación del Cuestionario de Regulación Emocional para niños y adolescentes mexicanos. *Liberabit*, 31(2), e1084. https://doi.org/10.24265/liberabit.2025.v31n2.1084

Programa Nacional Warmi Ñan PNWÑ (2025). Boletín 1-2026. https://hdl.handle.net/20.500.12702/547

Quintana Asimbaya , J. E. ., Salamea Nieto , R. M. ., & Llanos-Rosales , B. R. . (2025). Mindfulness y regulación emocional en adolescentes: revisión integrativa. Revista Ecuatoriana De Psicología, 8(22), 84–98. https://doi.org/10.33996/repsi.v8i22.181

Ramírez, R. V. (2025, Sep 18). Discursos de odio tienen serios efectos en el desarrollo cerebral de niños y adolescentes. *CE Noticias Financieras* Retrieved from https://www.proquest.com/wire-feeds/discursos-de-odio-tienen-serios-efectos-en-el/docview/3252410030/se-2

Rogers, C. R., Chen, X., Kwon, S. J., McElwain, N. L., & Telzer, E. H. (2022). The role of early attachment and parental presence in adolescent behavioral and neurobiological regulation. *Developmental Cognitive Neuroscience*, *53*, 101046. https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1878929321001353?via%3Dihub

Salavou, V., Papanikolaou, K., Pehlivanidis, A., & Giannakopoulos, G. (2026). Mentalization and Emotion Regulation in Adolescent Attachment: A Scoping Review. *Children*, 13(3), 420. DOI: https://doi.org/10.3390/children13030420

Sheppes, G. y Gross, JJ (2012). Eficacia de la regulación emocional: qué funciona y cuándo. En Manual de psicología, segunda edición (eds. I. Weiner, H. Tennen y J. Suls). https://doi.org/10.1002/9781118133880.hop205018

Sica LS, Ponticorvo M and Frolli A (2026) Editorial: Between emotional regulation and dysregulation: perspectives, interventions, tools and technologies for psychological well-being. Front. Behav. Neurosci. 20:1843064. DOI: https://doi.org/10.3389/fnbeh.2026.1843064

Sica LS, Ponticorvo M and Frolli A (2026) *Fronteras en la neurociencia del comportamiento, Regulación y procesamiento de las emociones*. Front. Behav. Neurosci. 20:1843064. DOI: https://doi.org/10.3389/fnbeh.2026.1843064

Valencia Nuñez, E.R., Gordon Garcia, J. M., Jaramillo Mediavilla, K. M., Gualpa Calva M. A., Jaramillo Mediavilla S. J.,(2025). Metodología de la investigación científica: enfoques, técnicas y aplicaciones para la producción científica de alto impacto. Religación Press. ISBN-13 (15) 978-9942-561-56-5. DOI: https://doi.org/10.46652/ReligacionPress.324

Vidal Palacios C., Ares Blanco S., Gómez Bravo R., Alonso Fernández M, Aretio Romero A., Fernández Alonso Maria del Carmen (2024). Impacto de la violencia de género en las

niñas y las adolescentes. *Atención Primaria*. 56(11), 1-13 DOI: https://doi.org/10.1016/j.aprim.2024.102972.

Vizcaíno Zúñiga , P. I., Cedeño Cedeño , R. J., & Maldonado Palacios , I. A. (2023). Metodología de la investigación científica: guía práctica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 9723-9762. DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7658

Vizioli, N. A., Cultraro, F. A., & Gimeno, L. C. (2025). Mindfulness mediates the relation between cognitive reappraisal and test anxiety. *Actualidades En Psicología*, 39(139), 53-65. DOI: https://doi.org/10.15517/ap.v39i139.61612

Zamora, EV, Draper, C., & del Valle, M. (2025). ARQUITECTURA COGNITIVA DE LA REGULACIÓN EMOCIONAL: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA DE LA TRÍADA EJECUTIVA. Revista Panamericana de Neuropsicología, 19 (3), 102–119. https://www.cnps.cl/index.php/cnps/article/view/601