



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Trabajo de fin de carrera titulado:

Relaciones entre Satisfacción con la Vida, Regulación Emocional y Empatía: Un
Estudio en Función del Sexo, Estado Civil y Parentalidad

Realizado por:

Naidy Stephanía Carrasco Gavilánez

Director Metodológico:

M.S.c. Aitor Larzabal Fernandez

Director Disciplinar:

M.S.c. Gabriel Estalin Osorio Vizcaino

Como requisito para la obtención del título:

Magister en Psicología con Mención en Psicoterapia

DECLARACIÓN JURAMENTADA

Yo, **Naidy Stephanía Carrasco Gavilánez**, con cédula de identidad 17241996391 declaro bajo juramento que el trabajo aquí desarrollado es de mi autoría, no ha sido previamente presentado por ningún grado a calificación profesional y que se ha procesado debidamente la información utilizada en las referencias bibliográficas incluidas en el presente documento.

A través de la presente declaración, cedo mis derechos de propiedad intelectual correspondiente a este trabajo a la **UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK**, según lo establecido por la Ley de Propiedad Intelectual, por su reglamento y por la normativa institucional vigente.



Naidy Stephanía Carrasco Gavilánez

C.C. 1724199391

DECLARACIÓN DEL DIRECTOR DE TESIS

Declaro haber dirigido este trabajo a través de reuniones periódicas con el estudiante, orientando sus conocimientos y competencias para un eficiente desarrollo del tema escogido y dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación.



firmado electrónicamente por:
**GABRIEL ESTALIN
OSORIO VIZCAINO**

Gabriel Estalin Osorio Vizcaino

LOS PROFESORES INFORMANTES:

Después de revisar el trabajo de investigación presentado. Las docentes informantes lo han calificado como apto para su defensa oral frente a un tribunal examinador.



ALUMNO AUTENTICAMENTE por:
GABRIELA ANDREA
LLANOS ROMAN

PhD Gabriela Andrea Llanos Román



ALUMNO AUTENTICAMENTE por:
PATRICIA JANETH
PITTA VARGAS

M.S.c. Patricia Janeth Pitta Vargas

LOS PROFESORES INFORMANTES:
Quito, mayo de 2025

DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL ESTUDIANTE

Declaro que este trabajo es original, de mi autoría, que se han citado las fuentes correspondientes y que en su ejecución se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes.



Naidy Stephanía Carrasco Gavilánez

C.C. 1724199391

Artículo de tesis

Relaciones entre Satisfacción con la Vida, Regulación Emocional y Empatía: Un Estudio en Función del Sexo, Estado Civil y Parentalidad, Trabajo final de Máster

Stephanía Carrasco-Gaviláñez^{1*}, Aitor Larzabal Fernandez² y Gabriel Osorio³

¹ Maestría en Psicología con Mención en Psicoterapia, Facultad de Ciencias de la Salud, UISEK; naidy.carrasco@uisek.edu.ec

² Mgtr. Aitor Larzabal Fernandez; aitor.larzabal@uisek.edu.ec

³ Mgtr. Gabriel Osorio; gabriel.osorio@uisek.edu.ec

* Autora de Correspondencia: naidy.carrasco@uisek.edu.ec

Resumen: Este estudio analizó la relación entre la empatía, la satisfacción con la vida y la regulación emocional, considerando posibles diferencias en el sexo, estado civil y parentalidad. Para ello, se utilizó un diseño correlacional, transversal y con muestra no probabilística en personas ecuatorianas mayores de dieciocho años (N = 1626). Los participantes completaron la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS), la Escala Básica de Empatía (BES) y la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS). A continuación, se realizó un análisis descriptivo de los factores sexo, edad y parentalidad, calculando medias, desviaciones estándar y evaluando la significancia ($p < 0.05$). Posteriormente, se llevó a cabo un análisis correlacional entre satisfacción con la vida, empatía y regulación emocional, utilizando el coeficiente de correlación de Pearson y evaluando la significancia de los resultados. Los resultados indicaron una correlación positiva entre satisfacción con la vida y empatía, mientras que se halló una correlación negativa entre satisfacción con la vida y dificultades en la regulación emocional. En cambio, no se encontró una relación significativa entre empatía y regulación emocional. Adicionalmente, las mujeres presentaron niveles más altos de empatía en comparación con los hombres. Por otro lado, las personas casadas y con hijos reportaron mayores niveles de satisfacción con la vida, regulación emocional y empatía que las personas solteras o sin hijos, respectivamente. Finalmente, la literatura disponible respalda los resultados obtenidos. No obstante, todos los resultados deben ser interpretados con cautela, ya que no representan afirmaciones universales y pueden variar ampliamente por factores como la edad o cultura, por lo que es necesaria mayor investigación en estos campos.

Palabras clave: Hijos, mujeres, correlación, conductas prosociales, diferencias culturales.

Abstract: This study analyzed the relationship between empathy, life satisfaction, and emotion regulation, considering differences in sex, marital status, and parenthood. To achieve this, a correlational, cross-sectional design with a non-probabilistic sample of Ecuadorian individuals aged 18 years or older was employed (N = 1626). Participants completed the Satisfaction with Life Scale (SWLS), the Basic Empathy Scale (BES), and the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS). Subsequently, a descriptive analysis of sex, age, and parenthood was conducted, calculating means, standard deviations, and evaluating significance ($p < 0.05$). In addition, a correlational analysis between life satisfaction, empathy, and emotion regulation was performed using Pearson's correlation coefficient and evaluating the significance of the results. The findings showed a positive relationship between life satisfaction and empathy, while a negative relationship was observed between life satisfaction and difficulties in emotion regulation. However, no significant relationship was found between empathy and emotion regulation. Moreover, women exhibited higher levels of empathy compared to men. Furthermore, married individuals and those with children reported higher levels of life satisfaction, emotion regulation, and empathy than single individuals or those without children, respectively. Finally, all results should be interpreted with caution as they do not represent universal findings and may vary widely due to factors such as age or culture; therefore, further research in these fields is needed.

Keywords: Children, women, correlation, prosocial behaviors, cultural differences.

1. Introducción

Ecuador ha sido identificado como el país con mayor nivel de empatía en un estudio que abarcó 63 países y evaluó a más de 100,000 participantes (Chopik et al., 2017). Este hallazgo se basa en mediciones de "preocupación empática" y "toma de perspectiva", dimensiones clave de la empatía que reflejan la capacidad de sentir compasión hacia los demás y entender sus puntos de vista. Además, el estudio encontró que los niveles de empatía se relacionan positivamente con indicadores de bienestar subjetivo, incluyendo la satisfacción con la vida. Otro de los resultados de este estudio es que la empatía, más allá de ser solo un rasgo personal, es un factor social que está relacionado positivamente con actos prosociales como el voluntariado y la ayuda a otros en necesidad (Chopik et al., 2017).

La empatía, la satisfacción con la vida y la regulación emocional tienen implicaciones importantes tanto en el bienestar individual, como en el social. Se ha evidenciado que la empatía, tanto en sus componentes afectivo como

cognitivo, fomenta conductas prosociales, sin embargo, estas conductas están influenciadas por las estrategias de regulación emocional, como la reevaluación cognitiva, que se relaciona positivamente a una mayor satisfacción con la vida (John & Gross, 2004); aun así, se concluye que la correlación positiva entre empatía y conductas prosociales no es significativa en personas con alta tendencia a la reevaluación cognitiva (Lockwood et al., 2014). Por otro lado, se ha encontrado que la preocupación empática desempeña un rol mediador entre la reevaluación cognitiva y los actos prosociales, facilitando que ambos se correlacionen positivamente (Laghi et al., 2018). En términos de regulación emocional, se ha demostrado que sus procesos contribuirían a evitar, reducir y manejar las dificultades diarias y la presión del trabajo (Veloso-Besio et al., 2013). Una revisión sistemática encontró que la satisfacción con la vida tiene como factor principal el apoyo social, como el estar en un matrimonio, o vivir con una pareja o con pares (Khodabakhsh, 2022); y, a su vez, ambos elementos pueden actuar como factores de protección contra la ideación suicida (Ki et al., 2024).

Las lagunas en la literatura sobre la empatía se manifiestan en su enfoque limitado por sesgos euro-etnocéntricos, lo que excluye perspectivas culturales diversas (Wu et al., 2024). Aunque la neurociencia muestra que la empatía tiene una base biológica universal, teorías actuales no integran cómo diferentes culturas la desarrollan y la expresan; además, al no considerar las estructuras de privilegios y opresión social, como el racismo, ninguna expresión de empatía puede ser acertada o útil cuando se dirige a una persona de un diferente grupo social (Duan & Sager, 2018). A medida que se reconozcan estos sesgos, se pueden transformar campos como la psicoterapia, donde la empatía centrada en los demás podría ofrecer beneficios tanto para los terapeutas como para los pacientes (Duan & Sager, 2018). Un metaanálisis que confirma la importancia de las variaciones culturales, afirma que la relación entre la supresión de la expresión (estrategia de regulación emocional) y la satisfacción vital en personas con valores culturales occidentales es significativamente negativa, mientras que esta misma relación, pero en personas cuyos valores culturales son orientales, no es significativa (Wu et al., 2024). Es así como investigaciones futuras podrían orientar mejor las intervenciones dirigidas a poblaciones vulnerables, como también pueden ser usadas como base en la creación y regulación de políticas de salud o programas educativos que apunten a un bienestar colectivo.

La regulación emocional se define como los procesos, tanto extrínsecos como intrínsecos, que permiten supervisar, evaluar y modificar las reacciones emocionales, especialmente en términos de su intensidad y duración, con el fin de alcanzar los objetivos personales (Thompson, 1994). En cuanto a la satisfacción con la vida, se refiere a las evaluaciones conscientes y explícitas que las personas realizan sobre sus vidas, basadas en los factores que consideran más relevantes para su bienestar y felicidad (Diener, Lucas, & Oishi, 2018). En lo que respecta a la empatía, esta se puede definir como una capacidad tanto afectiva como cognitiva que permite a un individuo compartir y comprender las emociones de los demás: en términos afectivos, implica la capacidad de experimentar las emociones de otra persona, como si fueran propias, mientras que desde un enfoque cognitivo, implica la habilidad para comprender las emociones ajenas (Jolliffe & Farrington, 2006). Además, implica la habilidad para diferenciar entre los propios sentimientos y los de los demás, permitiendo adoptar una perspectiva tanto cognitiva como emocional respecto a las experiencias ajenas (Garaigordobil & De Galdeano, 2006).

La empatía tiene sus raíces en la estética alemana del siglo XIX, donde se entendía como la proyección del yo en los objetos, a principios del siglo XX, Titchener introdujo el término en psicología, describiéndola como la proyección de uno mismo en un objeto con implicaciones sociales (Wispe, 1987). Con el tiempo, teóricos como Kohler, Mead y Allport la entendieron como el resultado de comprender y compartir las emociones y pensamientos de los demás (Duan & Sager, 2018). La empatía se relaciona con comportamientos prosociales y la reducción de conductas agresivas, ya que al comprender o compartir las emociones negativas de los demás, las personas se inclinan menos a actuar de manera antisocial, por lo que es crucial para el desarrollo moral y el comportamiento ético (Jolliffe & Farrington, 2006). No solo se activa por la experiencia directa de las emociones ajenas, sino que también puede ser evocada por otros estímulos, como la imaginación. También, se ve influenciada tanto por rasgos personales (características estables) como por estados momentáneos (circunstancias cambiantes), además, mantiene una distinción entre uno mismo y el otro, pero requiere un grado de "fusión" emocional para ser efectiva (Cuff et al., 2016).

La investigación sobre las diferencias de género en la empatía muestra que las mujeres, en general, muestran una mayor capacidad empática que los hombres en varios contextos. En este sentido, se ha observado que las mujeres tienen una mayor empatía, la cual se relaciona con el pensamiento moral y altruismo, modulando a ambos (Mestre Escrivá et al., 1998). Asimismo, las mujeres tienen ventajas en habilidades conversacionales, la expresión de sentimientos positivos y en habilidades empáticas frente a los hombres (García Terán et al., 2014). De forma similar, un estudio realizado con adolescentes mostró que las mujeres presentan una mayor prosocialidad, menor agresividad y mayor empatía en comparación con los hombres (Álvarez Cabrera et al., 2010). También, un análisis centrado en futuros maestros encontró diferencias significativas relacionadas al sexo en los factores que componen la empatía, observando que las mujeres obtenían puntuaciones más altas (Vizoso-Gómez, 2019).

El modelo de regulación emocional de Gross (Process Model of Emotion Regulation), que es el modelo teórico más utilizado, conceptualiza la regulación emocional como un proceso que involucra estrategias aplicadas en

diferentes etapas de la experiencia emocional, distinguiendo entre aquellas que se aplican antes de la respuesta emocional (centradas en el antecedente) y las que se aplican después (centradas en la reacción) (Martínez-Priego et al., 2024). La experiencia emocional se inicia con una situación que atrae la atención, seguida de una valoración que da significado, lo que genera una respuesta emocional. Las estrategias de regulación incluyen: seleccionar situaciones para evitar emociones indeseadas, modificar la situación, realizar un despliegue de la atención, hacer una reevaluación cognitiva y modificar la respuesta (Mestre et al., 2012).

Investigaciones recientes sugieren que la regulación emocional también involucra procesos más complejos relacionados con la selección de acciones. Un enfoque más actual, basado en la teoría de la acción, propone que las emociones son impulsos que preparan al organismo para actuar y que la regulación emocional no solo implica modificar las respuestas emocionales, sino también seleccionar acciones para resolver discrepancias entre los estados actuales y los deseados (Bramson et al., 2023). En el caso de las personas que experimentan soledad crónica, se observa una mayor tendencia a utilizar estrategias ineficaces, como la rumiación y la supresión, lo que dificulta el uso de estrategias más adaptativas, como la reevaluación cognitiva o la distracción, esenciales para una regulación emocional efectiva (Patrichi et al., 2024).

Al hablar de la satisfacción con la vida hay que tener en cuenta su nivel de subjetividad, ya que está influenciada por evaluaciones personales y culturales, que pueden ser sesgadas y muy variables según la época, la cultura y el contexto individual (Ossa Ramírez et al., 2005). En este sentido, el apoyo social se ha identificado como un predictor significativo de la satisfacción con la vida, con un impacto aún más relevante en las personas mayores, quienes experimentan un mayor efecto del apoyo social en su bienestar (Barrett, 1999). Además, se ha encontrado que la satisfacción con la vida se asocia negativamente con los valores materiales, ya que, con el tiempo, los objetos pierden su valor tanto funcional como simbólico, lo que podría explicar la disminución de la satisfacción relacionada con los bienes materiales (Castellanos-Alvarenga & Zapata-Antón, 2023). En el caso de los adolescentes, se ha encontrado que factores como el estado civil, las creencias sobre la autoeficacia y el estado de salud son determinantes importantes de su satisfacción con la vida; sin embargo, factores como el conflicto familiar, el rendimiento académico y el apoyo de los padres no están fuertemente correlacionados con esta variable (Bradley & Corwyn, 2004).

A pesar de lo mencionado anteriormente, sigue siendo necesario realizar estudios longitudinales que investiguen estas interacciones en diversos grupos culturales y de diferentes edades. Además, no se han encontrado investigaciones que analicen las tres variables de manera conjunta. Por lo tanto, el presente artículo es fundamental para explorar las posibles correlaciones entre ellas.

En este sentido, se plantean las siguientes hipótesis: Existe una correlación positiva significativa entre la satisfacción con la vida y la empatía. La satisfacción con la vida se correlaciona negativamente con las dificultades en la regulación emocional. Las dificultades en la regulación emocional se correlacionan negativamente con la empatía. No existen diferencias significativas en las tres variables entre hombres y mujeres. Hay una asociación entre el estado civil y los resultados de las tres variables. Las personas con hijos presentan una mayor satisfacción con la vida, mejor regulación emocional y mayores niveles de empatía en comparación con las personas sin hijos.

El propósito de esta investigación es analizar las correlaciones entre la satisfacción con la vida, la regulación emocional y la empatía en una muestra de adultos ecuatorianos, así como explorar las diferencias según factores como el sexo, el estado civil y la situación parental. Para este fin, se plantean los siguientes objetivos específicos: 1) Revisar la bibliografía respecto a las variables: satisfacción con la vida, regulación emocional y empatía; 2) Aplicar las herramientas psicométricas: Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS), Escala de Dificultades de Regulación Emocional (DERS) y Escala Básica de Empatía (BES); 3) Realizar un análisis estadístico correlacional entre la satisfacción con la vida, las dificultades de regulación emocional y la empatía; 4) Realizar análisis comparativos sobre el sexo, el estado civil y la parentalidad.

2. Materiales y Métodos

Diseño

Esta investigación se caracteriza por ser empírica con estrategia asociativa, con enfoque cuantitativo, alcance correlacional y de corte transversal. En primer lugar, el estudio es empírico con estrategia asociativa, lo que implica que se centra en la observación directa y la recolección de datos para explorar las relaciones entre las variables (Ato et al., 2013). El enfoque cuantitativo se emplea debido a que se busca medir las variables a través de datos numéricos y aplicar análisis estadísticos para probar la hipótesis planteada (Hernández Sampieri et al., 2014). El alcance correlacional indica que un propósito del estudio es analizar la relación entre variables, sin intentar establecer causalidad (Hernández Sampieri et al., 2014). El estudio es de corte transversal, lo que significa que, los datos se recopilan en un solo momento temporal, permitiendo examinar relaciones entre las variables en un instante específico (Ato et al., 2013).

Participantes

En este estudio, la población está compuesta por adultos mayores de 18 años, provenientes de todas las provincias de Ecuador. El proceso de selección de los participantes se realiza mediante un muestreo no probabilístico, tipo bola de nieve, en el cual los participantes iniciales pueden recomendar a otros para expandir así la muestra. Los criterios de inclusión son ser mayor de edad (18 años o más) y estar dispuesto a participar en el estudio. En total, se trabaja con una muestra de $N = 1,626$ participantes. El estudio abarcó variables sociodemográficas, tales como el sexo, el estado civil, el nivel educativo más alto alcanzado, el número de hijos, la edad y la autopercepción de la situación actual.

De los participantes, 57.6% son mujeres y 42.4% son hombres. En cuanto al estado civil, la mayoría de los participantes son solteros (87.4%), seguidos de los casados (7.9%), en unión libre (2.9%), divorciados (1.5%) y viudos (0.2%). Respecto al nivel educativo, el 54.6% de los participantes han alcanzado el bachillerato, un 29.5% ha completado una Licenciatura/Grado, el 7.7% ha obtenido un Tecnólogo, el 4.9% ha alcanzado una Maestría, el 2.1% ha terminado la secundaria, el 0.9% posee un Doctorado y el 0.2% no tiene estudios. En relación con el número de hijos, la mayoría de los participantes no tiene hijos (85.4%). El 8.1% tiene un hijo, el 3.7% tiene dos hijos, el 1.8% tiene tres hijos, el 0.9% tiene cuatro hijos y el 0.1% tiene cinco hijos. La edad de los participantes varía entre un mínimo de 18 años y un máximo de 78 años, con una media de 24.42 años. Finalmente, la autopercepción de la situación actual en Ecuador se mide utilizando una escala de peldaños del 1 al 10, donde el peldaño 1 representa la peor situación y el peldaño 10 la mejor, reflejando la distribución de recursos y oportunidades en la sociedad. Los resultados muestran que un 22.9% se ubica en el peldaño 5, otro 22.9% en el peldaño 7, el 17.3% en el peldaño 6, el 14.0% en el peldaño 8, el 6.8% en el peldaño 4, el 4.0% en el peldaño 9, el 4.9% en el peldaño 3, el 3.3% en el peldaño 10, el 2.7% en el peldaño 2 y el 1.2% en el peldaño 1.

Herramientas

Escala Básica de Empatía (BES) (Jolliffe & Farrington, 2006). La versión al castellano y adaptada por Oliva et al. (2011) consiste en una versión abreviada con 9 ítems, realizada en el contexto de un estudio sobre el desarrollo adolescente. La herramienta utiliza una escala Likert de cinco niveles, que van desde "totalmente en desacuerdo" (1) hasta "totalmente de acuerdo" (5), con el objetivo de medir dos dimensiones de la empatía: la empatía cognitiva y la empatía emocional. Dado que no se encontró validación psicométrica de esta escala en Ecuador, se toma en cuenta el estudio realizado por Merino-Soto y Grimaldo-Muchotrigo (2015) en Lima, Perú, donde la herramienta presentó una fiabilidad superior a 0.70. En el caso de la muestra de este estudio, el alfa de Cronbach fue de $\alpha = 0.87$ lo que indica una fiabilidad alta.

Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) (Diener et al., 1985). Se utilizó la versión adaptada al español y cuyas propiedades psicométricas fueron validadas por Arias & García (2018) en el contexto ecuatoriano. La herramienta consta de 5 ítems que miden cómo las personas evalúan su vida de manera global (Diener et al., 1985). Utiliza una escala Likert de siete niveles, donde 1 representa "totalmente en desacuerdo" y 7 "totalmente de acuerdo". En el estudio de Arias & García (2018), la fiabilidad obtenida fue de $\alpha = 0.81$ lo que indica una fiabilidad adecuada. En el presente estudio, el alfa de Cronbach fue de $\alpha = 0.82$ lo que también sugiere una fiabilidad adecuada. Los resultados respaldan el uso de esta herramienta como una medida válida de la satisfacción con la vida en la población ecuatoriana.

Escala de Dificultades de Regulación Emocional (DERS) (Gratz & Roemer, 2004). Fue adaptada al español por Hervás y Jódar (2008) bajo el nombre DERS-E, la cual constaba de 28 ítems. Posteriormente, Guzmán-González et al. (2014) redujeron la escala a 25 ítems para población chilena. La herramienta mide diversas dificultades en la regulación emocional, organizadas en cinco factores: 1) Rechazo emocional (7 ítems), 2) Descontrol emocional (6 ítems), 3) Interferencia emocional (4 ítems), 4) Desatención emocional (5 ítems) y 5) Confusión emocional (3 ítems). La escala emplea una medición tipo Likert de 1 a 5, donde 1 representa "casi nunca" y 5 "casi siempre". En la validación de Guzmán-González et al. (2020), la fiabilidad global de la herramienta fue de $\alpha = 0.91$, con los siguientes valores para cada factor: $\alpha = 0.91$ para el Factor 1 (rechazo emocional), $\alpha = 0.90$ para el Factor 2 (descontrol emocional), $\alpha = 0.89$ para el Factor 3 (interferencia emocional), $\alpha = 0.80$ para el Factor 4 (desatención emocional), y $\alpha = 0.75$ para el Factor 5 (confusión emocional). En este estudio, la fiabilidad global fue de $\alpha = 0.94$, lo que indica fiabilidad adecuada.

Procedimiento

El procedimiento de esta investigación comenzó con la aprobación del proyecto por parte del Comité de Ética en Investigación en Salud de la Universidad Internacional SEK (CEIS-UISEK). Una vez obtenidos los permisos correspondientes, se diseñó una encuesta en línea utilizando la plataforma Qualtrics, la cual se distribuyó a los participantes seleccionados. Antes de participar, cada persona firmó el consentimiento y asentimiento informado, lo que garantizó su comprensión sobre la presente investigación. Además, se llevaron a cabo reuniones explicativas para

aclarar asegurar que los participantes comprendieran correctamente el proceso. Para la recolección de los datos, la aplicación de la encuesta a todos los participantes se realizó entre diciembre de 2023 y enero de 2024, con una duración estimada de 30 a 40 minutos por encuesta. Una vez recolectados los datos fueron depurados, y, finalmente, analizados utilizando el software SPSS versión 27.

3. Resultados

En esta sección se presentan los resultados obtenidos a partir de los análisis estadísticos realizados. Se detallan las correlaciones significativas entre las variables, así como las diferencias en función de factores como el sexo, el estado civil y la parentalidad. Los hallazgos se exponen a través de las tablas correspondientes, destacando las relaciones más relevantes y las variaciones observadas entre los grupos estudiados.

Tabla 1. Matriz de correlaciones.

	<i>M</i>	<i>DS</i>	1 Satisfacción con la vida	2 Interferencia emocional	3 Dificultades de regulación emocional	4 Empatía
1 Satisfacción con la vida	13.07	3.47		-.111**	-.133**	.089**
2 Interferencia emocional	8.38	3.27			.855**	.140**
3 Dificultades de regulación emocional	36.48	13.12				.046
4 Empatía	29.23	6.68				

Nota **= correlación es significativa en el nivel 0.01

Como se observa en la Tabla 1, la satisfacción con la vida muestra una relación negativa y significativa con la interferencia emocional ($r = -.111$; $p < .01$), lo que indica que las personas con mayor satisfacción en la vida experimentan menos interferencia emocional, y viceversa. Asimismo, se encuentra una relación negativa y significativa entre la satisfacción con la vida y las dificultades en la regulación emocional ($r = -.133$; $p < .01$), lo que sugiere que quienes presentan mayor satisfacción con la vida enfrentan menores dificultades en la regulación emocional, y a la inversa. Por otro lado, la satisfacción con la vida se asocia de manera positiva y significativa con la empatía ($r = .089$; $p < .01$), lo que implica que a mayores niveles de satisfacción con la vida, también mayores los niveles de empatía. Finalmente, la interferencia emocional muestra una relación positiva y significativa con la empatía ($r = .140$; $p < .01$), lo que sugiere que las personas que experimentan mayor interferencia emocional tienden a tener mayores puntuaciones en empatía.

Tabla 2. Comparación de medias entre hombres y mujeres.

VARIABLES		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>DS</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Satisfacción con la vida	Hombres	624	13.16	3.61	0.85	0.40
	Mujeres	828	13.00	3.36		
Rechazo emocional	Hombres	629	7.67	3.26	-1.66	0.10
	Mujeres	827	7.97	3.37		
Interferencia emocional	Hombres	629	8.10	3.24	-2.82	0.00
	Mujeres	827	8.59	3.27		
Descontrol emocional	Hombres	629	7.13	3.29	-1.41	0.16
	Mujeres	827	7.38	3.49		
Desatención emocional	Hombres	629	7.80	2.95	0.55	0.58
	Mujeres	827	7.72	2.90		
Confusión emocional	Hombres	629	5.15	2.13	-1.22	0.22
	Mujeres	827	5.29	2.19		
Dificultades en regulación emocional	Hombres	629	35.86	13.07	-1.57	0.12
	Mujeres	827	36.95	13.14		
Empatía	Hombres	630	27.56	6.81	-8.51	0.00
	Mujeres	829	30.50	6.30		

Como se muestra en la tabla 2, existen diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en la interferencia emocional y la empatía. En cuanto a la interferencia emocional ($t = -2.82$; $p < .005$), las mujeres presentan puntuaciones más altas ($M = 8.59$; $DS = 3.27$) que los hombres ($M = 8.10$; $DS = 3.24$). En la variable de empatía ($t = -8.51$; $p < .001$), las mujeres también obtienen puntuaciones superiores ($M = 30.50$; $DS = 6.30$) en comparación con los hombres ($M = 27.56$; $DS = 6.81$). En lo que respecta a las demás variables, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas relacionadas con el sexo.

Tabla 3. Comparación de medias entre personas solteras y casadas.

Variables		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>DS</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Satisfacción con la vida	Solteros/as	1289	12,93	3,42	-4,22	0,00
	Casados/as	98	14,45	3,49		
Dificultades en regulación emocional	Solteros/as	1289	37,14	13,02	4,78	0,00
	Casados/as	101	30,68	13,76		
Empatía	Solteros/as	1293	29,00	6,68	-3,59	0,00
	Casados/as	103	31,45	6,42		

De acuerdo con los datos presentados en la tabla 3, existen diferencias estadísticamente significativas entre personas casadas y solteras en las tres variables. En cuanto a la satisfacción con la vida ($t = -4.22$; $p < .001$), las personas casadas puntúan más alto ($M = 14.45$; $DS = 3.49$) que las solteras ($M = 12.93$; $DS = 3.42$). En relación con las dificultades en regulación emocional ($t = 4.78$; $p < .001$), las personas solteras presentan mayores dificultades ($M = 37.14$; $DS = 13.02$) que las casadas ($M = 30.68$; $DS = 13.76$). Sobre la empatía ($t = -3.59$; $p < .001$), las personas casadas puntúan más alto ($M = 31.45$; $DS = 6.42$) que las solteras ($M = 29.00$; $DS = 6.68$).

Tabla 4. Comparación de medias respecto a la parentalidad (personas con hijos y sin hijos).

Variables		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>DS</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Satisfacción con la vida	≥ 1	184	13,80	3,71	3,08	0,00
	< 1	1267	12,96	3,42		
Dificultades en regulación emocional	≥ 1	187	32,45	12,76	-4,52	0,00
	< 1	1268	37,07	13,08		
Empatía	≥ 1	190	31,06	6,23	4,08	0,00
	< 1	1268	28,95	6,71		

En la tabla 4 se presenta que existen diferencias estadísticamente significativas entre personas con hijos y sin hijos en las tres variables. Sobre la satisfacción con la vida ($t = 3.08$; $p = .002$), las personas con hijos puntúan más alto ($M = 13.80$; $DS = 3.71$) que las personas sin hijos ($M = 12.96$; $DS = 3.42$). En cuanto a las dificultades en regulación emocional ($t = -4.52$; $p < .001$), quienes tienen hijos puntúan más bajo ($M = 32.45$; $DS = 12.76$) que quienes no tienen hijos ($M = 37.07$; $DS = 13.08$). Respecto a la empatía ($t = 4.08$; $p < .001$), las personas que tienen hijos puntúan más alto ($M = 31.06$; $DS = 6.23$) que las personas que no tienen hijos ($M = 28.95$; $DS = 6.71$).

4. Discusión

Los resultados obtenidos en este estudio muestran una correlación positiva y significativa entre la satisfacción con la vida y la empatía, lo cual es consistente con los hallazgos de que los niveles de empatía están relacionados con el bienestar subjetivo y la satisfacción con la vida (Chopik et al., 2017).

En cuanto a la satisfacción con la vida, los resultados muestran una correlación negativa significativa con las dificultades en la regulación emocional. Este hallazgo está en línea con lo indicado por Veloso-Besio et al. (2013), quienes destacan que una regulación emocional efectiva permite una mejor gestión del estrés y las demandas cotidianas, lo cual podría contribuir a una mayor satisfacción vital.

En los resultados se observa que las dificultades de regulación emocional y la empatía no se correlacionan significativamente y esto es coherente con investigaciones previas. En particular, un meta-análisis sobre la relación entre simpatía, empatía y regulación emocional muestra que, si bien la simpatía está asociada con la regulación emocional, la empatía no lo está; Esta tendencia se observa en diversas muestras, independientemente de factores como edad, sexo o cultura (Yavuz et al., 2024). No obstante, a pesar de que existen estudios cuyos resultados han mostrado una correlación significativa entre regulación emocional y empatía, dicha correlación podría estar

influenciada por la frecuente mezcla o unificación de los conceptos de empatía y simpatía (Yavuz et al., 2024). En este sentido, será crucial no solo examinar cómo se mide la empatía en estos estudios, sino también desarrollar y validar escalas que permitan diferenciar con precisión entre simpatía y empatía, y utilizar dichas escalas para investigar de manera más acertada esta correlación. Además, investigaciones más específicas sobre los diferentes tipos de empatía indican que, mientras que una mayor empatía cognitiva se asocia con una mejor regulación emocional, la empatía afectiva tiende a estar vinculada con mayores dificultades en la regulación emocional (Thompson et al., 2022). Esta diferenciación sugiere que no todos los aspectos de la empatía impactan de la misma manera en la capacidad para regular las emociones, lo que también podría explicar por qué en este estudio no se encontró una relación significativa entre las dos variables.

Respecto a las diferencias por sexo, los resultados de este estudio señalan que las mujeres reportan niveles significativamente mayores de empatía en comparación con los hombres. Este hallazgo se suma a la literatura existente, que ha documentado consistentemente que las mujeres, en diferentes grupos etarios, en promedio, exhiben una mayor capacidad empática que los hombres (Álvarez Cabrera et al., 2010; García Terán et al., 2014; Mestre Escrivá et al., 1998; Vizoso-Gómez, 2019).

Sobre las diferencias en función del estado civil y la parentalidad, se halló que las personas casadas y con hijos presentan mayores niveles de satisfacción con la vida, regulación emocional y empatía en comparación con las personas solteras o sin hijos, respectivamente. Estos resultados se alinean con la literatura que sugiere que el apoyo social proporcionado, por ejemplo, por el matrimonio, se correlaciona y puede predecir en gran medida mayor satisfacción con la vida (Khodabakhsh, 2022; Barrett, 1999). Sin embargo, es importante señalar que estas relaciones no implican necesariamente que el estar casado o ser padre o madre equivalga siempre a un apoyo social efectivo, ya que esto puede variar en función de factores individuales y contextuales.

Limitaciones del estudio y sugerencias para futuras investigaciones

Este estudio presenta algunas limitaciones que deben ser consideradas al interpretar sus resultados. El diseño transversal utilizado impide establecer relaciones causales entre las variables, lo que limita la capacidad para inferir la dirección de las relaciones entre empatía, satisfacción con la vida y regulación emocional. Por lo tanto, se sugiere realizar investigaciones de tipo causal y longitudinal que permitan explorar las relaciones entre estas variables a lo largo del tiempo.

Además, el uso de un muestreo no probabilístico y la concentración de adultos jóvenes en la muestra podrían haber introducido sesgos que afectan la capacidad de generalizar los resultados a otras poblaciones. En este sentido, se recomienda replicar el estudio con muestras más diversas, que incluyan una mayor variedad de edades y características sociodemográficas, para aumentar la representatividad de los hallazgos.

Un factor limitante relevante es la dependencia de autoinformes para los resultados, por lo que será importante interpretarlos con cautela; por ejemplo, para analizar los datos relacionados con la empatía en este estudio, deberá considerarse aspectos fundamentales, como que la empatía puede evocarse por la imaginación y puede verse influenciada por estados momentáneos (Cuff et al., 2016), lo que sugiere que los resultados obtenidos podrían estar sujetos a variaciones emocionales o contextuales que hayan afectado a los participantes en el instante en que respondieron el test.

Otra limitación importante radica en el uso de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS), adaptada para población chilena. Aunque los índices de fiabilidad obtenidos fueron adecuados, la falta de validación de esta herramienta en la población ecuatoriana podría haber afectado la precisión de las mediciones. En consecuencia, sería útil que futuras investigaciones psicométricas validen las escalas utilizadas en este estudio para asegurar su relevancia y precisión en el contexto ecuatoriano.

También se observó que las mujeres presentan niveles más altos de empatía que los hombres, lo que abre la posibilidad de investigar a profundidad las causas de estas diferencias de sexo. Adicionalmente, dado que se detectó que las personas con hijos reportan mayor satisfacción con la vida, mayor empatía y mejor regulación emocional, es relevante investigar las razones subyacentes de este fenómeno, con el fin de profundizar en el impacto que la parentalidad.

Aplicaciones prácticas

Los resultados obtenidos en este estudio presentan diversas implicaciones prácticas. En primer lugar, los hallazgos pueden ser relevantes para futuras investigaciones que amplíen el análisis de las variables y factores abordados. Asimismo, los datos recopilados pueden servir como base para el diseño de programas de intervención dirigidos a promover la regulación emocional y la empatía, adaptados a distintos contextos. Además, la información

presentada también puede ser de gran utilidad para los profesionales de la psicología y disciplinas afines, quienes pueden emplearla para obtener una comprensión más detallada de los aspectos psicológicos y sociales involucrados, y para diseñar intervenciones personalizadas que atiendan necesidades específicas.

5. Conclusiones

Los resultados de este estudio indican que la satisfacción con la vida se correlaciona positivamente con la empatía, mientras que se relaciona negativamente con las dificultades en la regulación emocional. Sin embargo, no se encontró una correlación significativa entre la empatía y las dificultades en la regulación emocional. Además, las mujeres reportaron niveles significativamente mayores de empatía y mayor interferencia emocional en comparación con los hombres. También se observó que las personas casadas y con hijos presentan mayores niveles de satisfacción con la vida, regulación emocional y empatía. Es importante, sin embargo, tener cautela al hacer afirmaciones globales sobre estos resultados, especialmente en lo que respecta a las diferencias de género y otros factores, ya que estos hallazgos no deben ser generalizados sin considerar las particularidades de cada contexto cultural y social.

Referencias citadas

1. Álvarez Cabrera, P., Carrasco Gutiérrez, M., & Fustos Mutis, J. (2010). Relación de la empatía y género en la conducta prosocial y agresiva, en adolescentes de distintos tipos de establecimientos educacionales. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 3(2), 27-36.
2. Arias, P. R., & García, F. E. (2018). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en población ecuatoriana adulta. *Pensamiento Psicológico*, 16(2), 21-29.
3. Ato, M., López-García, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059.
4. Barrett, A. E. (1999). Social support and life satisfaction among the never married: Examining the effects of age. *Research on Aging*, 21(1), 46-72.
5. Bradley, R., & Corwyn, R. (2004). Life satisfaction among european american, african american, chinese american, mexican american, and dominican american adolescents. *International Journal of Behavioral Development*, 28(5), 385-400.
6. Bramson, B., Toni, I., & Roelofs, K. (2023). Emotion regulation from an action-control perspective. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 105397.
7. Caqueo-Urizar, A., Mena-Chamorro, P., Flores, J., Narea, M., & Irrazaval, M. (2020). Problemas de regulación emocional y salud mental en adolescentes del norte de Chile. *Terapia psicológica*, 38(2), 203-222.
8. Castellanos-Alvarenga, L. M., & Zapata-Antón, J. (2023). Satisfacción con la vida, valores materiales y actitudes de compra. Una revisión sistemática. *Revista Multidisciplinaria de Investigación-REMI*, 129-145.
9. Chopik, W. J., O'Brien, E., & Konrath, S. H. (2017). Differences in empathic concern and perspective taking across 63 countries. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 48(1), 23-38.
10. Cuff, B. M., Brown, S. J., Taylor, L., & Howat, D. J. (2016). Empathy: A review of the concept. *Emotion review*, 8(2), 144-153.
11. Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
12. Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2018). Advances and Open Questions in the Science of Subjective Well-Being. *Collabra. Psychology*, 4(1), 15. <https://doi.org/10.1525/collabra.115>
13. Duan, C., & Sager, K. (2018). Understanding Empathy: Current State and Future Research Challenges. *The Oxford Handbook of Positive Psychology*, (3ra edición). <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199396511.013.62>
14. Garaigordobil, M., & De Galdeano, P. G. (2006). Empatía en niños de 10 a 12 años. *Psicothema*, 18(2), 180-186.
15. García Terán, M., Cabanillas, G., Morán, V., & Olaz, F. O. (2014). Diferencias de género en habilidades sociales en estudiantes universitarios de Argentina. *Anuario Electrónico de Estudios en Comunicación Social "Disertaciones"*, 7(2), 114-135.
16. Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of psychopathology and behavioral assessment*, 26, 41-54.
17. Guzmán-González, M., Mendoza-Llanos, R., Garrido-Rojas, L., Barrientos, J., & Urzúa, A. (2020). Propuesta de valores de referencia para la Escala de Dificultades de Regulación Emocional (DERS-E) en población adulta chilena. *Revista médica de Chile*, 148(5), 644-652.
18. Guzmán-González, M., Trabucco, C., Urzúa, A., Garrido, L., & Leiva, J. (2014). Validez y confiabilidad de la versión adaptada al español de la Escala de Dificultades de Regulación Emocional (DERS-E) en población chilena. *Terapia psicológica*, 32(1), 19-29.
19. Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Luicio, M. del P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw Hill.
20. Hervás, G., & Jódar, R. (2008). Adaptación al castellano de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional. *Clínica y salud*, 19(2), 139-156.
21. John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and Unhealthy Emotion Regulation: Personality Processes, Individual Differences, and Life Span Development. *Journal of Personality*, 72(6), 1301-1334. doi:10.1111/j.1467-6494.2004.00298.x
22. Jolliffe, D., & Farrington, D. P. (2006). Development and validation of the Basic Empathy Scale. *Journal of adolescence*, 29(4), 589-611.

23. Jolliffe, D., & Farrington, D. P. (2006). *Development and validation of the Basic Empathy Scale*. *Journal of Adolescence*, 29(4), 589–11. doi:10.1016/j.adolescence.2005.08.010
24. Khodabakhsh, S. (2022). Factors affecting life satisfaction of older adults in Asia: A systematic review. *Journal of Happiness Studies*, 23(3), 1289-1304.
25. Ki, M., Lapierre, S., Gim, B., Hwang, M., Kang, M., Dargis, L., Jung, M., Koh, E. J., & Mishara, B. (2024). A systematic review of psychosocial protective factors against suicide and suicidality among older adults. *International Psychogeriatrics*, 36(5), 346–370. <https://doi.org/10.1017/S104161022300443X>
26. Laghi, F., Lonigro, A., Pallini, S., & Baiocco, R. (2018). Emotion regulation and empathy: Which relation with social conduct?. *The Journal of genetic psychology*, 179(2), 62-70.
27. Lockwood, P. L., Seara-Cardoso, A., & Viding, E. (2014). Emotion regulation moderates the association between empathy and prosocial behavior. *PLoS ONE*, 9(5), e96555.
28. Martínez-Priego, C., García-Noblejas, B. P., & Roca, P. (2024). Strategies and goals in Emotion Regulation models: a systematic review. *Frontiers in Psychology*, 15, 1425465.
29. Merino-Soto, C. & Grimaldo-Muchotrigo, M. (2015). Validación estructural de la Escala Básica de Empatía (Basic Empathy Scale) modificada en adolescentes: un estudio preliminar. *Revista Colombiana de Psicología*, 24(2), 261-270. doi: 10.15446/rcp.v24n2.42514.
30. Mestre Escrivá, M. V., Pérez Delgado, E., Samper García, P., & Martí Vilar, M. (1998). Diferencias de género en la empatía y su relación con el pensamiento moral y el altruismo. *Iberpsicología: Revista Electrónica de la Federación Española de Asociaciones de Psicología*, 3(1).
31. Mestre, J. M., Guil, R., Cortijo, M., Ruh, N., Serrano, N., & Jiménez, M. (2012). Regulación de emociones: una visión pragmática e integradora desde el modelo circumplejo. *Revista de Asociación de motivación y emoción*, 261-268.
32. Oliva, A., Antolín, L., Pertegal, M., Ríos, M., Parra, A., Hernando, A. & Reina, M. (2011). *Instrumentos para la evaluación de la salud mental y el desarrollo positivo adolescente y los activos que lo promueven*. Sevilla: Consejería de Salud.
33. Ossa Ramírez, J. F., González Velásquez, E., Rebelo Quirama, L. E., & Pamplona González, J. D. (2005). Los conceptos de bienestar y satisfacción. Una revisión de tema. *Revista Guillermo de Ockham*, 3(1), 27-59.
34. Patrichi, A., Rîmbu, R., Miu, A. C., & Szentágotai-Tátar, A. (2024). Loneliness and emotion regulation: A meta-analytic review. *Emotion*.
35. Thompson, N. M., Van Reekum, C. M., & Chakrabarti, B. (2022). Cognitive and affective empathy relate differentially to emotion regulation. *Affective Science*, 3(1), 118-134.
36. Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: a theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25–52.
37. Veloso-Besio, C., Cuadra-Peralta, A., Antezana-Saguez, I., Avendaño-Robledo, R., & Fuentes-Soto, L. (2013). Relación entre inteligencia emocional, satisfacción vital, felicidad subjetiva y resiliencia en funcionarios de educación especial. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 39(2), 355-366.
38. Vizoso-Gómez, C. M. (2019). Empatía en futuros maestros: diferencias por género. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 5(1), 541-546.
39. Wispe, L. (1987). History of the concept of empathy. *Empathy and its development*. New York: Cambridge University Press.
40. Wu, W., Wu, H., Wu, X., Gu, J., & Qi, X. (2024). A Meta-Analysis of Life Satisfaction's Association with Cognitive Reappraisal and Expressive Suppression: The Influences of Age, Gender, and Cultural Values. *Journal of Happiness Studies*, 25(4), 41.
41. Yavuz, H. M., Colasante, T., Galarneau, E., & Malti, T. (2024). Empathy, sympathy, and emotion regulation: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 150(1), 27–44. <https://doi.org/10.1037/bul0000426>