

ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR

Tema:

APOYO SOCIAL Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN INTERNAS DEL CENTRO DE REHABILITACIÓN SOCIAL FEMENINO TUNGURAHUA N°1

**Proyecto de investigación previo a la obtención del título de
Licenciada en Psicología Clínica**

Línea de investigación:

SALUD Y GRUPOS VULNERABLES

Autora:

Samantha Anahi Barragán Hernández

Directora:

Mg. Juana Rosario Lara Machado

Ambato – Ecuador

Marzo 2026

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo: **SAMANTHA ANAHI BARRAGÁN HERNÁNDEZ**, con cédula de ciudadanía **0605127893**, autora del trabajo de graduación titulado: "APOYO SOCIAL Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN INTERNAS DEL CENTRO DE REHABILITACIÓN SOCIAL FEMENINO TUNGURAHUA N°1", previo a la obtención del título profesional de **LICENCIADA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**, en la escuela de **SALUD Y BIENESTAR**.

1. Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.
2. Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través del sitio web de la Biblioteca de la PUCE Ambato, el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de la Universidad.

Ambato, marzo 2026



Samantha Anahi Barragán Hernández

CC. 0605127893

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
SEDE AMBATO
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

Tema:

APOYO SOCIAL Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN INTERNAS DEL CENTRO DE REHABILITACIÓN SOCIAL FEMENINO TUNGURAHUA N°1

Línea de investigación:

SALUD Y GRUPOS VULNERABLES

Autora:

Samantha Anahi Barragán Hernández

Juana Rosario Lara Machado, Dra. Mg.

CC. 1803010469

CALIFICADOR

f. 

Sandra Elizabeth Santamaría Guisamana, Psic Cl. Mg.

CALIFICADOR

f. 

Freddy Patricio Mayorga Valle, Dr. Esp.

DIRECTOR ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR

f. 

Diego Gonzalo Coca Chanalata, Dr. Mg.

PROSECRETARIO PUCE AMBATO

f. 

Ambato – Ecuador

Marzo 2026

 **PUCE** | AMBATO
PROSECRETARÍA

DEDICATORIA

A mi pequeña yo, que nunca dejo de soñar y siempre fue fuerte para llegar a este punto.

Aquella niña que nunca imaginó llegar tan lejos y que hoy ve como sus sueños empiezan hacerse realidad.

Y a mi ángel guardián, mi papá, quien, aunque ya no esté físicamente en este mundo, sé que me cuida, me guía y me ama desde el cielo. Espero que orgullosos y feliz de la persona que soy hoy.

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer a Dios por darme la oportunidad de culminar este sueño, en donde me cuidó y protegió en cada paso del camino y me ha demostrado su amor en cada etapa de mi vida.

A mis padres, abuela y a mi hermano, quienes siempre confiaron en mis capacidades y han sido mis ángeles para avanzar en este camino y en los que aún están por venir.

A mi amada universidad, que se volvió mi segundo hogar y me regaló la mejor etapa de mi vida y por supuesto, a mis docentes, quienes me guiaron y educaron tanto en el ámbito profesional como para la vida fuera de las aulas.

Finalmente, a mis amigos, quienes hoy se han convertido en mi familia y me han salvado en incontables ocasiones: Andrea, Evelyn, Mauro, Juan José, Abraham y a mi corazón Xavier.

RESUMEN

En el contexto penitenciario ecuatoriano, la comprensión del bienestar psicológico y social de mujeres privadas de libertad es limitada, especialmente a variables como el apoyo social. Estas dimensiones, permiten identificar cómo las internas gestionan sus emociones y se adaptan al entorno. En el Centro de Rehabilitación Social Femenino Tungurahua N1, donde actualmente se alberga a mujeres bajo diversas causas judiciales, resulta necesario estudiar de forma específica la relación entre el apoyo social percibido y las estrategias que, emplean para regular sus emociones.

La investigación se desarrollará bajo un paradigma positivista, con enfoque, cuantitativo, diseño no experimental con alcance descriptivo y correlacional de corte transversal. La muestra está conformada por 249 mujeres seleccionadas mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se aplicará el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) y el Cuestionario de Apoyo Social (MOS).

Los resultados evidenciaron la existencia de una relación estadística entre apoyo social y regulación emocional en las internas del Centro de Rehabilitación Social Femenino Tungurahua N1. Esta asociación presentó una magnitud de tipo moderada, indicando que ambas variables se encuentran vinculadas de manera relevante, sin que una determine a la otra. Las internas que reportaron mayor percepción de apoyo social tendieron a presentar un manejo emocional más adaptativo, caracterizado por una mejor identificación y modulación de emociones. Confirmando que el apoyo social cumple un rol protector en el bienestar psicológico, facilitando el uso de estrategias de regulación emocional frente a demandas emocionales del encierro.

Palabras clave: apoyo social, regulación emocional, privadas de libertad.

ABSTRACT

In the Ecuador Penitentiary context, understanding the psychological and social well-being of incarcerated women remains limited, particularly regarding variables such as social support. These dimensions make it possible to identify how inmates manage their emotions and adapt to the institutional environment. At the Female Social Rehabilitation Center of Tungurahua No. 1, it is necessary to specifically examine the relationship between perceived social support and the emotional regulation.

This research was conducted under a positivist paradigm, using a quantitative approach, with a non-experimental design of descriptive and correlational scope and a cross-sectional design. The sample consisted of 249 women selected through non-probabilistic convenience sampling. The Emotional Regulation Questionnaire (ERQ) and the Medical Outcomes Study Support Survey (MOS) were administered.

The results revealed the existence of a statistically significant relationship between social support and emotional regulation among inmates at the Female Social Rehabilitation Center of Tungurahua No 1. This association showed a moderate magnitude, indicative and relevant link are between.

Women who reported higher levels of perceived social support tended to demonstrate more adaptive emotional management, characterized by better identification and modulation of emotions. These findings confirm that social support plays a protective role in psychological well-being, facilitating the use of emotional regulation strategies in response to the emotional.

Keywords: *social support, emotional regulation, incarcerated women.*

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD	ii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	iii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I. ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA	6
1.1. Perfil sociodemográfico	6
1.2. Estudios previos en mujeres privadas de libertad	7
1.3. Factores psicosociales en mujeres privadas de libertad	8
1.4. Condiciones de vida en prisión	9
CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLÓGICO	31
2.1. Metodología de estudio	31
2.2. Técnicas y herramientas de recolección de datos	33
2.3. Población, muestra y muestreo	39
CAPÍTULO III. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	46
3.1. Análisis de normalidad apoyo social y regulación emocional	46
3.2. Análisis descriptivo de las variables	46
3.3. Análisis correlacional	49
3.4. Planteamiento de la hipótesis.....	50
CONCLUSIONES.....	51
RECOMENDACIONES	52
BIBLIOGRAFÍA	53

INTRODUCCIÓN

Este proyecto tiene como finalidad establecer la relación que, posee el apoyo social y la regulación emocional, los datos de este estudio fueron obtenidos del centro de privación de libertad de Tungurahua N°1, es fundamental, comprender como estas variables se desarrollan a nivel emocional en esta población, es decir, como superan el estrés desde el encierro y como se llega a proporcionar apoyo desde su red interpersonal y cuál es la percepción de cada interacción. Se ha evaluado a 249 mujeres para recaudar la información necesaria y analizar cómo su comportamiento es regido por el entorno carcelario en el que, se encuentran.

El estudiar a las mujeres privadas de la libertad, nos provee otra perspectiva distinta y permite ver realidades a nivel social y psicológico y como se desarrolla este contexto penitenciario. Por ello, la metodología del estudio es de tipo descriptivo y de alcance correlacional con un corte transversal no experimental. Es así como se ve reflejado como cada estímulo o particularidad del ambiente y la cotidianidad genera cambios en su comportamiento. González y Hernández (2021) comentan que, "El contexto carcelario, ocasiona que, varias mujeres modifiquen su conducta para mantenerse protegidas a nivel emocional, manteniendo una postura de indiferencia y agresión, sin embargo, de manera interna experimentan sufrimiento y angustia constante".

Para abordar el apoyo social y la regulación emocional, es necesario comprender los procesos que, maneja el Ecuador en esta población y como se actúa ante actos exponenciales de violencia y como las medidas cautelares de las autoridades llegan a separar por género a la población carcelaria. Según Pazmiño (2022), la crisis a nivel penitenciario del país es dado por la falta de personal y el notable debilitamiento del control en los centros de privación de libertad, generando abusos físicos y psicológicos.

Al existir una sobrepoblación en cada centro penitenciario y poco personal capacitado, esto generó actos violentos como: amotinamientos, masacres, uso de armas de fuego y escapes, dejando alrededor de 79 muertos y varios heridos. Esta

crisis generada en el 2021 generó preocupación en el gobierno y se implementó medidas estrictas desde la supervisión militarizada a cada centro de privación del país y evitar actos similares y reorganizar el sistema penitenciario. Por lo que, el ejército, la policía y el servicio nacional de personas privadas de la libertad, toma la decisión de reubicar a 665 hombres y 528 mujeres privadas de la libertad, para una atención diferenciada por género. El centro de privación de libertad N1 de Tungurahua, alberga desde el 23 de noviembre del 2024 únicamente a mujeres, logrando mejorar condiciones de seguridad y un adecuado entorno a nivel físico y psicológico. La Defensoría del Pueblo del Ecuador (2023) señala que, “La división por género del clima penitenciario, permite mejorar la gestión institucional, mejorar su efectividad y las intervenciones psicosociales aptas para cada necesidad existente”.

Al violar las reglas y leyes del Ecuador, se debe cumplir una condena de acuerdo con el acto realizado, por lo que, cada mujer debe convivir con personas extranjeras y de su propia nacionalidad, esto, llega a generar un ambiente hostil y dificulta una sana convivencia entre las mujeres privadas de libertad, por lo que, al no poseer una interacción adecuada, genera malestar y dificultades en la convivencia. El Instituto de la Mujer España (2021) mencionan que, “Al convivir en un mismo espacio las mujeres que, ya fueron condenadas y mujeres que, aún esperan su condena o libertad, crea un ambiente conflictivo y hace que, la convivencia se dificulte, cada mujer percibe el mundo de manera distinta, de acuerdo con su edad, cultura, nivel de educación y demás”.

En este sentido, es de interés para el presente estudio la manera como el concepto de apoyo social surge en el siglo XX, el cual, es entendido como cada persona percibe el amor o protección que, proviene de su red familiar y social, el cual, manifiesta un papel decisivo en la respuesta individual de cada persona ante cualquier tipo de suceso de la cotidianidad. Según Sarasola (2024) afirma que, “El apoyo social es una red de relaciones que, cada persona establece a lo largo de su vida, este, es el encargado de asistir a situaciones graves y ayudar al crecimiento personal de cada individuo”.

El apoyo social en mujeres privadas de libertad es reducido, y la interacción es casi nula con personas de su red familiar y social, el contacto es limitado por factores como: prejuicios, marginalización o falta de recursos. De igual manera, el régimen en el que, se encuentran no permite el uso de tecnología, incrementando su aislamiento social. Las mujeres privadas de libertad, al estar en un contexto penitenciario, crean jerarquías o alianzas, logrando perjudicar o ayudar en el bienestar personal de cada mujer.

Sin embargo, el clima institucional llega a basarse en una red informal de contención emocional y resolver dificultades internas, manifestándose en: escucha activa, cuidado en diversas enfermedades o el compartir objetos. Estas relaciones brindan el apoyo emocional necesario para mejorar su estadía y crear una adecuada interacción entre compañeras.

Adicional a estos criterios, la regulación emocional se ve reflejada desde hace varias décadas, se entiende por regulación emocional, la manera en que, cada persona llega a expresar sus emociones de manera inmediata. Es necesario que, cada persona sea consciente de lo que, siente y que, puede expresar a raíz de esto, para evitar hechos contraproducentes por el estallido de estímulos y que, provoque, malestar a nivel personal y en su desarrollo a nivel sociocultural. Gonzales y Bolaños (2022) señalan que, "Todas las emociones contienen tres funciones, y estas son: motivacional, adaptativa y a nivel social, los cuales, son generadores de acción que, expresan estados internos y como ocurre en cada conducta y siempre son encaminadas a uno o diversos objetivos". Las emociones nos permiten el comprender cada reacción, sea positiva o negativa y moldea nuestro comportamiento y la forma en que, cada estímulo genera nuestro comportamiento y como lo interpretamos.

El concepto de regulación emocional ha evolucionado hasta la actualidad, proporcionando una perspectiva amplia, incluyendo estrategias adaptativas desde la aceptación y a nivel de la atención plena, a su vez, ya no es un limitante el suprimir las emociones, si no, hacer válidas estas y lograr enfrentar el entorno de manera correcta, y así superar cualquier tipo de circunstancia. Ávila (2024) señala

que, Las emociones no son controladas, llegan a ser reguladas en el momento que, aparecen y llegan a ser identificadas, es decir, lo que hacemos con ellas y que, acciones tomar, las personas nos volvemos expertos en identificarlas a medida que, nuestra edad avanza. Las mujeres privadas de la libertad, al aceptar su nueva condición de vida y las emociones que, esto involucra, incrementa niveles de esperanza, trabajo en equipo y lograr reinterpretar cada situación y su impacto a nivel emocional.

Por todo lo mencionado, es necesario el estudio en esta población, para observar y analizar las condiciones de vida que, ocurren en este contexto penitenciario. El apoyo social y la regulación emocional son necesarias tanto en el encarcelamiento como en su proceso próximo de reinserción. Según Rojas (2024), Para evitar la constante reincidencia del crimen, se debe elaborar y ejecutar de acuerdo con cada necesidad programas penitenciarias basados en Criminología que, eduquen y brinden asistencia psicológica. Estas ayudan al fortalecimiento social entre diferentes contextos sociales y así evitar factores de estrés por la rutina constante y crear una sana convivencia entre compañeras y lograr una correcta gestión de emociones y toma de decisiones, sean estas individuales o a nivel grupal.

Cada persona en diferentes etapas ha mantenido un desequilibrio en el correcto manejo de emociones, esto ocurre por factores como la edad y a nivel social, por lo que, al alcanzar la adultez se es más fácil el tomar decisiones y actuar de manera adecuada ante cada creencia propia. Brito y Castillo (2021) señalan que, Cada condena debe ser justificado a nivel de la rehabilitación que sea necesaria para cada persona y realizar el respectivo seguimiento individual en este proceso. Las mujeres que, viven en esta situación son capaces de adaptarse y lograr un cambio significativo en sus vidas tanto a nivel educativo, social, cultural y por supuesto de manera física y mental y que, a lo largo de su condena puedan contar con redes de apoyo y mejorar el estigma de siempre mantenerse alerta ante el ambiente que, les rodea.

Entendiendo esto, la pregunta científica que guía este proyecto de investigación:

Existe relación entre el apoyo social y la regulación emocional en internas del Centro de Rehabilitación Social Femenino.

En función de la problemática y la hipótesis formulada, esta investigación tiene como objetivo general: Establecer la relación entre el apoyo social y la regulación emocional en internas del Centro de Rehabilitación Social Femenino Tungurahua N1. De la misma forma se establecen los objetivos específicos: a) sustentar teóricamente el apoyo social y la regulación emocional en mujeres privadas de la libertad, b) diagnosticar el apoyo social y la regulación emocional en internas del Centro de Rehabilitación Social Femenino Tungurahua N1, c) correlacionar el apoyo social y la regulación emocional en internas del Centro de Rehabilitación Social Femenino Tungurahua N.º 1.

La presente investigación surge del interés por comprender como el apoyo social y la regulación emocional tiene gran influencia en la vida cotidiana en el Centro de Rehabilitación Social “Tungurahua N1”. La privación de la libertad genera varias alteraciones emocionales y a nivel social, y, en este contexto, las habilidades para regular emociones y la percepción de apoyo se convierten en herramientas útiles para afrontar el entorno carcelario. Sin embargo, estas dimensiones suelen ser invisibilizadas o subestimadas dentro de los espacios penitenciarios y se ve limitada por la vigilancia y el cumplimiento de condenas. Reconocer la importancia del apoyo social y la regulación emocional no solo permite visibilizar las necesidades psicosociales de esta población, sino también promover condiciones más humanas que, favorezcan su estabilidad emocional, su adaptación al encierro y, posteriormente su reintegración social.

Por lo tanto, este trabajo busca generar conocimiento que, sirva de base para futuras intervenciones psicológicas en contextos penitenciarios, con el fin de fortalecer los vínculos interpersonales entre las internas y potenciar su capacidad de afrontar emocionalmente las situaciones adversas. Además, al identificar el nivel en que, estas variables se presentan, se podría incidir en el diseño de programar de apoyo que, promueva el bienestar integral de las mujeres privadas de libertad, impactando positivamente en su salud mental y en la dinámica carcelaria.

CAPÍTULO I. ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA

1.1. Perfil sociodemográfico

En el sistema penitenciario ecuatoriano, las mujeres constituyen una minoría en relación con la población masculina. Según los Datos del Censo Penitenciario (2022) indican que, “Un total de 31.321 personas privadas de libertad, solamente 1.965 son mujeres, lo que, equivale a un 6.27% del total nacional” (p. 5). Esta diferencia no solo resalta una disparidad numérica, sino también evidencia una serie de particularidades que, distinguen la vivencia penitenciaria femenina, como la atención a sus necesidades de salud, maternidad y vínculo emocional con la familia (Amaya y Puerta, 2025).

En cuanto a la distribución por edades, se ha observado que, una gran parte de la población penitenciaria tiene entre 18 y 30 años. Según la CIDH (2022), este grupo representa el 44.2% del total de presos en Ecuador. Este rango etario es especialmente relevante para las mujeres, se encuentran en una etapa clave para su desarrollo personal y profesional. Muchas son madres y tienen responsabilidades familiares y esto representa una carga emocional y práctica adicional durante el tiempo de encarcelamiento (Puentes y Gallego, 2024).

El nivel de instrucción de estas mujeres es otro elemento significativo. La Comisión Interamericana de Derechos Humanos señala que, cerca del 71% de los privados de libertad a nivel nacional apenas ha alcanzado la educación básica. Según Romero (2021) indica que, la carencia educativa limita las posibilidades de inserción laboral y dificulta la participación efectiva en programas de formación y rehabilitación dentro de los centros penitenciarios.

En la provincia de Tungurahua, las internas del centro femenino presentan trayectorias de vida marcadas por carencias materiales, escasa educación formal y entornos familiares disfuncionales. Estos antecedentes han incidido directamente en su implicación en actividades delictivas y también en su capacidad de adaptación dentro de la institución. El contexto de pobreza, violencia previa y

exclusión social condiciona tanto su experiencia penitenciaria como su posible reinserción futura (Suárez, 2021).

1.2. Estudios previos en mujeres privadas de libertad

Durante las últimas décadas, diversos estudios han buscado comprender la experiencia de las mujeres privadas de libertad, destacando cómo esta se diferencia significativamente de la vivida por los hombres. Desde la psicología social y clínica, se reconoce que, las mujeres enfrentan una doble carga emocional: por un lado, la privación de la libertad y, por otro, la ruptura de vínculos afectivos, especialmente con sus hijos. Según Gilligan (2020), la identidad femenina tiende a construirse en función del cuidado del otro, por lo que, el encarcelamiento representa una ruptura profunda con su sentido del yo.

En el caso de Ecuador, investigaciones como las de Castro y Rivera (2021) indican que, las mujeres presentan elevados niveles de sintomatología depresiva, pensamientos recurrentes de fracaso: Estos efectos se ven potenciados cuando las mujeres ya han vivido experiencias previas de violencia doméstica o abuso sexual. Desde el enfoque, cognitivo-conductual, señalan que, sin una intervención adecuada, los esquemas más negativos se refuerzan, dificultando el proceso de rehabilitación (Londoño, 2025).

La mayoría de las intervenciones dentro del sistema penitenciario responden a modelos diseñados para hombres, lo que, limita la efectividad de las estrategias aplicadas a mujeres. Montero y León (2021) señalan que, la necesidad de construir espacios donde las internas puedan resignificar sus historias, fortalecer su autoestima y desarrollar habilidades sociales que, les permitan proyectarse a un futuro fuera del delito.

En contextos como el de la provincia de Tungurahua, donde las internas presentan una actitud colaborativa y baja incidencia de violencia, los estudios proponen trabajar desde modelos de acompañamiento terapéutico centrados en el vínculo, la validación emocional y la autonomía progresiva. Las investigaciones desarrolladas

por Molina y Torres (2022) proponen que, es necesario implementar programas psicoeducativos que, integren el manejo emocional, la toma de decisiones y el fortalecimiento de redes de apoyo, lo cual resulta fundamental en mujeres que, en muchos casos, han sido socializadas en contextos marcados por la dependencia o la exclusión.

1.3. Factores psicosociales en mujeres privadas de libertad

Las mujeres privadas de libertad presentan características psicosociales particulares que, influyen tanto en su conducta como en su proceso de adaptación. Estas características suelen estar ligadas a experiencias previas de exclusión social, pobreza, violencia de género y abandono familiar (Dávila y Guamba, 2022). Desde la psicología social, se reconoce que, estos factores no solo afectan la conducta individual, sino que, también moldean la forma en que, las personas se relacionan con su entorno. Según Bronfenbrenner (2020), el desarrollo humano está determinado por múltiples sistemas (familia, comunidad, instituciones), y en mujeres encarceladas estos sistemas suelen estar deteriorados o ausentes, lo cual genera una vulnerabilidad psicosocial elevada.

Uno de los factores más recurrentes en esta población es la historia de violencia doméstica o abuso en la infancia (Tuya, 2023). Diversos estudios han señalado que, una gran proporción de mujeres privadas de libertad ha sido víctima de agresiones físicas, sexuales o psicológicas antes de cometer algún delito. De acuerdo con Walker y Cortés (2021), estas experiencias traumáticas tienden a generar es que, más cognitivos disfuncionales, baja autoestima y mecanismos de defensa poco adaptativos. En contextos como el centro penitenciario de Tungurahua, donde se promueve la asistencia psicológica, este tipo de antecedentes deben ser abordados con sensibilidad y profesionalismo para evitar la reactivación del trauma y favorecer la resiliencia.

El aislamiento social y la ruptura de vínculos afectivos también representan un desafío emocional importante. Las mujeres, a menudo, asumen el rol de cuidadoras principales de sus familias, y la separación de los hijos suele ser una de las fuentes

de mayor sufrimiento durante su condena, desde la teoría del apego, sostiene que, la ruptura de lazos afectivos significativos puede desencadenar procesos de duelo patológico, ansiedad o depresión (Dos Santos et al., 2023). Por ello, el acompañamiento psicológico dentro de la prisión debe incorporar espacios donde las internas puedan expresar sus emociones, reconstruir vínculos y fortalecer sus capacidades de adaptación emocional.

1.4. Condiciones de vida en prisión

Las condiciones de vida dentro de los centros penitenciarios influyen directamente en el bienestar psicológico y social de las personas privadas de libertad (Hernández, 2022). En el caso de las mujeres, estas condiciones adquieren un matiz especial debido a sus necesidades específicas y a su rol dentro de la sociedad. La prisión femenina en Tungurahua ofrece ciertos recursos que, contribuyen a su estabilidad, como acceso a atención médica, apoyo psicológico, asesoría jurídica y alimentación diaria. Aunque, estos elementos son positivos, no siempre se traducen en un entorno emocionalmente seguro si no existe un enfoque, integrador que, contemple las necesidades reales de cada interna.

El entorno físico y social influye en la conducta y en los estados emocionales. Altman (2021) destaca que, la percepción del espacio, la organización del tiempo y las relaciones con los demás son determinantes en la adaptación del individuo a contextos restrictivos como la prisión. En este sentido, el hecho de que, las mujeres privadas de libertad en Tungurahua puedan movilizarse con relativa libertad, acceder a momentos de recreación y utilizar espacios como la capilla, contribuye a disminuir los niveles de estrés y a mantener una rutina que, favorece su regulación emocional.

No obstante, las condiciones materiales por sí solas no son suficientes para garantizar una vida digna en prisión. Es necesario contar con relaciones interpersonales saludables y con un clima institucional que, promueva el respeto y la empatía, las necesidades humanas no se limitan a lo fisiológico, sino que, incluyen dimensiones afectivas y de autorrealización (Chiclana, 2023).

Además, es importante considerar el tipo de vigilancia presente en el centro. En Tungurahua, la seguridad está a cargo de la Policía Nacional y del SNAI, sin presencia militar, lo que, reduce la exposición de las internas a escenarios violentos o de intimidación. Esta forma de control permite mantener el orden sin generar altos niveles de tensión, lo que, favorece una convivencia más colaborativa. Desde el enfoque, de la psicología institucional, autores como Fernández y Jiménez (2023) subrayan que, el ambiente organizacional y el estilo de liderazgo inciden directamente en la salud mental de las personas internas, por lo que, una gestión humana y profesional puede convertirse en un factor protector.

Proceso de rehabilitación y reinserción social

La rehabilitación y la reinserción social representan los pilares fundamentales del sistema penitenciario moderno, cuyo objetivo no es solo castigar, sino transformar las conductas delictivas y preparar a las personas para una vida productiva fuera de prisión (Maliza et al., 2020). En el caso de las mujeres privadas de libertad en Tungurahua, estos procesos adquieren una dimensión particular, muchas provienen de contextos marcados por la violencia, la pobreza y la exclusión. Brito y Castillo (2021), toda condena debe estar acompañada de un proceso real de rehabilitación que, contemple la historia individual y el entorno psicosocial.

El cambio de conducta y la adaptación a nuevas normas sociales requiere tiempo, acompañamiento emocional y oportunidades reales de crecimiento. Autores como Bandura nos han indicado que, desde la teoría del aprendizaje social, plantea que, las personas pueden modificar sus patrones de conducta si tienen modelos positivos, refuerzos adecuados y espacios seguros donde practicar nuevas habilidades. En este sentido, los centros penitenciarios deben crear entornos donde las mujeres puedan participar en actividades educativas, terapias grupales, y programas de formación para el empleo.

Uno de los aspectos más importantes para la rehabilitación es el fortalecimiento de la autoestima y el empoderamiento personal, el proceso terapéutico debe partir de la aceptación incondicional del otro y del reconocimiento de su capacidad para el

cambio (Macías, Guale y Mera, 2020). Las internas en Tungurahua, que, ya muestran actitudes colaborativas y bajos niveles de violencia, se benefician de intervenciones que, refuercen sus logros, reconozcan su esfuerzo y fomenten una narrativa de vida centrada en la resiliencia. Además, el trabajo psicológico enfocado en la regulación emocional, como el que, se ha aplicado en esta población, permite que, las mujeres gestionen mejor sus impulsos y emociones, reduciendo el riesgo de reincidencia.

Por otro lado, la construcción de redes de apoyo es un componente clave en el proceso de reinserción (Castaño, 2023). Las mujeres privadas de libertad que, cuentan con vínculos familiares, amistosos o comunitarios sólidos tienen más posibilidades de adaptarse positivamente a la libertad. Según López y Ramírez (2022), el apoyo social actúa como un amortiguador frente al estrés postpenitenciario y mejora las condiciones para una adaptación exitosa. En el centro de Tungurahua, se ha promovido el fortalecimiento de estos lazos a través de asesoría jurídica, visitas familiares, y actividades que, fomentan la comunicación y el respeto mutuo.

Aproximaciones conceptuales sobre el apoyo social

Apoyo social

El apoyo social constituye un valor y acción fundamental para establecer las bases de una sociedad equilibrada que, se encamine a la prosperidad puesto que, sería la expresión máxima de humanidad en cada ser que, conforma la comunidad, sea este el que, apoya o recibe apoyo en un flujo constante de roles dentro de un mismo espacio (Arias et al., 2020). Se define como el proceso resultado de la interacción junto a la relación social que, permite a un individuo percibir y experimentar de forma positiva que, forma parte de una red social en la que, es reconocido y apreciado mediante las interacciones que, sostiene (Gutiérrez, Tomás y Pastor, 2021). Entonces, el apoyo social constituiría la red de apoyo de cada miembro de una comunidad o sociedad en la que, el seguimiento y expresiones de aprecio es constante.

Las relaciones sociales son inherentes y únicas en el ser humano, resultan fundamentales para su supervivencia aún en los tiempos modernos pues motivan la acción de cada individuo más allá de lo físico, sino que, a nivel psicoemocional representa un apoyo significativo (Guzmán y Galaz, 2020). La percepción de apoyo social además de sentirse como una red de atención confiable a la que, recurrir si se necesita ayuda, interviene de forma positiva y favorable en los sujetos en el sentido de que, facilita procesos de adaptación y desempeño en las actividades que, realizan día a día (López et al., 2021). Esto implica que, el apoyo social no es solo un conjunto de acciones que, demuestran un cuidado y soporte firme, si no que, representa una motivación subjetiva para cada individuo.

El apoyo social constituye un factor objetivo en el sentido de las acciones que, se llevan a cabo para apoyar a los miembros de una comunidad y subjetivo cuando se hace referencia a la vivencia personal de este apoyo, la perspectiva y sentimiento que, lo acompaña determinando así la experiencia. Quiroga y colaboradores (2022) argumentan que, el apoyo social se refiere a la herramienta más poderosa del ser humano en cuanto a su desarrollo pues es vital para asegurar la calidad de vida de cada individuo a nivel físico, emocional y psicológico pues atiende en comunidad a estos tres niveles. Por esto, esta característica se considera clave para guiar la formación de una sociedad que, funcione en conjunto como una red de apoyo por y para todos.

Dimensiones del apoyo social

Existe cierta discusión acerca de si el apoyo social puede evaluarse por su influencia en distintos factores de la vida diaria y dentro de la misma característica. Para fundamentar de forma más completa la evaluación de la percepción de apoyo social en distintas dimensiones exponemos de qué se trata cada una de estas: Dimensión emocional, se refiere a la provisión y capacidad de recepción de aspectos emocionales como la atención, el afecto, empatía y comprensión; en cuanto a la dimensión instrumental se menciona que, consiste en la ayuda tangible y práctica que, recibe una persona para apoyar la solución de su problema (Hidalgo et al., 2022); el factor afectivo se relaciona netamente con las expresiones

emocionales hacia un tercero y por último, las interacciones sociales positivas que, hace referencia a la disponibilidad para compartir tiempo y experiencias positivas con otras personas (Correa, Fernández y Rosa, 2023). Con estos conceptos establecidos se comprende de mejor manera el apoyo social y su impacto.

Perspectivas teóricas sobre el apoyo social

Se ha expuesto de manera fundamentada la perspectiva que, tiene la sociedad investigadora y común acerca del apoyo social, sin embargo, es necesario explorar la base teórica que, presenta este conjunto de recursos psicológicos como aporte a nuestra comunidad. Calicchio (2023), realiza un análisis del apoyo social desde la perspectiva de la psicología humanista utilizando el argumento de Abraham Maslow como eje principal, menciona en su obra que, este aspecto humano se considera una necesidad que, se presenta desde el nivel de amor y pertenencia pues es la sociedad quien conforma la red de apoyo y acoge al individuo que, así lo necesita conformando un grupo con una identidad propia, percibir este apoyo y protección fortalece la autoestima del sujeto y representa la base para su autorrealización. Es así que, la psicología humanista reconoce al apoyo social como parte fundamental de la sociedad y del ser humano.

Existen otras ramas de la psicología que, han verificado el aporte de este recurso psicológico ofrecido por la sociedad misma y de forma especial los círculos cercanos de cada individuo como familias, medios académicos, amigos, entre otros. Un ejemplo de esto es la psicología positiva enfocada al bienestar del ser humano a parte de su autorrealización; esta perspectiva indica que, el apoyo social influye en los individuos marcando una mayor satisfacción con la vida y niveles de estrés bajo pues ofrece un respaldo psicoemocional en los mismos sin que, el género influya de forma exagerada en la percepción de este respaldo (González, 2021). La existencia o ausencia de este aspecto en la vida de las personas son determinantes en cuestión de salud mental.

Por último, el apoyo social puede presentarse de forma más o menos intensas en distintas partes de la población debido a la cultura que, se maneja. Por ejemplo, la

base del apoyo social es el trabajo y solidaridad comunitaria, culturas individualistas no encontrarían el valor de este factor y podrían promover una distancia afectiva en este sentido, por otro lado culturas más colectivas son más propensas a recibir de forma positiva el apoyo y ayuda social, tienen cierto nivel de aceptación hacia la interdependencia, es así que, la psicología comunitaria desempeña un papel fundamental en la identificación de rasgos dentro de las poblaciones objetivo con el fin de adecuar las intervenciones basadas en estas singularidades de cada comunidad, esta rama reconoce el rol fundamental que, desempeña la cultura en el desarrollo de sus comunidades y el apoyo social como parte del proceso (Chiriboga et al., 2022). Estas ramas de la psicología entonces fundamentan teóricamente el impacto del apoyo social.

Apoyo social como factor protector a nivel social

El apoyo social como ya se ha expuesto cuenta con una validación a nivel tanto teórico como práctico siendo que, desde la perspectiva teórica psicológica formal y desde el conocimiento común práctico de la sociedad se muestra como eje de solidaridad en las comunidades lo que, cual aporta significativamente al desarrollo psicoemocional de cada miembro. González (2021) indica que, la reciprocidad en los intercambios de apoyo social existe beneficios para todos los participantes pues en quienes la reciben funciona como factor protector ante alteraciones mentales y del estado del ánimo, disminuye la sensación de soledad y aumenta la sensación de bienestar; por otro lado, aunque, ofrece apoyo se reconoce a sí mismo como un ser empático, compasivo y capaz, lo que, aporta significativamente a su autoimagen y autoestima. Es por esto que, el apoyo social funciona como un conjunto de recursos que, aporta a la sociedad de forma bidireccional.

El aporte que, realiza la manifestación de conductas de apoyo social va más allá del bienestar psicoemocional de los sujetos, si no que, influye también en su conducta pues, como se ha dicho anteriormente, sentirse amados y respaldados motiva la acción de estos sujetos tanto a su cuidado personal como en su relación con la sociedad. Narváez y Obando (2021), exponen que, el apoyo social es un factor protector en cuanto a la exposición a factores que, predisponen y encaminan

a los individuos a la privación sociocultural, es decir, cuando existe apoyo en las esferas emocional, psicológico, social, instrumental, familiar, entre otros; existe una reducción de comportamientos antisociales, problemas de adaptación y bajo rendimiento. Es decir, mientras existe mayor percepción de apoyo social en los individuos estos tienden a manifestar menos conductas de privación.

Se ha evidenciado el aporte significativo que, representa el apoyo social a nivel personal y social, sin embargo, ese no es su límite pues estas características apoyan de gran manera la protección y garantía de los derechos humanos. La percepción de apoyo social motiva de gran manera a población vulnerable como son mujeres embarazadas y adultos mayores (Castelao et al., 2021; Gonzáles, 2021) quienes posterior a recibir este tipo mejoran en cuanto a su percepción y satisfacción con la vida, disminuyendo la presencia de ideación suicida. Por lo expuesto se resalta el papel del apoyo social en la salud mental de la sociedad en general generando bienestar personal a cada individuo, brinda espacios de convivencia saludables, previene la privación y sostiene la vida de los miembros de la comunidad.

Apoyo social en contextos carcelarios

Si bien se ha expuesto el papel preventivo y conservador que, desempeña el apoyo social en la sociedad en general es necesario explorar su impacto en contextos de encierro, específicamente penitenciarias. En el estudio realizado por Angarita y Rodríguez (2023), se encuentra evidencia de que, en personas privadas de libertad en la Cárcel Modelo de Barranquilla la percepción de apoyo social ha sido baja a lo largo de su vida por lo que, de acuerdo con la teoría, habría llevado a los individuos explorar conductas desadaptativas como el consumo de sustancias psicoactivas, violencia, entre otros. Este enfoque, nos permite entender las posibles consecuencias de un estilo de vida en que, el apoyo social está ausente.

Por otro lado, es necesario mencionar que, la percepción de apoyo social puede representar tanto oportunidades como riesgos en el contexto penitenciario. Si bien la mayor parte de los PPL refieren en los estudios realizados por Castillo, Lashayas

y Oñate (2022) no haber tenido un apoyo social previo al encierro se ha visto una prevalencia en los grupos de reincidencia pues es en estos individuos donde se ha evidenciado un mayor deterioro en las relaciones sociales siendo que, no recibían visitas ni contaron con una red de apoyo que, los recibiera después del proceso carcelario. Esto revela la importancia de atender y trabajar en el factor socio relacional de los PPL con el fin de ofrecer una oportunidad de cambio y reconstrucción positiva de su vida.

Fuentes y formas de apoyo en población penitenciaria femenina

Una vez expuesta la evidencia de la importancia y consecuencias tanto positivas como negativas del apoyo social en la población general y privada de libertad, es necesario hacer énfasis en el segmento poblacional femenino de este último grupo. Las mujeres internas presentan un avance significativo en su bienestar tanto físico como mental cuando han recibido gran apoyo social por parte de sus familiares y amigos cercanos, el efecto contrario se produce cuando hay esta ausencia (Simanca, Macías y Sobczyk, 2021). Así como se ha expuesto un sustento teórico se presenta esta evidencia fruto de la investigación.

Es necesario continuar explorando las evidencias teóricas y prácticas respecto al papel del apoyo social en centros penitenciarios. Para esto recurrimos al análisis de García y colaboradores (2021), quienes mencionan que, en el proceso de tránsito a la libertad y reinserción, esta habilidad prosocial es fundamental pues garantiza en cierto porcentaje el éxito de esta operación en centros penitenciarios de España. Por otro lado, las situaciones de violencia y discriminación en las que, es evidente la falta de apoyo social influyen en el deterioro de la salud mental de las reclusas (Arellano, Morillo y Méndez, 2024). Con esto se concluye que, la influencia del apoyo social se presenta en diversas esferas en la vida de las mujeres privadas de libertad.

Evaluación del apoyo social: MOS

Ante la importancia del apoyo social en el desarrollo personal y comunitario surge la necesidad de evaluar este aspecto, por lo que, surge el Cuestionario MOS de apoyo social – Medical Outcomes Study. Desarrollado por Sherbourne y Stewart en 1991 y traducción al español por Revilla, Luna del Castillo, Bailón y Medina en 2005; la batería tiene el objetivo de evaluar la percepción de una persona acerca del apoyo social que, recibe en dimensiones emocionales, instrumentales, afectivas y de interacción social positiva (García et al., 2022). Estos factores mencionados son vitales para la comprensión efectiva de este fenómeno social.

Es importante también fundamentar de forma teórica la validez de este instrumento de evaluación en población hispanohablante pues en las adaptaciones se pueden perder elementos relevantes de la exploración psicológica. Por ello recurrimos al análisis realizado por Pistolesi y colaboradores (2024), la aplicación realizada por Barajas, Martínez y Cárdenas (2023), y el estudio psicométrico llevado a cabo por García y colaboradores (2022), en conjunto validan el instrumento en sus respectivos países con un nivel aproximado de confiabilidad de .864, determinan un ajuste adecuado a la población. Se concluye entonces que, el instrumento de medición del apoyo social MOS podría resultar útil en población hispanohablante que, requiera evaluación.

Ante la importancia del apoyo social en el desarrollo personal y comunitario surge la necesidad de evaluar este aspecto, por lo que, surge el Cuestionario MOS de apoyo social – Medical Outcomes Study. Desarrollado por Sherbourne y Stewart en 1991 y traducción al español por Revilla, Luna del Castillo, Bailón y Medina en 2005; la batería tiene el objetivo de evaluar la percepción de una persona acerca del apoyo social que, recibe en dimensiones emocionales, instrumentales, afectivas y de interacción social positiva (García et al., 2022). Estos factores mencionados son vitales para la comprensión efectiva de este fenómeno social.

Regulación emocional

La regulación emocional es una de las variables de la salud mental específicamente de la parte socio-emocional de este amplio tema. Se refiere a la capacidad de identificar, manejar y expresar adecuadamente las emociones que, se presentan en el diario vivir de un individuo de forma que, interacción social es positiva (Olhaberry y Sieverson, 2022). Esta habilidad se considera clave para el adecuado desenvolvimiento de los sujetos en el mundo pues permite que, sus conexiones sean saludables, los hace competentes en cada rol que, desempeñan sea familiar, laboral, dentro de lo académico y más importante en el ámbito social pues les permite enfrentar todo tipo de dificultades de forma asertiva y resiliente (Soriano, 2023). Es decir, esta habilidad genera un bienestar constante.

Esta habilidad en cuestión tiene una serie de características que, lo distinguen y de ellas salen sus beneficios. De acuerdo con Donovan (2021), al ser la regulación emocional un proceso, del cual las personas controlan el tipo y la intensidad de las emociones que, experimentan y expresan” (p. 38). Representa una capacidad humana con un desarrollo tanto intrínseco como extrínseco siendo que, incluye el autoconocimiento como primer paso para la identificación de la actividad emocional propia y requiere de cierta competencia para su expresión. Es decir, la principal característica de esta habilidad regulatoria es su impacto tanto a nivel interno de cada individuo que, lo incita a la explorar su mundo interno y la manera en que, lo refleja para relacionarse con otros miembros de la sociedad.

Ahora es importante resaltar algunas de las funciones que, la regulación emocional cumple cuando es desarrollada en los individuos. Donovan (2021), explica que, la habilidad regulatoria apoya significativamente a cada función ejecutiva pues permite que, la actividad sea objetiva, clara y precisa, tal como es el caso de la toma de decisiones, planificación, resolución de problemas, entre otros. Orozco (2022), menciona que, la regulación emocional también tiene un papel como mediador entre las distintas tensiones psicológicas a las que, se enfrenta un sujeto puesto que, regula cada reacción emocional y evita el agravamiento de una

situación. Entonces, la regulación emocional funciona como un factor protector a la vez de mantenedor de la salud mental.

Con lo expuesto se ha resaltado la importancia y rol de la regulación emocional en un individuo para el adecuado curso de su vida, siendo que, es la pieza fundamental para asegurar la calidad y sentimiento de satisfacción con esta; sin embargo, también es necesario conocer de sus efectos especialmente los negativos cuando se encuentran dificultades en esta área. Para el propósito expuesto se considera lo siguiente:

Las dificultades para regular las propias emociones se han asociado a múltiples problemáticas de salud mental, tales como conductas suicidas y autolesivas; el trastorno límite de personalidad (Linehan, 1993); trastornos de ansiedad y depresión (Mikulic et al., 2021; Rahmani et al., 2022; Tao et al., 2022); trastorno por estrés postraumático (Doba et al., 2022), y de trastornos por consumo de sustancias (Messman-Moore y Ward, 2014; Stellern et al., 2023). (March et al., 2023)

Es decir, las dificultades en regulación emocional pueden tener efectos catastróficos para la salud mental de una persona a nivel psicológico, emocional y social al ser que, también dificultaría aspectos fundamentales de la vida diaria debido a su relación con las funciones ejecutivas antes expuestas. La desregulación emocional es entonces un factor de riesgo tanto para el individuo que, presenta la dificultad como del medio en que, se desarrolla por la característica extrínseca y social de esta habilidad que, ya se ha expuesto con anterioridad.

Perspectivas conceptuales sobre la regulación emocional

Si bien ya se han expuesto diversas investigaciones realizadas alrededor del tema de la regulación emocional acerca de su conceptualización, características, funciones y efectos tanto positivos como negativos, es necesario acudir a la literatura formal que, oriente de mejor manera la conceptualización de este importante fenómeno psico-afectivo. Entre las ramas teóricas de la psicología que, se han interesado en esta temática encontramos la cognitivo conductual y humanista, mientras que, también se consideran perspectivas biológicas.

La corriente cognitivo-conductual como su nombre lo indica prioriza los aspectos cognitivos que, inician y/o mantienen una respuesta a nivel conductual. Gómez y Calleja (2017) resumen los resultados hallados en la investigación a través de esta rama acerca de la regulación emocional como un proceso por el cual una situación no genera una emoción por sí misma, son las interpretaciones y cogniciones que, generamos del evento las que, desencadenan la respuesta que, posteriormente generaría la conducta, entonces la regulación emocional no debería centrarse en la parte emotiva, si no, en el pensamiento distorsionado. En síntesis, no existe una regulación emocional como tal, sino una racionalización adecuada de los eventos para que, las emociones respecto a ellos sean acordes.

Los aportes de la corriente humanista con respecto a la regulación emocional son interesantes para la comprensión del fenómeno desde una perspectiva más abierta y comprensiva con las diferencias individuales. Esta perspectiva, según Bilbao (2024) resalta la importancia del contacto con el sí mismo, pues al ser la corriente humanista su enfoque, es personal y constructivista, es decir, cada habilidad, incluyendo la regulación emocional, depende de la construcción que, tiene cada individuo con respecto al mundo que, lo rodea además de sus características naturales individuales. Fomentar la actitud de crecimiento personal, autoaceptación, autoconcepto y autoestima entonces sería la base para construir habilidades de regulación emocional.

Por último, se expone la perspectiva biológica que, se tiene con respecto a la regulación emocional. Desde este eje de investigación encontramos que, de forma natural las emociones constituyen en sí mismas mecanismos autorregulatorios pues es la meta final del ser humano, fisiológicamente hablando, alcanzar y mantenerse en homeostasis, es decir, equilibrio con el fin de optimizar el rendimiento físico, psicológico y cognitivo (Gómez y Calleja, 2017). En este sentido, la perspectiva biológica de la regulación emocional indica que, es un proceso natural en cada individuo que, recibe su potenciación o afectación en la interacción constante con el medio, sin embargo, de algún modo mantiene a los individuos en estados neutros para su adecuado funcionamiento en los distintos ámbitos de su vida.

Estrategias de regulación emocional adaptativas y desadaptativas

Una vez conceptualizada de forma teórica y práctica la regulación emocional es necesario exponer los procesos y manifestaciones que, tiene en la vida diaria de los individuos de acuerdo con las estrategias que, cada uno desempeña siendo estas adaptativas o, por lo contrario, disfuncionales (Schetsche, Gago y Mustaca, 2023). Los métodos de regulación emocional son diferentes para cada individuo pues existen predisposiciones que, afectarían el resultado para cada persona que, las emplea, sin embargo, es posible calificar su efectividad en función del bienestar que, otorga a la propia persona y la ausencia de efectos adversos para el medio social en el que, se desenvuelve.

Si bien la regulación emocional puede entenderse como una variable de la salud mental también presenta variaciones en sí misma por lo que, también dependería de esto las diferencias en cuanto a estrategias de afrontamiento. Arias y colaboradores (2024) mencionan que, existen diversas maneras de abordar una situación desafiante en función al interés, flexibilidad y tendencias del individuo pues hay quienes abordan las emociones que, podrían causar un evento antes de que, este suceda, es decir, tienen una habilidad de proyección significativa además de una tendencia a observarlo todo de forma anticipatoria, otras estrategias involucran la regulación de afectos, defensas psicológicas formadas a lo largo del desarrollo vital, el enfoque, a la emoción, entre otras. Por esto las estrategias específicas de afrontamiento y regulación resultan extensas y variadas en cuanto a proceso, enfoque, y resultados.

Una vez expuestos los factores que, influyen en la elección y aplicación de estrategias de regulación emocional se exponen algunas de las más estudiadas. De acuerdo con Jiménez y Fernández (2022), entre las estrategias que, han dado resultados que, se consideran positivos está la re-focalización positiva en la planificación, cambio de perspectiva, la aceptación y reevaluación cognitiva; por otro lado, aquellas que, de acuerdo a diversos estudios tienen consecuencias negativas para los sujetos y su medio social incluyen la autoculpabilización, culpar a otros, la rumiación, catastrofización, y supresión emocional. En síntesis, existen

diversas estrategias de regulación emocional cuyo uso depende de factores individuales y pueden constituir tanto un factor protector como uno de riesgo en función de los resultados personales y sociales que, conlleva.

Factores de riesgo: Regulación emocional en prisión

Se han expuesto los efectos negativos de las dificultades en la regulación emocional tanto en el individuo como en su medio social, ahora es necesario exponer cómo estos problemas pueden derivar a situaciones de privación de libertad y cómo se desarrollan estas habilidades en este medio marcado por el riesgo. Diversas problemáticas como la drogodependencia, actividad antisocial, conductas autolesivas, agresiones, y otras, tienen el factor común de la disfuncionalidad en cuanto la capacidad de un individuo para regularse emocionalmente (Sánchez, 2021). La regulación emocional sería entonces una necesidad para cada individuo, pues si bien existe una etapa en que, estas dificultades no tienen mayor efecto negativo más allá de la percepción de bienestar podría cronificarse y derivar en problemáticas más serias.

Varias de las problemáticas y motivos de privación de libertad se relacionan con la desregulación emocional, de ahí la importancia de su análisis. El estudio de Granados y colaboradores (2022) indica que, al momento de su ingreso un gran porcentaje de reclusos presentan esta dificultad y a lo largo de su condena el ambiente adverso no favorece al desarrollo de competencias socioemocionales, lo cual podría ser un indicador de riesgo en cuanto a la reinserción social y laboral pues “a mayor desarrollo emocional, menor posibilidad de volver a delinquir una vez insertados en la sociedad” (p. 2). En este sentido, es necesario que, se continúe investigando el fenómeno además de que, resulta notable la necesidad de implementar estrategias de intervención que, apoyen a la solución de esta problemática.

Es de vital importancia conocer el estado real de las competencias emocionales de la población reclusa puesto que, solo con datos reales se pueden extraer conclusiones firmes que, sustenten el accionar de los profesionales. En este

sentido, se puede tomar como referencia el estudio realizado por Granados y colaboradores (2022) en el que, se evalúa la situación socioemocional de una muestra de reclusos de la prisión de Andorra en el que, se obtiene información relevante como el hecho de que, las mujeres privadas de la libertad reciben una menor atención emocional dentro de la penitenciaría, a diferencia de hombres con condenas preventivas y perpetua. Es así que, la salud mental, específicamente la estabilidad emocional, de los reclusos se ve deteriorada con el tiempo como lo indica el estudio realizado en Ecuador por Almeida (2023). Esta información si bien es aislada a una sola sección de la población representa un paso significativo para futuras investigaciones.

Evaluación de la regulación emocional

Existen diversos recursos a través de los cuales es posible evaluar las habilidades en regulación emocional de acuerdo a distintos modelos teóricos y las estrategias utilizadas por cada individuo, esta variación en los enfoques, de evaluación ha sido previamente expuesta. En este sentido, Gómez y Calleja (2017), explican que, la principal diferencia entre los instrumentos de evaluación radica en el objetivo de la exploración, por ejemplo, las baterías psicológicas podrían priorizar aspectos de competencia en regulación emocional, dificultades en el área, presencia de factores determinantes de la habilidad, entre otros aspectos. Por esto, es importante puntualizar el instrumento de evaluación utilizado en el presente proyecto de investigación, el *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) o su versión en español el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ).

Previo al análisis de los aspectos metodológicos y formales del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ), es necesario conocer su estructura, los objetivos que, tiene como instrumento de evaluación y componentes. La mencionada herramienta se presenta en la modalidad de autoinforme conformada por 10 items que, evalúa dos estrategias de regulación emocional cuya justificación se analizará posteriormente, la reevaluación cognitiva y supresión expresiva (Preece et al., 2020). Respecto a estos términos Viziolia y Pagano (2021) los definen como:

La reevaluación implica un cambio a nivel cognitivo, que, modela una situación que, podría desencadenar determinadas consecuencias a nivel emocional. La supresión refiere a la modulación de una respuesta emocional en curso, mediante una inhibición del comportamiento expresivo. Gross (2002) destaca que, deben entenderse las estrategias de RE según su carácter adaptativo y las mismas no deben ser pensadas en términos de estrategias positivas o negativas. (p. 72).

Lo expuesto constituye la estructura y componentes que, conforman el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ). Preece y colaboradores (2020) indican que, las puntuaciones son separadas para ambas estrategias y responden a una escala Likert de 7 puntos, con puntuaciones más altas que, indican un mayor uso de la estrategia correspondiente. El objetivo fundamental que, se puede rescatar del instrumento es el de medir el uso que, las personas toman con respecto a las dos estrategias de regulación expuestas en función de su efecto adaptativo y desadaptativo en su vida diaria para regular sus emociones.

Para el análisis y exposición del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) es necesario explorar literatura acerca de su consistencia interna, fiabilidad y validez en la versión original y en la adaptada al español en distintas poblaciones. El mencionado instrumento fue desarrollado originalmente en el idioma inglés por Gross y John en 2003, se basa en el modelo de proceso de regulación emocional de Gross en 1998, que, clasifica las estrategias de regulación emocional según cuán temprano se activan en el proceso de generación de la emoción, por ello evalúa las dos estrategias de regulación emocional, antes expuestas, la reevaluación cognitiva y supresión expresiva (Preece et al., 2020). Estas serían entonces las bases teóricas y áreas de exploración del instrumento.

Al considerar estos aspectos se puede profundizar en los aspectos formales del Cuestionario. De acuerdo con Preece y colaboradores (2020), el instrumento tiene niveles aceptables de confiabilidad de consistencia interna (Alfa de Cronbach > .70) en una variedad de tipos de muestras y culturas, en el caso del estudio, población australiana; la prueba al ser contrastada con otras que, comparten los objetivos de evaluación demuestra tener validez además de ser confiable al replicar resultados en diversidad de muestras y comunidades. Por estas características el instrumento

es considerado adecuado para la evaluación de la regulación emocional en distintas poblaciones.

El Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) al ser una herramienta importante de evaluación ha sido ampliamente adaptada. De acuerdo con Preece y colaboradores (2020), el instrumento ha tenido alrededor de 33 adaptaciones. Respecto a esto Canales, Bianchi y Vélez (2024) menciona que, “el ERQ parece funcionar bien en múltiples culturas e idiomas; muestra de ello es la validación transcultural realizada por Matsumoto et al. (2008), en la cual participaron personas de 23 países, 5 continentes y 32 idiomas” (p. 4). Esto reafirma la posición del cuestionario como un instrumento de alto valor para la evaluación de regulación emocional.

Una vez analizada la información existente respecto al Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) en su versión original y adaptaciones es fundamental para el presente estudio analizar sus propiedades en la versión dirigida a población hispanohablante. De acuerdo con Pagano y Viziolia (2021), basados en una investigación en población argentina y peruana, esta adaptación muestra los siguientes resultados:

La versión adaptada del ERQ presenta una adecuada validez de contenido (porcentajes de acuerdo entre .80 y 1), una adecuada validez factorial para el modelo de dos factores independientes S-Bc2 (27) = 61.98, NNFI = .91; CFI = .93; RMSEA (.05-.10) = .07, AIC = 7.98, mostrando índices de consistencia interna aceptables (α ordinal = .81 y ω ordinal = .87 para el factor de reevaluación cognitiva; y α ordinal = .71 y ω ordinal = .79 para el factor de supresión expresiva. (p.27).

Esta información confirma la validez del instrumento en población hispanohablante junto con la investigación de Canales, Bianchi y Vélez (2024), que, respaldan estas afirmaciones en población colombiana. A su vez se destaca el estudio de Moreta y colaboradores (2021), que, confirman nuevamente la aplicabilidad de este cuestionario en población ecuatoriana por su alto índice de validez y confiabilidad. Por lo expuesto, la aplicación del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) es justificada en la presente investigación.

Interacción teórica entre apoyo social y regulación emocional

La relación entre apoyo social y regulación emocional ha sido ampliamente investigada en la psicología, especialmente en contextos donde las personas enfrentan altos niveles de estrés y privación, como ocurre en la prisión. Según la teoría del apoyo social de Cobb (1976), el apoyo social puede actuar como un factor protector que, reduce los efectos negativos del estrés, promoviendo un mejor manejo emocional. Este apoyo puede ser de distintas formas: emocional, informativo, instrumental y social, y cada tipo puede influir de manera diferente en cómo las personas regulan sus emociones. En las mujeres privadas de libertad, el acceso a redes de apoyo ya sea de familiares, compañeros o profesionales.

Desde una perspectiva cognitiva, el apoyo social actúa como un recurso que, facilita la regulación emocional, proporciona un espacio donde se validan las emociones y se ofrece orientación sobre cómo manejarlas. La teoría de la reevaluación cognitiva de Gross (2021) sostiene que, el apoyo social puede facilitar el proceso de reinterpretar situaciones emocionalmente intensas, lo que, permite a los individuos lidiar con sus emociones de manera más efectiva. En el contexto de Tungurahua, las mujeres que, cuentan con la presencia de un sistema de apoyo social, como amigos, familiares o el personal del centro, tienen más herramientas para gestionar el estrés y las emociones derivadas de su encarcelamiento.

El modelo de regulación emocional propuesto por John y Gross (2004) sugiere que, la calidad del apoyo social puede determinar la eficacia de las estrategias de regulación emocional que, las personas emplean. Cuando el apoyo es adecuado, las personas tienen más probabilidades de usar estrategias adaptativas, como la reevaluación cognitiva o la aceptación, que, promueven el bienestar. En el centro penitenciario de Tungurahua, el acceso a servicios de salud mental y la posibilidad de interactuar con otros internos de manera regular permiten a las mujeres manejar mejor sus emociones, mientras que, la falta de apoyo o el aislamiento social pueden llevar a un mayor uso de estrategias desadaptativas, como la supresión emocional o la evitación.

Desde una perspectiva biopsicosocial, el apoyo social también puede tener un impacto en la regulación emocional a través de la modulación de la respuesta fisiológica al estrés. El apoyo social reduce la activación de las respuestas de lucha o huida, favoreciendo la respuesta de relajación y control emocional. Como señala Uchino (2021), las interacciones sociales positivas disminuyen los niveles de cortisol, lo que, a su vez facilita la capacidad de gestionar emociones difíciles. En el contexto de la prisión, la existencia de redes de apoyo que, promuevan interacciones sociales positivas puede ser un factor clave para la regulación emocional de las internas.

Mecanismos psicológicos que, vinculan el apoyo social y regulación emocional

El vínculo entre apoyo social y regulación emocional se basa en una serie de mecanismos psicológicos que, permiten la gestión adaptativa de las emociones frente a situaciones estresantes (Milozzi y Marmo, 2022). Uno de los mecanismos más relevantes es la validación emocional, que, ocurre cuando las emociones de un individuo son reconocidas y aceptadas por otros. Según Perlman y Gilmour (2020), este tipo de apoyo emocional fomenta un sentido de comprensión y pertenencia, lo que, facilita la expresión de las emociones sin temor al juicio, promoviendo una regulación emocional más saludable.

Otro mecanismo relevante es la co-regulación emocional, que, ocurre cuando las personas se ayudan mutuamente a regular sus emociones a través de interacciones sociales. A través de este proceso, las mujeres privadas de libertad pueden aprender a manejar sus emociones observando las reacciones y comportamientos de otras personas, especialmente en un ambiente como el carcelario, donde los recursos emocionales son limitados. Según Schaefer y Moos (2022), la co-regulación contribuye a la disminución de respuestas emocionales intensas y favorece la adopción de estrategias de regulación emocional más efectivas, como la reestructuración cognitiva. Este tipo de apoyo social, presente en las interacciones cotidianas dentro del centro, puede ser determinante para ayudar a las internas a adaptarse emocionalmente a su entorno.

La percepción de apoyo social también juega un papel crucial en la regulación emocional. Las personas que perciben tener redes de apoyo adecuadas tienden a experimentar menores niveles de estrés y ansiedad, lo que, a su vez facilita el uso de estrategias emocionales adaptativas. La investigación de Uchino (2021) muestra que, cuando las personas sienten que tienen apoyo emocional disponible, incluso en contextos de adversidad, son más propensas a emplear la reevaluación cognitiva, una estrategia de regulación emocional positiva. En el caso de las mujeres en prisión, la sensación de tener respaldo ya sea por parte de la familia, el personal penitenciario o compañeros, puede marcar la diferencia entre el uso de estrategias adaptativas y la recurrencia a conductas emocionales desadaptativas (Rivera y Añaños, 2021).

Los procesos de aprendizaje social son mecanismos clave en la vinculación entre apoyo social y regulación emocional. Los seres humanos aprenden a regular sus emociones en gran medida observando a los demás, especialmente cuando están expuestos a modelos de regulación emocional efectiva. Bandura (2021) destaca que, el aprendizaje vicario, donde los individuos observan y emulan las conductas de los demás, es esencial en el desarrollo de habilidades emocionales adaptativas. En un entorno carcelario, las mujeres pueden aprender de las estrategias de afrontamiento empleadas por otras internas, lo que favorece la creación de una red de apoyo emocional mutuo que fomente una mejor regulación de las emociones, contribuyendo al bienestar general.

Factores que, modulan la relación entre apoyo social y regulación emocional en el ámbito carcelario

La relación entre apoyo social y regulación emocional en un contexto carcelario está sujeta a la influencia de diversos factores que pueden potenciar o dificultar este vínculo. Uno de los factores más significativos es la ****calidad del apoyo social**** recibido. No basta con tener acceso a redes de apoyo; es fundamental que estas redes ofrezcan apoyo emocional adecuado, empático y constante. La investigación de Cohen y Wills (2020) señala que, el apoyo social de baja calidad, como el apoyo

superficial o inconsistente, puede no tener el efecto protector esperado en la regulación emocional.

Un factor relevante es la percepción del apoyo social. Las mujeres que, perciben tener un apoyo adecuado son más propensas a usar estrategias de regulación emocional adaptativas. Sin embargo, en muchas ocasiones, las internas pueden percibir que, el apoyo disponible no es suficiente o que, es inaccesible debido al estigma asociado a su condición de privadas de libertad. Según Uchino (2021), la percepción de apoyo social puede ser tan importante como el apoyo real, influye directamente en la forma en que, las personas afrontan situaciones emocionales.

La historia personal y el contexto previo de cada interna modulan la relación entre apoyo social y regulación emocional. Mujeres que, han enfrentado situaciones de trauma, abuso o negligencia en su vida previa pueden tener dificultades para confiar en los demás y experimentar el apoyo social de manera efectiva. La teoría del apego de Bowlby sugiere que, las personas con un apego seguro son más receptivas al apoyo social y, por lo tanto, mejor capaces de regular sus emociones de forma positiva. En el caso de las mujeres privadas de libertad en Tungurahua, aquellas que, han sufrido violencia de género o abuso en el pasado pueden tener una relación más compleja con las redes de apoyo y la regulación emocional, lo que, requiere intervenciones terapéuticas específicas para facilitar su adaptación emocional.

El entorno institucional también juega un papel clave en la modulación de esta relación. El ambiente carcelario en sí mismo puede ser un factor de estrés constante, dificultando el uso de estrategias de regulación emocional adaptativas. La estructura de la prisión, las restricciones de movimiento y el control de las actividades diarias influyen en cómo las internas gestionan sus emociones, incluso cuando cuentan con apoyo social. De acuerdo con la teoría ecológica de Bronfenbrenner (2021), los sistemas más amplios, como el entorno penitenciario, influyen directamente en la regulación emocional de los individuos. En este sentido, el contexto en el que, se desarrollan las mujeres privadas de libertad en Tungurahua

puede facilitar o dificultar su capacidad de utilizar el apoyo social para regular sus emociones.

CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLÓGICO

2.1. Metodología de estudio

La metodología de la presente investigación posee un paradigma post-positivista, buscando el comprender la realidad desde la medición objetiva y del análisis de datos, con un enfoque, cuantitativo, en donde se aplica un diseño no experimental de tipo descriptivo, con un alcance correlacional y de corte transversal.

Paradigma

En esta investigación se adopta el paradigma post-positivista, el cual, se manifiesta con un mayor alcance y evolución del positivismo clásico. Este paradigma, se considera que, la realidad es objetiva y existe de forma independiente al investigador, por lo que, su observación y experimentación controlada llega a nuevos alcances y descubrimientos, utilizando métodos cuantitativos y basándose en leyes universales. Según Fiveable (2022), el post-positivismo acepta que el conocimiento no es definitivo, lo que, genera múltiples métodos y perspectivas que se acercan a la realidad.

Este paradigma, acepta y valida el conocimiento y apuesta por la influencia de cada investigador y el poder descubrir más información desde el método científico, su premisa se basa en que, cada aproximación hacia más información nunca será en su totalidad.

Diseño de investigación

El diseño de la presente investigación es no experimental, se fundamenta en la observación de diversos fenómenos independientemente del contexto y son estudiados sin la intervención directa del investigador, manteniendo la dinámica de cada variable. Este tipo de diseño permite las características de las variables de estudio y analizar las posibles relaciones existentes entre ellas.

Enfoque

En la presente investigación se utilizó un enfoque, cuantitativo, caracterizado por su orientación objetiva, empírica y sistemática en el análisis de datos numéricos. Este enfoque, se orienta en la recopilación y análisis datos cuantificables, dando lugar a: datos estadísticos, establecer relaciones de cada variable, contraste de hipótesis, relaciones de casualidad y demás.

Este enfoque, tiene un proceso lineal y estructurado, empezando desde la delimitación del problema y avanzando de manera ordenada hasta los resultados. Al proceder de esta manera se abre la posibilidad de generar conocimiento válido y confiable sobre poblaciones amplias y sus características. De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2014), el enfoque, cuantitativo su sustenta en su objetividad al recorrer un proceso deductivo, donde se prueban hipótesis por medio de datos numéricos que, permite su consistencia de los resultados obtenidos.

Alcance

Nos enmarcamos en un alcance descriptivo-correlacional, óptimo para el análisis de las variables de estudio y su comprensión de la manera que llegan a relacionarse entre sí. Por un lado, a nivel descriptivo se busca detallar cada característica de las variables y así comprender a mayor profundidad como se da cada fenómeno desde el contexto de estudio. Por otra parte, el alcance correlacional identifica el grado de asociación entre las variables involucradas. En este sentido, Gómez Chipana (2020) nos indica que, los estudios correlacionales buscan el nivel de asociación de cada variable involucrada y como al ser independientes y no manipuladas nos arroja datos reales y su funcionamiento en contextos reales.

Por lo que, se facilita el estudio en su ambiente natural y observar el vínculo que, ocurre entre variables, esto representa una estrategia metodológica que, para el investigador abre la posibilidad de analizar el fenómeno en su realidad más pura, identificando patrones de asociación, que, al estudiarse cada uno de forma independiente, no se encontraría su relación ni correcto funcionamiento. De

acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2022) los estudios correlacionales, identifican el grado de relación que, mantiene cada variable y así crear una perspectiva de comportamientos desde varios contextos y como su dinámica puede ser determinado por cada fenómeno.

Corte de investigación

La presente investigación se desarrolla bajo un diseño de corte transversal, reconocido por su capacidad de describir y analizar fenómenos en una situación determinada. Según Rodríguez (2018) cuando el diseño transversal se aplica a nivel individual cumple una doble función, dando paso a ser descriptivo al detallar su población y examina la frecuencia con la que se manifiesta algunas condiciones, mostrándose como una alternativa versátil para la investigación.

En la misma línea, Manterola y Otzen (2023) sostienen que, los estudios transversales, identifican la prevalencia de un fenómeno y establecen posibles asociaciones entre variables en un momento y lugar específico, lo cual, es útil para la toma de decisiones. Gómez (2021) destaca la naturaleza no experimental del diseño transversal, recordando que, el investigador no manipula las variables, sino que, las observa en su estado natural, garantizando un diagnóstico inmediato de la situación.

Finalmente, como puntualiza Medwave (2019), este diseño permite obtener datos de prevalencia y establecer asociaciones preliminares entre variables, lo que, es fundamental para la generación de hipótesis. Aunque, carece de direccionalidad temporal y no permite establecer causalidad, el corte transversal cumple una función esencial: ofrece una visión panorámica y representativa de la realidad en un instante determinado.

2.2. Técnicas y herramientas de recolección de datos

En la presente investigación se ha determinado el uso de técnicas, entre ellas la encuesta, observación científica y la aplicación de pruebas psicométricas. Asimismo, se usó la respectiva ficha socio demográfica como instrumento de apoyo para comprender el contexto social de la población estudiada.

Finalmente, para la medición de cada variable, se aplicó el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) y Cuestionario de Apoyo Social (MOS), permitiendo obtener información válida y confiable para el análisis de los resultados.

Técnicas

Encuesta

La encuesta es de las técnicas más empleadas en la investigación científica para recolectar información de forma directa de una población o muestra específica mediante preguntas estructuradas. A través de cuestionarios autoaplicados (digitales o impresos) o entrevistas estructuradas, captando conductas, actitudes y opiniones sobre un tema de estudio.

Diversos autores, su importancia radica en que, permite recopilar datos cuantificables que, pueden transformarse en información analizable estadísticamente, haciendo posible el describir tendencias y estimar relaciones entre variables (Sánchez y Sánchez, 2024). Cuando las encuestas son correctamente diseñadas y aplicadas, ofrecen niveles aceptables de confiabilidad y validez aceptables, lo que, respalda su uso en estudios cuantitativos (Salvador, 2021).

En el contexto de la presente investigación, esta técnica fue adaptada al tipo de población objeto del estudio. Se considera adecuada porque, permite recolectar de manera estandarizada datos homogéneos en un período relativamente corto, lo cual optimiza recursos de tiempo y costos. La estandarización facilita el procesamiento y análisis de los datos cuantitativos obtenidos, lo que, a su vez permite generar conclusiones válidas en relación con los objetivos de la investigación.

Psicométrica

La psicometría está enfocada en el diseño, validación y aplicación de instrumentos de medición que, permiten evaluar de manera objetiva variables psicológicas como: personalidad, inteligencia, estados emocionales o apoyo social. El propósito de esta

disciplina es garantizar que, los instrumentos empleados sean confiables y válidos, proporcionando resultados consistentes, midiendo de forma precisa los constructos evaluando (Anastasi y Urbina, 1998). En este sentido Muñiz (2010), señala que la psicometría aporta elementos técnicos necesarios para la construcción de pruebas y evaluación de sus propiedades métricas, referente a la fiabilidad y la validez.

En la investigación, la utilización de pruebas psicométricas permite asegurar la calidad de los datos recolectados. Para ello se aplicaron dos instrumentos: el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ), diseñado por Gross y John (2003), que, evalúa estrategias de regulación emocional como la reevaluación cognitiva y la supresión expresiva; y el Cuestionario de Apoyo Social MOS, desarrollado por Sherbourne y Stewart (1991), el cual mide el apoyo social como una persona recibe desde su entorno social como es familiares, amigos, pareja o compañeros del ámbito laboral o social. Ambos instrumentos cuentan con adecuados niveles de validez y fiabilidad en diversos contextos de investigación, justificando su aplicación en el presente estudio.

Observación científica

La observación científica es una técnica fundamental en la investigación, implica el registro y la descripción de fenómenos de estudio de forma sistemática, controlada y objetiva con el propósito de obtener la mayor cantidad y calidad posible de información. Su aplicación resulta esencial para fortalecer la objetividad de los estudios, dado que, permite al investigador aproximarse directamente a la realidad empírica. Según Díaz (2010), define a la observación como una técnica mediante la cual se examina un fenómeno y se extrae información y se registra con el fin de analizarla posteriormente.

De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2014), la observación científica se caracteriza por su planificación, sustentando criterios claros que, guían al investigador a evitar sesgos y asegurar la confiabilidad de sus datos. En esta misma línea, Kerlinger y Lee (2002) señalan que, el observar con fines científicos no se limita con solo “mirar”, sino que requiere de procedimientos rigurosos y de instrumentos que, permitan la precisión en el registro.

El uso de esta técnica brinda la posibilidad de obtener datos fiables, verificables y relevantes, para complementarse con otros métodos como la encuesta o las entrevistas. La observación favorece la comprensión detallada del fenómeno en su contexto natural, fortaleciendo la validez de los resultados y su evidencia sólida al análisis científico.

Herramienta

Ficha sociodemográfica

La ficha sociodemográfica es un instrumento fundamental en el proceso de investigación científica, permite recolectar información básica sobre características personales, sociales y contextuales de los participantes. Permitiendo contextualizar los datos y comprender el perfil de la población estudiada, aportando una base sólida para el análisis de sus variables. Generalmente, suele incluirse: edad, género, nivel educativo, estado civil, ocupación, entre otros, los cuales pueden incidir en los resultados y en la interpretación de los hallazgos.

De acuerdo con Ravelo (2013), la descripción de factores sociodemográficos es necesaria para comprender a la población estudiada, puesto que, estas características pueden influir en las variables de investigación. Hernández, Fernández y Baptista (2014) señalan que, el registro de información sociodemográfica permite establecer relaciones entre los atributos de la población y las variables de interés, fortaleciendo su validez.

En el caso de la presente investigación, la ficha sociodemográfica cumple la función de caracterizar de forma correcta a la muestra, lo que, posibilita identificar patrones, segmentar información y establecer vínculos entre los datos personales y las variables estudiadas.

Instrumento

Cuestionario De Regulación Emocional (ERQ)

El Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) se encuentra compuesto por 10 ítems, diseñado para evaluar la frecuencia con la que las personas emplean distintas

estrategias a nivel de regulación emocional. Los ítems poseen dos subescalas: reevaluación cognitiva, conformada por los ítems 1, 3, 5, 7, 8 y 10, y supresión expresiva 2, 4, 6 y 9 (Pagano & Vizioli, 2021). Cada reactivo responde mediante una escala Likert de siete puntos, que va desde 1 (“totalmente en desacuerdo”) hasta 7 (“totalmente de acuerdo”). La puntuación de cada subescala se obtiene sumando los ítems correspondientes, de modo que valores más altos indican una mayor frecuencia en el uso de la estrategia evaluada.

El propósito de este cuestionario es identificar la frecuencia con la que las personas utilizan dos estrategias específicas de regulación emocional. La reevaluación cognitiva, es el proceso de reinterpretar una situación para modificar su impacto emocional, mientras que la supresión expresiva consiste en inhibir la manifestación externa de las emociones. Estas estrategias representan distintos estilos de afrontamiento emocional ante el diario vivir.

La interpretación de los resultados, en la subescala de reevaluación cognitiva se consideran puntuaciones bajas entre 6 y 23, medias entre 24 y 30 y altas entre 31 y 42. Por su parte, en la subescala de supresión expresiva, las puntuaciones bajas se ubican entre 4 y 11, las medias entre 12 y 16 y las altas entre 17 y 28. Las puntuaciones deben analizarse de manera independiente para cada subescala, considerando la media y la distribución de la muestra evaluada. Puntuaciones elevadas en reevaluación cognitiva se asocian con mayor bienestar psicológico, regulación emocional más efectiva y mejor adaptación social; en contraste, niveles altos de supresión expresiva se relacionan con mayor malestar emocional, dificultades interpersonales y mayores niveles de estrés.

Desde el punto de vista histórico, el ERQ fue desarrollado por Gross y John, su objetivo es evaluar estrategias de regulación emocional. Posteriormente, Cabello, Salguero, Fernández-Berrocal y Gross (2013) realizaron la adaptación del cuestionario al español, conservando su estructura original y evaluando sus propiedades psicométricas en una muestra española. Los resultados evidenciaron niveles adecuados de consistencia interna, permitiendo respaldar su uso en contextos de habla hispana.

Si bien no existe una adaptación específica del ERQ para el contexto ecuatoriano, investigaciones recientes, como la de López y Pérez (2022), han aplicado la versión española en estudiantes universitarios ecuatorianos. En dicho estudio se confirmó la estructura bifactorial del instrumento y se reportó una fiabilidad elevada ($\omega = 0.86$), lo que respalda la validez del cuestionario para esta población.

Referente a las propiedades psicométricas, se han reportado coeficientes alfa de Cronbach de 0.75 para la subescala de reevaluación cognitiva y de 0.81 para la subescala de supresión expresiva, confirmando una adecuada consistencia interna. De manera complementaria, López y Pérez (2022) evaluaron la validez del ERQ mediante un modelo bifactorial en población ecuatoriana, obteniendo índices de ajuste favorables (CFI = 0.985; RMSEA = 0.065) y una fiabilidad omega total de 0.86, lo que reafirma la utilidad a nivel del Ecuador.

Cuestionario de Apoyo Social (MOS)

El Cuestionario de Apoyo Social MOS (MOS Social Support Survey – MOS-SSS), desarrollado originalmente por Sherbourne y Stewart (1991) en el marco del Medical Outcomes Study en Estados Unidos, con el objetivo de evaluar la percepción del apoyo social que poseen las personas en su vida cotidiana. Este instrumento es uno de los más utilizados a nivel internacional por su claridad, versatilidad y propiedades psicométricas.

Posteriormente, el cuestionario ha sido adaptado y validado en distintos países de habla hispana, confirmando su estructura y consistencia interna. En el caso de contextos latinoamericanos, investigaciones recientes han reportado niveles satisfactorios de validez y fiabilidad, lo que respalda su aplicación en diversas poblaciones clínicas y no clínicas (Costa et al., 2015; Rodríguez et al., 2017).

El MOS tiene como propósito medir la percepción de apoyo social funcional, evaluando con qué frecuencia los participantes consideran que pueden contar con otras personas en diferentes situaciones.

El instrumento está compuesto por 6 ítems que se responden mediante una escala tipo Likert de 6 puntos, donde 1 corresponde a “muy insatisfecho” y 6 a “muy

satisfecho”. Las puntuaciones se obtienen sumando todos los ítems y dividiéndolos entre el número total de ítems; mientras más elevada sea la puntuación, mayor es la percepción de apoyo social.

2.3. Población, muestra y muestreo

Población

La población objetivo del presente estudio estuvo integrada inicialmente por 658 mujeres privadas de libertad del Centro de Privación de Libertad (CPL) de Tungurahua N.º 1. El acceso a esta población se viabilizó a través del convenio interinstitucional suscrito entre la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Sede Ambato y el Ministerio de Defensa. De igual manera, se remitió un oficio oficial a la dirección del centro, solicitando la respectiva autorización para la ejecución de la investigación.

Como parte del procedimiento, se llevó a cabo una socialización directa del proyecto con las participantes, a fin de explicar sus alcances y obtener el consentimiento informado de manera personal y escrita, requisito previo a la aplicación de los instrumentos. Sin embargo, tras considerar los criterios de inclusión definidos por el estudio, la población final quedó constituida por 249 participantes.

Las mujeres seleccionadas presentan edades comprendidas entre los 18 y 65 años, rango que, se ajusta a los lineamientos de los instrumentos aplicados, diseñados para el estudio de variables psicológicas en adultos. Finalmente, la información sobre la composición de la población fue verificada y facilitada por la psicóloga institucional del centro, garantizando de este modo la representatividad y validez de los datos empleados en la investigación.

Muestra

En la presente investigación, la muestra estuvo integrada por 249 mujeres privadas de libertad del Centro de Privación de Libertad (CPL) Tungurahua N.º 1, provenientes de diferentes pabellones. La recolección de la información se realizó durante un período de dos semanas en el mes de abril de 2025, en los horarios

previamente autorizados por el personal de la institución y cumpliendo con los protocolos éticos.

La administración de los instrumentos se efectuó de manera presencial y grupal, tomando en cuenta la disponibilidad de las internas y procurando respetar su tiempo. El tiempo estimado de aplicación fue de aproximadamente 20 a 30 minutos, lo que permitió desarrollar el proceso de evaluación de forma ordenada, eficiente y acorde a la dinámica institucional.

Muestreo

En este estudio se empleó un muestreo no probabilístico de tipo intencional o por conveniencia, en el cual la selección de las participantes estuvo condicionada por la facilidad de acceso a la población y por las particularidades del contexto de investigación. Para ello, se establecieron criterios de inclusión definidos, considerando a mujeres mayores de edad, privadas de libertad en el CPL Tungurahua N.º 1, que contaran con un nivel básico de escolaridad que les permitiera comprender adecuadamente los instrumentos aplicados, que aceptaran participar de manera voluntaria mediante la firma del consentimiento informado, y que recibieran la evaluación de forma presencial, directa y aplicada físicamente.

Caracterización de la muestra

De acuerdo a la caracterización de la población seleccionada, se presentan los datos socio demográficos obtenidos con el fin de lograr describir las diversas características de la población. Asimismo, han sido clasificados en este orden: caracterización sociodemográfica personal, a nivel de salud, familiar y del delito.

Tabla 1. Caracterización sociodemográfica

Variables	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Edad	249	20,00	73,00	39,3213	11,85978
Nacionalidad			Fr		%
Ecuatoriana			217		87,1
Española			22		8.8
Venezolana			4		1.6
Colombiana			6		2.4
Estado Civil			Fr		%
Soltera			131		52.6
Casada			54		21.7
Unión Libre			30		12.0
Divorciada			23		9.2
Viuda			11		4.4
Nivel de estudios			Fr		%
Sin estudios			13		5.2
Primarios			73		29.3
Secundarios			110		44.2
Superiores no universitarios			27		10.8
Universitarios			25		10.0
Master			1		0,4
Situación laboral antes de prisión			Fr		%
Desempleada			45		18.1
Labores de hogar			74		29.7
Trabajo tiempo parcial			59		23.7
Jubilada			3		1.2
Estudiante			25		10.0
Trabajo tiempo completo			43		17.3

Fuente: elaboración propia.

Al analizar las características sociodemográficas de la muestra, este nos permite comprender el contexto de vida de las participantes que mantienen un régimen carcelario. En relación con la edad, la mayoría de las mujeres se encuentran en la etapa media de la adultez, momento vital donde se consolida experiencias personales, familiares o sociales.

En la nacionalidad, se evidencia mayor predominio de mujeres ecuatorianas, permitiendo que los resultados del estudio se sitúen dentro del contexto sociocultural del Ecuador.

A nivel del estado civil, observamos, una cantidad considerable de participantes que no han establecido un vínculo matrimonial formal, entendiendo que cada situación familiar es distintiva al igual que cada condición social.

En cuanto al nivel educativo, en su mayoría han alcanzado estudios a nivel secundario, a su vez, se registra participantes con educación primaria. Para

finalizar, se considera la situación laboral antes del ingreso al centro penitenciario, la mayoría de las participantes se dedicaban a tareas del hogar o trabajos de tiempo parcial, eran las encargadas del cuidado del hogar.

Tabla 2. Caracterización sociodemográfica: Salud

Variables		
Tienes problemas de salud mental diagnosticado	Fr	%
Si	23	9.2
No	225	90.4
Recibe tratamiento para salud mental	Fr	%
Si	5	2.0
No	241	96.8
Psicoterapia	2	0.8
Psiquiátrico	1	0.4
Tipo de condición mental	Fr	%
Ninguna	230	92.4
Depresión	6	2.4
Esquizofrenia	4	1.6
Bipolaridad	2	0.8
Tienes problemas de salud física	Fr	%
Si	33	13.3
No	191	76,7
Diabetes	4	1.6
Problemas articulares	3	1.2
Hipertensión	2	0.8
Recibe tratamiento para salud física	Fr	%
Si	19	7.6
No	226	90.8
Farmacológico	4	1.6
Discapacidad oficialmente reconocida	Fr	%
Si	12	4.8
No	237	95.2

Fuente: elaboración propia.

A nivel de salud mental, la gran mayoría de las mujeres privadas de libertad no manifiestan o reportan un diagnóstico psicológico previo. En cuanto a si reciben tratamiento por salud mental, solo un número reducido de mujeres se encuentran recibiendo atención a nivel psicológico.

Respecto al tipo de condición mental en esta población, los diagnósticos registrados son: depresión, esquizofrenia y trastorno bipolar, los cuales, representan una proporción mínima de la muestra.

Con los problemas de salud a nivel físico, se muestra que las mujeres no presentan afecciones importantes, sin embargo, existen necesidades médicas, aunque no sean de mayor relevancia. Al ser una pequeña fracción que reporta problemas físicos reciben en su mayoría medicación.

Y finalmente, respecto a la discapacidad oficialmente reconocida, casi todas señalaron no contar con ninguna discapacidad registrada, siendo pocos los casos que se reportan.

Tabla 3. Caracterización sociodemográfica: Familiar

Variables Sociodemográficas		
Es madre	Fr	%
Si	224	90,0
No	25	10,0
Edad promedio de todos los hijos	Fr	%
0	24	9,6
1-12 meses	8	3,6
1-10 años	73	29,3
11-20 años	77	30,9
21-30 años	38	15,3
31-40 años	13	5,2
41-50 años	6	2,4
Tutela hijos	Fr	%
Ninguno	23	9,2
Si	132	53,0
No	93	37,3
Edad madre primer hijo	Fr	%
10-20 años	180	72,3
21-30 años	38	15,3
31-40 años	6	2,4
Convivía con sus hijos antes de prisión	Fr	%
Ninguno	21	8,4
Si	190	76,3
No	37	14,9
Sus hijos la visitan	Fr	%
Ninguno	22	8,8
Si	158	63,5
No	69	27,7

Fuente: elaboración propia.

En el ámbito de la maternidad, se evidencia que la mayoría de las mujeres, son madres, permitiendo identificar este rol como una característica predominante en esta población. En cuanto a la edad de los hijos, se encuentran principalmente en etapas de la infancia y adolescencia.

La tutela de los hijos, una cantidad considerable de mujeres mantienen la custodia de al menos uno de sus hijos, reflejando permanencia de vínculos a nivel familiar a pesar de encontrarse en un estado de reclusión.

De igual manera, la edad de inicio de maternidad en esta población tiene a ser temprano en un número grande de casos, antes del ingreso al centro penitenciario, la mayoría convivía de forma directa con sus hijos, manteniendo una relación cercana. Por lo que, varias mujeres reciben visitas continuas de sus hijos, manteniendo lazos afectivos.

Tabla 4. Caracterización sociodemográfica: Delito

VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS	Fr	%
Delito ingreso actual		
Droga	138	55.4
Homicidio	12	4.8
Delincuencia organizada	19	7.6
Robo	31	12.4
Asesinato	16	6.4
Tiempo de sentencia		
1-12 meses	54	21.7
1-5 años	107	43.0
6-10 años	33	13.3
11-15 años	13	5.2
16-20 años	17	6.8
21-30 años	10	4.0
31-40 años	13	5.2
Tiempo en prisión después de la última condena		
1-12 meses	104	41.8
1-5 años	106	42.7
6-10 años	30	12.1
11- 20 años	8	3.2
Es primera vez en prisión		
Si	169	67.9
No	78	31.3
Tiene o ha tenido familiares en prisión		
Si	114	45.8
No	126	50.6
Indicar parentesco		
Ninguno	128	51.4
Padre	8	3.2
Madre	6	2.4
Hermanos	39	15.7
Pareja	10	4.0
Hijos	12	4.8
Tíos	12	4.8
Primos	11	4.4

Fuente: elaboración propia.

En relación con el delito por el cual ingresaron, la mayoría de las mujeres se encuentran cumpliendo su condena por infracciones relacionadas a sustancias sujetas a fiscalización, en menor proporción, de identifican delitos como robo y participación en delincuencia organizada. Por lo que, su tiempo de sentencia, son de carácter breve o intermedio, entendiéndose que está vinculado al tipo de infracción cometido.

Por otro lado, se observa también el tiempo que han permanecido en prisión tras su última condena, se identifica un grupo de mujeres entre uno a cinco años, sugiriendo una permanencia constante en el centro penitenciario.

Si consideramos, que se trata de su primer ingreso a prisión, existe un número importante de mujeres, pudiendo generar problemas de convivencias y adaptación a esta realidad.

Por último, en cuanto a la presencia de antecedentes familiares de privación de libertad, se manifestó una proporción relevante de participantes que tienen familiares en la misma condición de privación de libertad.

CAPÍTULO III. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Análisis de normalidad apoyo social y regulación emocional

Tabla 5. Prueba de normalidad Kolmogórov-Smirnov

	Estadístico	Gl	Sig.
Total de Regulación Emocional	0,142	249	,000*
Revaluación Cognitiva	0,159	249	,000*
Supresión Expresiva	0,154	249	,000*
Total de Apoyo Social	0,174	249	,000*

Fuente: elaboración propia

En la tabla 5 se realiza la prueba de normalidad Kolmogórov-Smirnov, donde se evidencia que las variables de regulación emocional total, revaluación cognitiva, supresión expresiva y total de compasión no presentan una distribución normal, puesto que se registran niveles de significancia inferiores a .05 ($p=000$). La marcada variabilidad observada en la regulación emocional sugiere que las mujeres privadas de libertad tienen dificultad para expresar emociones, lo cual incrementa la vulnerabilidad psicológica en contextos penitenciarios. Del mismo modo, las diferencias en compasión total reflejan contrastes en la capacidad de empatía y autocompasión, mismos que son clave para una adecuada adaptación emocional.

3.2. Análisis descriptivo de las variables

En el presente apartado se desarrollará un análisis descriptivo de los resultados obtenidos mediante el Cuestionario de Apoyo Social (MOS) y el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ), aplicados a una muestra de mujeres privadas de libertad. Para este fin, los ítems se organizaron conforme a sus respectivas dimensiones, lo cual permitió identificar los niveles de apoyo social percibido y las estrategias predominantes de regulación emocional en esta población.

Asimismo, a partir de los datos recolectados en el contexto penitenciario femenino, se llevó a cabo un análisis descriptivo de tipo correlacional. Por consiguiente, las tablas que se presentan a continuación incluyen los valores de mínimo (Min), máximo (Max), media (M) y desviación estándar (DE), lo cual facilita una comprensión integral de los resultados.

Tabla 6. Análisis descriptivo de los ítems del Cuestionario de Apoyo Social (APS)

Ítems	Min	Max	M	DE
Cuenta con alguien para distraerse de sus preocupaciones	0	16	2,63	2,23
Cuenta con alguien para sentirse más relajado	0	16	2,57	2,36
Tiene alguien que le acepte totalmente	0	16	3,18	3,22
Cuenta con alguien para cuidarle	0	16	2,94	2,66
Tiene alguien que le ayude cuando está deprimido	0	16	2,69	2,45
Tiene alguien que le consuele cuando esta disgustado	0	16	2,51	2,30

Nota: 249 observaciones; M: media aritmética; DE: Desviación Estándar; Min: mínimo; Max: máximo:

En la tabla 6 se encuentran los ítems correspondientes al Cuestionario de Apoyo Social (APS), los cuales evidencian diferencias relevantes en cuanto al apoyo social en mujeres privadas de la libertad. El ítem con la media más alta ($M=3.18$) corresponde a "Tiene alguien que le acepte totalmente", lo que indica que una parte de la población percibe aceptación incondicional como principal fuente de apoyo, aunque se evidencia una dispersión de ($DE= 3.22$), lo que evidencia experiencias heterogéneas. En el mismo sentido, el ítem "Cuenta con alguien para sentirse más relajado" presenta una media moderada ($M=2.57$), esto sugiere que existe una limitada fuente de apoyo al tratarse de reducción del malestar emocional. Por otro lado, el ítem "Tiene alguien que le consuele cuando esta disgustado" muestra la media más baja ($M= 2.51$), esto evidencia una carencia en el apoyo emocional en situaciones de aflicción. Dichos resultados resaltan la fragilidad de las redes de apoyo dentro de un contexto de privación de libertad y su impacto real en el bienestar psicológico.

Tabla 7. Análisis descriptivo de los ítems del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ)

Ítems	Min	Max	M	DE
Cuando quiero incrementar mis emociones positivas cambio tema	1	7	5,10	2,28
Guardo mis emociones para mí mismo	1	7	5,30	2,14
Cuando quiero reducir mis emociones negativas	1	7	5,29	
Cuando estoy sintiendo emociones positivas tengo cuidado	1	7	4,82	2,12
Cuando me enfrento a una situación estresante	1	7	5,71	2,41
Controlo mis emociones no expresándolas	1	7	5,04	1,97
Cuando quiero incrementar mis emociones positivas cambio mi manera de pensar	1	7	5,46	2,22
Controlo mis emociones cambiando mi forma de pensar sobre la situación				
Cuando estoy sintiendo emociones negativas me aseguro	1	7	5,44	2,13
Cuando quiero reducir mis emociones negativas cambio mi manera de pensar	1	7	5,50	2,03
N válido (por lista)	1	7	5,46	2,07

Nota: 249 observaciones; M: media aritmética; DE: Desviación Estándar; Min: mínimo; Max: máximo:

En la tabla 7 se presenta los resultados del análisis descriptivo de los ítems correspondientes al Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ), aplicado a una muestra de mujeres privadas de libertad. En esta se incluyen los valores de mínimo (Min), máximo (Max), media (M) y desviación estándar (DE), lo cual permite examinar la tendencia central de las respuestas, así como el grado de variabilidad entre las participantes.

De manera general, las medias obtenidas se ubican en rangos moderados y altos, lo que sugiere una presencia significativa de estrategias de regulación emocional en esta población. En particular, los ítems vinculados con el cambio en la forma de pensar para modificar la intensidad de las emociones, tanto positivas como negativas, muestran valores elevados, lo que evidencia una inclinación hacia el uso de la reevaluación cognitiva como recurso principal para manejar las experiencias emocionales.

Por otra parte, los ítems relacionados con la inhibición de la expresión emocional, tales como “Guardo mis emociones para mí mismo” y “Controlo mis emociones no expresándolas”, también registran medias relevantes. Esto indica que una parte importante de las participantes recurre a la supresión emocional como estrategia de afrontamiento, lo cual podría asociarse con las condiciones propias del contexto penitenciario.

En cuanto a la dispersión de los datos, las desviaciones estándar reflejan una variabilidad moderada en las respuestas, lo que pone en evidencia diferencias individuales en el modo en que las participantes regulan sus emociones. Este resultado sugiere que, aunque existen tendencias generales, no todas emplean las mismas estrategias con igual frecuencia o intensidad.

Finalmente, el número de casos válidos ($N = 249$) permite considerar estos hallazgos como consistentes y representativos dentro de la muestra analizada.

3.3. Análisis correlacional

Tabla 8. Análisis correlacional por dimensiones

	Revaluación Cognitiva	Supresión expresiva	Apoyo social
Reevaluación Cognitiva	1	,760**	,293**
Supresión expresiva		1	,264**
Apoyo Social			1

Nota: Información obtenida de la investigación y procesada en el programa SPSS

Fuente: elaboración propia.

La Tabla 8 muestra los resultados del análisis de correlación entre las dimensiones de la regulación emocional, reevaluación cognitiva y supresión expresiva, y el apoyo social percibido, a partir del coeficiente de Pearson.

Se identificó una relación positiva y significativa entre la reevaluación cognitiva y la supresión expresiva ($r = ,760$; $p < .01$), lo que indica que ambas estrategias tienden a presentarse de manera conjunta en la muestra. Asimismo, se observó una correlación positiva de baja magnitud entre la reevaluación cognitiva y el apoyo social ($r = ,293$; $p < .01$), lo que sugiere que un mayor uso de estrategias cognitivas se asocia con una mayor percepción de apoyo.

De igual forma, la supresión expresiva mostró una relación positiva y significativa con el apoyo social ($r = ,264$; $p < .01$), aunque con menor intensidad. En conjunto, estos resultados evidencian asociaciones relevantes entre la regulación emocional y el apoyo social en esta población.

3.4. Planteamiento de la hipótesis

Ho: No existe relación entre el apoyo social y la regulación emocional en las internas del Centro de Rehabilitación Social Femenino Tungurahua N1

Hi: Existe relación entre el apoyo social y la regulación emocional en las internas del Centro de Rehabilitación Social Femenino Tungurahua N1

CONCLUSIONES

- Se establece que el apoyo social y la regulación emocional mantienen una relación estrecha y significativa en las internas del Centro de Rehabilitación Social Femenino Tungurahua N1, evidenciando que ambas variables interactúan de una manera dinámica, desde su diario vivir y su experiencia desde el encierro. Esta relación, sugiere que las mujeres cuentan con redes de apoyo más sólidas, presentan mayores recursos para modular y expresar sus emociones de su forma adaptativa, favoreciendo su estabilidad a nivel psicológica y su proceso de adaptación en el contexto penitenciario.
- Desde la revisión teórica realizada, se concluye que el apoyo y la regulación emocional, son variables fundamentales para el bienestar psicológico de las mujeres privadas de la libertad, gracias a su función protectora antes la ansiedad, estrés y efectos a nivel emocional por el encierro. Ambas dimensiones se basan en modelos psicológicos que reconocen la importancia de vínculos interpersonales en contextos de vulnerabilidad.
- El diagnóstico de apoyo social y regulación emocional en internas del Centro de Rehabilitación Social femenino Tungurahua N1, permite identificar las diferencias desde la percepción de respaldo emocional y estrategias a nivel afectivo. Lo cual, estos resultados muestran que no todas las mujeres tienen los mismos recursos psicológicos, para ver la realidad de su situación, influyendo en su adaptación a nivel penitenciario y emocional.
- El análisis correlación, muestra que, existe una relación significativa con el apoyo social y la regulación emocional en estas mujeres, indicando que las mujeres llegan a percibir mayor acompañamiento, contención y comprensión, donde llegan a usar estrategias emocionales más adaptativas, confirmando el fortalecimiento de redes de apoyo, favoreciendo el manejo emocional y contribuyendo el proceso de rehabilitación de forma integral.

RECOMENDACIONES

- Implementar programas de intervención psicológica, desde el fortalecimiento de apoyo social, incluyendo espacios de acompañamiento desde el lado emocional, actividades que generen vínculos positivos entre mujeres y dinámicas grupales. Permitiendo disminuir el aislamiento emocional y favorecer desde una mayor percepción en el contexto penitenciario.
- Ejecutar estudios de tipo longitudinal, que contribuyan al análisis de la evolución del apoyo social y regulación emocional con el paso del tiempo, teniendo en cuenta diferentes etapas del proceso de privación de libertad. Facilitando la comprensión a nivel de cambios emociones, adaptación progresiva en el contexto carcelario y el impacto de intervenciones psicológicas,
- Incorporar la evaluación periódica del apoyo social y la regulación emocional en el proceso de atención psicológica en el Centro de Rehabilitación Social Femenino Tungurahua N1, para lograr identificar factores de riesgo y diseño de estrategias de acompañamiento individual, permitiendo una atención integral y ajustada a las necesidades de cada mujer,

BIBLIOGRAFÍA

- Aldao, A. (2013). The future of emotion regulation research: Capturing context. *Perspectives on Psychological Science*, 8(2), 155–172. Recuperado de <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1745691612459518>
- Amaya, A., y Puerta, M. (2025). Afectaciones familiares, sociales y económicas que afrontan las mujeres que cumplen el rol de esposas o madres con un integrante de la familia privado de la libertad en el Centro Penitenciario Bellavista del Municipio de Bello desde el año 2020. <https://repository.uniminuto.edu/bitstreams/e3e92c35-17d9-4ce9-9b40-3af87ff29614/download>
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5-TR)*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- Arenas y Pantoja (2020). Alegría, tristeza, ira, miedo y sorpresa: cinco emociones primarias desde la voz de un grupo de niñas y niños de la ciudad Popayán (Cauca) y Pereira (Risaralda) de Colombia [Tesis de maestría, Universidad Tecnológica de Pereira]. *Repositorio Institucional UTP*. Recuperado de <https://hdl.handle.net/11059/12918>
- Arias, C., Sabatini, B., Scolni, M., y Tauler, T. (2020). Composición y tamaño de la red de apoyo social en distintas etapas vitales. *Avances en psicología latinoamericana*, 38(3), 1. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-47242020000300130&script=sci_arttext
- Arias, F. G. (2012). *El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica* (6.^a ed.). Editorial Episteme. Recuperado de <https://abacoenred.org/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-de-investigaci%C3%B3n-F.G.-Arias-2012-pdf-1.pdf>

Asociación Americana de Psiquiatría. (2013). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales: DSM-5* (5.^a ed.). Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Avilés González, K. M., y Ramos Avecillas, J. P. (2020). Caracterización de las emociones de alegría y tristeza con base al análisis de frecuencia cardiaca y resistencia galvánica [*Tesis de grado, Universidad Politécnica Salesiana*]. *Repositorio Institucional UPS*. Recuperado de <https://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/18398>

Bautista, Y. L., Casanova, R. K., Cubides, D. P., y Curtidor, M. L. (2018). Entre el miedo y la alegría: Emociones silenciadas de las personas privadas de la libertad en Colombia. [*Tesis de grado, Universidad Distrital Francisco José de Caldas*]. Recuperado de https://www.academia.edu/122691978/Entre_el_miedo_y_la_alegr%C3%A1Da_emociones_silenciadas_de_las_personas_privadas_de_la_libertad_en_Colombia

Bericat, E. (2012). Emociones. Universidad de Sevilla. *Sociopedia,isa*, 1-13. DOI: <https://doi.org/10.1177/205684601361> Recuperado de <https://idus.us.es/items/24f5f49e-98b0-4171-827a-88115bfa333f>

Bisque, R. (2009). Psicopedagogía de las emociones. Madrid, España: Editorial Síntesis. Recuperado de <https://sonria.com/wp-content/uploads/2020/03/Psicopedagogia-emociones-Bisque,rra.pdf>

Blanco, A. (2019). La Emoción y sus Componentes. Recuperado de [Grupoleide.com](https://grupoleide.com) website: <https://grupoleide.com/wp-content/uploads/2019/09/Ana-Blanco-La-emoción-y-sus-componentes.pdf>

- Bryngeirsdottir, H., y Halldorsdottir, S. (2022). "I'm a winner, not a victim": The facilitating factors of post-traumatic growth among women who have suffered intimate partner violence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1342. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031342>
- Cabello, R., Salguero, J. M., Fernández-Berrocal, P., y Gross, J. J. (2013). A Spanish adaptation of the Emotion Regulation Questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, 29(4), 234–240. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000150>
- Calhoun, L. G., y Tedeschi, R. G. (2006). The foundations of posttraumatic growth: An expanded framework. En L. G. Calhoun y R. G. Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice* (pp. 3–23). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Taku, K., Vishnevsky, T., Triplett, K. N., y Danhauer, S. C. (2010). A short form of the Posttraumatic Growth Inventory. *Anxiety, Stress, and Coping*, 23(2), 127–137. <https://doi.org/10.1080/10615800903094273>
- Casado, D., y Moraleda, A. (2018). Reflexiones sobre el impacto de la privación de libertad en la dimensión emocional de los internos recluidos en los centros penitenciarios españoles. *Edetania: Estudios y propuestas socioeducativas*, (53), 225–240. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6581960>
- Castaño, A. (2023). *Características en las redes de apoyo, actitudes personales y de intervención desde la psicología cognitivo-conductual y su influencia en la rehabilitación social exitosa en una mujer entre los 20 y 40 años de edad en la ciudad de Medellín en el año 2023: Un análisis Cualitativo* (Doctoral dissertation, Corporación Universitaria Minuto de Dios). Recuperado de <https://repository.uniminuto.edu/bitstreams/137cf3d1-6297-4e44-8d27-81a291690d12/download>

- Castellanos, N., y Díez, G. G. (2022). Investigación de mindfulness en neurociencia cognitiva. *Revista de Neurología*, 74(5), 163–169. <https://doi.org/10.33588/rn.7405.2021014>
- Cervera, I. M., López-Soler, C., y Alcántara-López, M. (2020). *Consecuencias del maltrato crónico intrafamiliar en la infancia: Trauma del desarrollo*. *Papeles del Psicólogo*, 41(3), 219–227. <https://doi.org/10.23923/pap.psicol2020.2934>
- Charland, L. C. (2011). Moral undertow and the passions: Two challenges for contemporary emotion regulation. *Emotion Review*, 3(1), 83-91. <https://doi.org/10.1177/1754073910380967>
- Chiclana, S. (2023). Bienestar en prisión. Promoviendo un enfoque positivo en los programas de tratamiento. *Revista de estudios penitenciarios*, 265, 107. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Sandra-Chiclana-2/publication/376600276_Bienestar_en_prision_Promoviendo_un_enfoque_positivo_en_los_programas_de_tratamiento/links/657fdd059d7bc03b3084fa03/Bienestar-en-prision-Promoviendo-un-enfoque-positivo-en-los-programas-de-tratamiento.pdf
- Collazos Ticona, G. R. (2021). *Crecimiento postraumático y regulación emocional luego de una ruptura de pareja [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]*. Repositorio Institucional PUCP. Recuperado de https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/RPUC_b0ca6ca6a0b84da63f388d58c5467719
- Cruz, C. (2019). *Neuropsicología de la emoción: Una propuesta de terapia de preparación al mindfulness* (Universidad Nacional Autónoma de México, México). Recuperado de https://repositorio.unam.mx/contenidos?c=pzb1vMyd=falseyq=*.yi=4yv=1yt=search_1yas=0

Dávila, S., y Guamba, E. (2022). *Principales factores psicosociales que influyen en conductas delictivas en centros de privación de libertad de mujeres* (Bachelor's thesis). <https://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/22097>

De la Rosa Gómez, A., y Cárdenas López, G. (2016). Reacciones postraumáticas: Revisión desde una perspectiva dimensional. *Psicología Iberoamericana*, 24(1), 70–79. <https://www.redalyc.org/journal/1339/133947583009/html/>

Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2024). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7>

Díaz Caballero, M. L., y Zapata Gallo, R. C. (2024). *Resiliencia y crecimiento postraumático en mujeres víctimas de violencia de género en el distrito de Nuevo Chimbote* (Tesis de licenciatura). Universidad César Vallejo. Recuperado de https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_6806e23a8309f65ea4ec72e294458fb9/Details

dos Santos, T., Aureliano, G., de Araújo, K., y de Melo, G. (2023). Desesperanza en mujeres privadas de libertad y su correlación con síntomas de depresión y ansiedad. *Enfermería Global*, 22(70), 23-63. Recuperado de https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1695-61412023000200002&script=sci_arttext

Education Professional International. (2017). Las emociones: Concepto y funciones. Recuperado de <https://www.divulgaciondinamica.es/emociones-concepto-funciones/>

- Espinoza Lituma, J. A., y Trelles Ludeña, K. N. (2021). Estrategias de regulación emocional cognitiva en mujeres víctimas de violencia de género en el Centro de Apoyo a la Mujer y la familia “Las Marías” de Paute-Azuay-Ecuador, Periodo 2021. Universidad de Cuenca. Recuperado de <https://dspace.ucuenca.edu.ec/items/8de4407e-e1e6-404a-af65-a7f371f6ce68>
- Falco, Farías, y Reinero. (2020). *Reconociendo emociones* (Universidad Católica de Córdoba). Recuperado de https://pa.bibdigital.ucc.edu.ar/2836/1/TF_Falco_Farias_Reinero.pdf
- Figueroa, R. A., Cortés, P. F., Accatino, L., y Sorensen, R. (2016). Trauma psicológico en la atención primaria: orientaciones de manejo. *Revista Médica de Chile*, 144(5), 643–655. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872016000500013>
- Galarza, C. A. (2020). Los alcances de una investigación. *CienciAmérica: Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica*, 9(3), 1–6. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7746475>
- García, F., Villagrán, L., Wlodarczyk, A., y Cova, F. (2015). Perspectivas acerca del crecimiento postraumático. En M. Bilbao, D. Páez, y J. C. Oyanedel (Eds.), *La felicidad de los chilenos: Estudios sobre bienestar* (pp. 107–126). Santiago de Chile: RIL Editores. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/294891239_Perspectivas_acerca_del_crecimiento_postraumatico
- García, M. L., y Gil, J. (2016). Diseño de cuestionarios para la recogida de información en la investigación social. *Revista de Ciencias Sociales*, 22(2), 45–58. <https://www.redalyc.org/pdf/1696/169617616006.pdf>

- Ghasemi, A., y Zahediasl, S. (2012). *Normality tests for statistical analysis: a guide for non-statisticians*. *International Journal of Endocrinology and Metabolism*, 10(2), 486–489. <https://doi.org/10.5812/ijem.3505>
- Gómez y Calleja (Eds.). (2016). Regulación emocional: definición, red nomológica y medición (Vol. 8). Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/revmexinvpsi/mip-2016/mip161g.pdf>
- González, R., y Parra-Bolaños, N. (2024). Neurociencia de las emociones: Revisión actualizada. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 4527–4557. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10875
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. Recuperado de http://www.johnnietfeld.com/uploads/2/2/6/0/22606800/gross_2015.pdf
- Gross, J. J., y Tompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3–24). The Guilford Press. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/303248970_Emotion_Regulation_Conceptual_Foundations
- Guashca, L. A. (2025). *Aprendizaje para la regulación emocional en personas privadas de libertad* [Tesis de maestría, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Recuperado de <https://repositorio.puce.edu.ec/items/14b885a1-374f-4774-91a6-7beecd2b3c9d>
- Guzmán, M., y Galaz, M. (2020). Apoyo social percibido y salud mental positiva en hombres y mujeres universitarios. *Voces y Silencios. Revista Latinoamericana de Educación*, 11(2), 67-83. <https://revistas.uniandes.edu.co/index.php/vys/article/view/7722>

- Helgeson, V. S., Reynolds, K. A., y Tomich, P. L. (2006). A meta-analytic review of benefit finding and growth. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(5), 797–816.
- Hernández Lalinde, J. D., Espinosa Castro, F., Rodríguez, J. E., Chacón Rangel, J. G., Toloza Sierra, C. A., Arenas Torrado, M. K., Carrillo Sierra, S. M., y Bermúdez Pirela, V. J. (2018). Sobre el uso adecuado del coeficiente de correlación de Pearson: definición, propiedades y suposiciones. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 37(5). Disponible en: <https://bonga.unisimon.edu.co/items/112f1aa0-4e25-419f-805a-aac7f53fa5ef>
- Hernández León, Y. (2020). *Trastorno de estrés postraumático* (Trabajo de Fin de Grado). Universidad de La Laguna. Recuperado de <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/19751/Trastorno%20de%20Estres%20Postraumatico%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hernández, D., Colunga Santos, S., y Matos, A. G. (2020). Dificultades en la regulación emocional en estudiantes de psicología de la Universidad de Camagüey. *Didáctica y Educación*, 11(4), 135–146. Recuperado de <https://revistas.ult.edu.cu/index.php/didascalia/article/view/1062/1057>
- Hernández, J. (2022). Percepciones sobre la calidad de vida en prisión en función del sexo. *Humanismo y Trabajo Social*, (21), 125-133. Recuperado de https://www.academia.edu/download/97017250/Percepciones_sobre_la_calidad_de_vida_en_prision_en_funcion_delsexo.pdf
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. México D.F.: Mcgraw-HILL / Interamericana Editores, S.A. de C.V.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., y Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill Education.

- Hidalgo, S., Martínez, I., Tijeras, A., y Sospedra, M. (2022). Relación entre la inteligencia emocional y el apoyo social con el bienestar subjetivo: Un estudio transcultural España-Ecuador. *Revista psicología de la salud*, 10(1), 41-53. <https://udimundus.udima.es/handle/20.500.12226/1117>
- Jiménez Ruiz, L. K., Redondo Marín, M. P., y Mahecha Duarte, D. P. (2020). Malestar psicológico y resiliencia en mujeres privadas de la libertad en Colombia. *Revista de Ciencias Humanas y Sociales*, 93, 217–233. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7621429>
- Kalaitzaki, A., Tamiolaki, A., y Rovithis, M. (2021). Posttraumatic growth and resilience in the aftermath of trauma: A literature review on the role of emotion regulation. *Journal of Loss and Trauma*, 26(6), 511–533. <https://doi.org/10.1080/15325024.2020.1757994>
- Laforga Simón, M. (2021). *Estudio del trastorno del estrés postraumático en profesionales de enfermería en urgencias y emergencias* (Trabajo de Fin de Grado). Universidad de Valladolid. Recuperado de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/51901/TFG-H2299.pdf>
- Londoño, E. (2025). Estrategias para el manejo del estrés, afrontamiento y resolución de conflictos en mujeres privadas de la libertad: una revisión de literatura. [Universidad Libre]. Recuperado de <https://repository.unilibre.edu.co/handle/10901/31417>
- López Moreno, D., Puddington, M. M., Jaramillo, M. F., Moiseff, C., Gagliesi, P., y Stoewsand, C. (2017). Evaluación de un programa de mindfulness. Efectos preliminares sobre regulación emocional y sintomatología. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 9(3), 1–16. <https://www.redalyc.org/pdf/3331/333153776001.pdf>

- López, V., y Pérez, M. (2022). New Psychometric Evidence of a Bifactor Structure of the Emotional Regulation Questionnaire (ERQ) in Ecuadorian College Students. *Psychology in Russia: State of the Art*, 15(1), 123–138. <https://doi.org/10.11621/pir.2022.0109>
- Luna, F. G., Marino, J., García, R., Jaldo, R., Leaniz, A. F., Foa Torres, G., y Acosta Mesas, A. (2016). Conectividad cerebral en la regulación emocional: La solución de problemas emocionales. *Psicológica*, 37(1), 35–59. <https://www.redalyc.org/pdf/169/16943586003.pdf>
- Macías, E., Guale, L., y Mera, B. (2020). Autoestima y recuperación para la reinserción social en mujeres del Centro de Rehabilitación Social de Portoviejo. *RECUS. Revista Electrónica Cooperación Universidad Sociedad*. ISSN 2528-8075, 5(1), 32-40. <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/Recus/article/view/2076/2990>
- Maliza, M., Gaibor, E., Jaramillo, I., y TixiTorres, D. (2020). Rehabilitación y reinserción social una quimera para los privados de libertad. *Debate Jurídico Ecuador*, 3(2), 165-177. <https://revista.uniandes.edu.ec/ojs/index.php/DJE/article/view/1949>
- Marino, J., Silva, J., Luna, M., y Mesas, A. (2014). Evaluación conductual de la regulación emocional: la habilidad en reevaluación y supresión y su relación con el control ejecutivo-semántico y la inteligencia emocional. *Neuropsicología Latinoamericana*, 6(1), 1-15. Recuperado de https://www.neuropsicolatina.org/index.php/Neuropsicologia_Latinoamericana/article/view/212/164
- Marois, A., et al. (2020). Emotion regulation and post-traumatic growth in prolonged adversity. *Frontiers in Psychology*, 11, 1873. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01873>

- Maureira y Sánchez (2011). Emociones biológicas y sociales. *Psiquiatría Universitaria*, 7(2), 183–189. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/271328581_Emociones_biologicas_y_sociales
- Mérola, G. B. (2022). Estrés y crecimiento postraumático durante la pandemia de COVID-19. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación Mente Clara*, 7(1), 1–9. <https://doi.org/10.32351/rca.v7.306>
- Mestre, J. M., y Guil, R. (2012). La regulación de las emociones: Una vía para la adaptación. Madrid: Editorial Pirámide. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/230886659_LA_REGULACION_DE_LAS_EMOCIONES_UNA_VIA_PARA_LA_ADAPTACION
- Milozzi, S., y Marmo, J. (2022). Revisión sistemática sobre la relación entre apego y regulación emocional. *Psicología Unemi*, 6(11), 70-86. <https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/faso-unemi/article/view/1443>
- Molina Arias, M., y Ochoa Sangrador, C. (2013). Estudios observacionales (I). Estudios transversales. Medidas de frecuencia. Técnicas de muestreo. *Evidencias en Pediatría*, 9(72), 1–4. Recuperado de <https://evidenciasenpediatria.es/articulo/6396/estudios-observacionales-i-estudios-transversales-medidas-de-frecuencia-tecnicas-de-muestreo>
- Morales Sánchez, L., Gil Olarte, P., Gómez Molinero, R., y Guil, R. (2019). Estrategias de afrontamiento y crecimiento postraumático en mujeres con y sin cáncer de mama. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4(1). Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349861666010>

- Muñiz, J. (2010). *Psicometría*. Alianza Editorial. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Julio-Meneses-2/publication/293121344_Psicometria/links/584a694408ae5038263d9532/Psicometria.pdf
- Nicolau, A. (2022). Propuesta de intervención basada en el crecimiento postraumático en mujeres víctimas de violencia de género en pareja [UNIVERSIDAD DE ALCALÁ]. https://ebuah.uah.es/xmlui/bitstream/handle/10017/51430/TFM_NICOLAU_VAQUE, R_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Puentes, A., y Gallego, J. (2024). Efectos sociales en el núcleo familiar de los NNA al tener a su padre privado de la libertad, en el en el centro penitenciario Bellavista. [Tesis de Pregrado; *Corporación Universitaria Minuto de Dios*. Recuperado de <https://repository.uniminuto.edu/bitstreams/23968e1b-e3fc-49b5-8b3e-124bbcef2f9d/download>
- Rivera, M., y Añaños, F. (2021). Redes personales como factores de riesgo y protección en mujeres privadas de libertad. *Revista Criminalidad*, 63(2), 17-32. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-31082021000200017&script=sci_arttext
- Schetsche, C., Gago, L., y Mustaca, A. (2023). Estrategias de regulación emocional y sus efectos sobre la intolerancia a la frustración: un modelo estructural. *CES Psicología*, 16(1), 88-110. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S2011-30802023000100088&script=sci_arttext
- Suárez, E. (2021). *Factores criminógenos que influyen en los delitos de robo en el cantón Ambato* (Master's thesis). <https://dspace.uniandes.edu.ec/handle/123456789/13849>

Tuya, G. (2023). Abuso sexual contra niños, niñas y adolescentes en Lima, Perú: una aproximación general a los patrones de personalidad, características sociodemográficas y el riesgo de violencia de los perpetradores. *Revista Criminalidad*, 65(1), 151-169.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-31082023000100151&script=sci_arttext