

ARTÍCULO ORIGINAL

Regulación emocional y violencia entre novios en jóvenes de Huancayo, Perú

Yaki Elen Aparco-Osorio^{1,a} | Ana Barboza Delgado^{1,a}

¹ Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
^a Egresadas del posgrado de Psicología Clínica y de la Salud, Perú.

Palabras clave:
regulación emocional; violencia;
jóvenes, Huancayo (Fuente: DeCS - BIREME).

RESUMEN

Objetivo. Determinar la relación entre la regulación emocional y violencia entre novios, en jóvenes de un instituto superior de Huancayo, 2023. **Métodos.** El método fue cuantitativo, no experimental y correlacional. La muestra estuvo conformada por 262 jóvenes de ambos sexos que mantienen una relación de pareja. Fueron evaluados mediante el cuestionario de autorregulación emocional (ERQ), que cuenta con 10 preguntas, así como el cuestionario de violencia entre novios (CUVINO), que cuenta con 29 preguntas; ambos con confiabilidad y validez. Para el análisis inferencial se utilizó la prueba r de Spearman, el valor de significancia fue de $p = 0,05$. **Resultados.** Se evidenció que existe correlación estadísticamente significativa entre regulación emocional y violencia entre novios (0,003; $p < 0,05$). La dimensión reevaluación cognitiva se relaciona con la violencia entre novios (0,038; $p < 0,05$); la regulación emocional se relaciona con las dimensiones: manipulación (0,40; $p < 0,05$), violencia psicológica (0,36; $p < 0,05$), violencia física (0,43; $p < 0,05$) y prohibición (0,003; $p < 0,05$). **Conclusiones.** La regulación emocional es un predictor de la violencia entre novios; a mayor regulación emocional será menor el maltrato y tendrán mayor facilidad de identificar los tipos de violencia en su relación de pareja.

Emotional regulation and violence among dating youth in Huancayo, Peru

Keywords:
emotional regulation; violence;
youth, Huancayo (Source: MeSH - NLM).

ABSTRACT

Objective. To determine the relationship between emotional regulation and violence among dating couples in young people from a higher education institute in Huancayo, 2023. **Methods.** The method was quantitative, non-experimental, and correlational. The sample consisted of 262 young people of both sexes who are in a romantic relationship. They were assessed using the Emotional Regulation Questionnaire (ERQ), which has 10 questions, and the Dating Violence Questionnaire (CUVINO, by its Spanish acronym), which has 29 questions; both with reliability and validity. Spearman's r test was used for inferential analysis, with a significance value of $p = 0.05$. **Results.** It was evident that there is a statistically significant correlation between emotional regulation and violence among dating couples (0.003; $p < 0.05$). The cognitive reappraisal dimension is related to violence among dating couples (0.038; $p < 0.05$); emotional regulation is related to the dimensions: manipulation (0.40; $p < 0.05$), psychological violence (0.36; $p < 0.05$), physical violence (0.43; $p < 0.05$), and prohibition (0.003; $p < 0.05$). **Conclusions.** Emotional regulation is a predictor of violence among dating couples; greater emotional regulation correlates with less abuse and a greater ability to identify types of violence in their romantic relationships.

Citar como: Aparco Osorio YE, Barboza Delgado A. Regulación emocional y violencia entre novios en jóvenes de Huancayo, Perú. Rev Peru Cienc Salud. 2024;6(1):27-34. doi: <https://doi.org/10.37711/rpcs.2024.6.1.438>

Correspondencia:

Yaki Elen Aparco Osorio
Pasaje Leimito Guzmán S/N Pilcomayo - Huancayo - Junín, Perú.

991 049 21
yakielenapar3@gmail.com



INTRODUCCIÓN

Dos personas se unen para amarse mutuamente"; el noviazgo es una relación afectiva que se manifiesta entre dos personas que se atraen mutuamente e incluye compartir actividades, metas, experiencias de la vida, sin la necesidad de cohabitar con la intención de establecer una relación de mayor compromiso ⁽¹⁾.

La regulación emocional es un proceso biológico donde el sujeto tiene la capacidad de ejercer un control de sus emociones ante estímulos positivos y negativos. Se manifiesta mediante: a) reevaluación cognitiva, es decir, la manera de interpretar los eventos generando una reacción emocional; b) expresión supresiva, es decir, la evitación de una respuesta emocional frente al estímulo, lo que genera cambios negativos en la conducta del sujeto ⁽²⁾.

Desde la teoría de Gross ⁽³⁾, Goleman ⁽⁴⁾ y Thompson ⁽⁵⁾, la regulación emocional son procesos donde los individuos experimentan emociones que pueden ser automáticas, controladas, conscientes o inconscientes. Las emociones se modulan a través de la situación, atención, interpretación y respuestas ante los eventos generados, permitiendo regular, comprender y tener mayor adaptabilidad a los cambios. Las funciones biológicas adaptativas de las emociones son señales catalizadoras de las conductas que mejoran la supervivencia.

Para Sanmartín ⁽⁶⁾, la violencia es cualquier conducta intencional que causa daño psicológico, físico y sexual, manifestándose mediante: a) desapego, es decir, se muestra indiferente frente a la pareja y a sus emociones; b) humillación, es la acción de emitir palabras y actitudes frente a la pareja; c) coerción, presionar o forzar en contra de su voluntad con amenazas y manipulaciones; d) violencia física, es decir, la pareja infringe golpes o genera daños a objetos, lo que representa un significado emocional para la persona. Así mismo, la violencia psicológica está presente en las relaciones de pareja sin que estas sean conscientes de su existencia, manifestando comportamientos en relación a la atribución del sistema patriarcal ⁽⁷⁾.

Mientras, la violencia entre novios se da dentro de una relación íntima sin convivencia. Se caracteriza por violencia superficial, percibiendo actitudes agresivas como juego y broma ⁽⁸⁾. La violencia de novios desde la teoría ecológica explica que el sujeto influye sobre su entorno; a su vez, el entorno influye en el sujeto al adaptarse a las condiciones que ofrece. La violencia se debe a diversas causas y factores culturales, psicológicos y sociales ^(9,10): a) individual: se relaciona con la historia y las caracte-

rísticas de su desarrollo personal; b) microsistema: se manifiesta por la violencia en la familia, el uso de sustancias psicoactivas, formación académica, falta de regulación emocional; c) exosistema: el trabajo, barrio, la escuela y la comunidad influyen en la persona mediante los factores culturales sexistas y la crianza autoritaria; d) macrosistema: representa los valores, normas sociales, creencias de la sociedad, mitos de la violencia ^(7,11).

Respecto a las causas de violencia, con mayor continuidad aparecen la dificultad para comunicarse, para identificar y formular sus sentimientos, manifestar sus emociones, manejar sus desilusiones y enfrentar los conflictos, lo que conlleva en muchas ocasiones a realizar actos de abuso que causan daño; por ende, los jóvenes que no gestionan o regulen adecuadamente sus emociones tienen mayor probabilidad de usar mecanismos inadecuados, lo que conlleva a la violencia en su relación de noviazgo ^(1,8).

En los estudios de la regulación emocional y violencia entre novios, Pérez et al. ⁽¹²⁾ dan a conocer que los jóvenes hacen uso de la violencia y a la vez son maltratados por su pareja. Al igual que Garrido et al. ⁽¹³⁾ refieren, quienes refieren que la violencia es bidireccional. Mientras que Solís et al. ⁽¹⁴⁾ identificaron que a mayor dependencia emocional se intensifica el riesgo de victimización y violencia en la relación de noviazgo. Ampoli et al. ⁽¹⁵⁾ demostraron que la falta de regulación emocional genera dificultad para el control de impulsos de modo que resultaron ser un predictor de la violencia. De igual manera, Rizo et al. ⁽¹⁶⁾ señalan que el estrés y el consumo de sustancias propician la violencia en las parejas. Alarcon et al. ⁽¹⁷⁾ expresan que la violencia se manifiesta porque hay una estructura familiar caótica, bajo nivel de satisfacción vital y baja autoestima, siendo el principal factor el estrés. Yupanqui ⁽¹⁸⁾, identificó que la dependencia emocional se asocia con la violencia en la pareja. Pérez et al. ⁽¹⁹⁾ identificaron que la supresión expresiva es un factor que puede generar la violencia sexual y física. Las personas que ejercieron violencia psicológica presentan niveles altos de ansiedad y niveles bajo en empatía ⁽²⁰⁾.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) reportó que a nivel mundial un 30 % padecieron de violencia física o sexual, el 27 % corresponde a las mujeres de 15 a 49 años y del 38 % al 50 % de los homicidios en mujeres fueron ocasionados por sus parejas. Todo esto genera un gran problema en la salud pública, al elevar el costo económico en las mujeres, en las familias y en el ámbito social ⁽²¹⁾.

En el Caribe y América Latina, según el Mapa Latinoamericano de Femicidios, se registró el 47 % de víctimas son ocasionados por su pareja o expareja y

el 37 % de los casos se desconoce si tenían indicios de violencia sexual, mientras si el 4 % sí lo tenían. Las edades estaban comprendidas entre 10 y 60 años de edad ⁽²²⁾.

Mientras, en Perú, el Centro de Emergencia Mujer (CEM) reportó que de enero a septiembre del año 2023 el existía el 85,5 % de violencia contra la mujer y el 14,5 % en contra de los varones. De los casos reportados desde los 18 a 59 años de edad, el 96,2 % corresponden a mujeres y el 3,8 % a varones. En La región Junín, se encuentra dentro de las 6 primeras con mayor número de casos, el 4,7 % corresponde a la violencia psicológica y física, mientras la violencia sexual aparece con el 4,5 %, a diferencia de otras regiones. Así mismo, el 69,1 % de los casos en algún momento fue víctima de violencia por su pareja, entre edades de 15 y 49 años ^(23,24).

Las consecuencias de la violencia entre novios es impactante para la salud física y emocional de los jóvenes ⁽³¹⁾, estando expuestos a incurrir en conductas de riesgo como el consumo de alcohol y drogas, intentos de suicidio y mayor probabilidad de presentar afectación en la autoestima, desregulación emocional, depresión, ansiedad y embarazos no deseado de la misma manera, a futuro en la relación de noviazgo hay mayor probabilidad de ser víctima/agresor de violencia marital. Las consecuencias no solo afectan en el momento de su aparición, sino que trasciende en el futuro de su relación ^(1,8).

Por lo tanto, se observa la importancia de la salud mental en nuestro desarrollo. A la vez, la necesidad de prevenir la violencia en la sociedad mediante estrategias de trabajo desde la infancia, enfatizando en la importancia de la regulación emocional para no ser partícipes de esta problemática que viene aquejando a la sociedad actual. Para lo cual, se planteó como objetivo determinar la relación entre la regulación emocional y violencia entre novios en jóvenes de un instituto superior de Huancayo, Perú.

MÉTODOS

Tipo de estudio

Se trata de un estudio cuantitativo, no experimental, ya que las hipótesis fueron medidas a través de datos numéricos y las variables se evaluaron en un contexto natural sin necesidad de manipularlas; el alcance fue correlacional, ya que se buscó relacionar la regulación emocional y la violencia entre novios ⁽²⁵⁾.

Población y muestra

Para este estudio se contó con jóvenes que mantienen o estuvieron en una relación de noviazgo entre los

18 y 27 años del Instituto Superior Técnico Privado Eugenio Paccelly de la provincia de Huancayo. La población estuvo conformada por 822 estudiantes y la muestra fue de 262 jóvenes del Instituto. El muestreo fue no probabilístico por conveniencia porque es accesible y disponible para el presente estudio.

Los requisitos de inclusión para la muestra fueron: que fuesen jóvenes de ambos sexos, entre los 18 y 27 años, estar estudiando en el Instituto y haber estado o estar en una relación de noviazgo. Los criterios de exclusión que se tomaron en cuenta fueron: no incluir a menores de 18 ni mayores de 27 años, y los que no estuvieran estudiando en el Instituto o no hubieran estado en una relación de noviazgo.

De acuerdo con Sánchez et al. ⁽²⁶⁾, para la recolección de los datos se realizó la técnica de la encuesta, lo que permitió recolectar la información por medio de cuestionarios. A continuación, se detalla cada uno de ellos:

Se aplicó el cuestionario de datos sociodemográficos, el Cuestionario de autorregulación emocional, elaborado por el autor original ⁽²⁷⁾. Adaptado en Perú ⁽²⁸⁾, se evaluó partir de los 18 años de forma colectiva o individual; cuenta con 10 ítems y 2 dimensiones. La duración de 15 minutos. El cuestionario está cuantificado en 5 escalas, desde 1 que representa que no ocurrió y 5 que ocurrió o totalmente de acuerdo. La confiabilidad y validez se realizó con el programa de *software* Janovi. Mediante la técnica de análisis factorial confirmatorio se obtuvo un adecuado ajuste del instrumento ($\chi^2/gl = 1,561$, CFI = 0,907, TLI = 0,877; RMSEA = 0,61, SRMR = 0,0543) con un indicador del coeficiente omega de McDonald de 0,733, lo que indica ser confiable.

Por otra parte, el cuestionario de violencia entre novios (CUVINO), adaptado en Perú ⁽²⁹⁾, se evaluó a partir de los 18 a los 35 años, de forma individual o colectiva. Cuenta con 25 ítems y 4 dimensiones; el tiempo de duración de su aplicación fue de 20 minutos; cuantificado en una escala de 5, desde 1 que representa que no sucedió y 5 que sucedió o totalmente de acuerdo. La confiabilidad y validez se realizó con el programa de *software* Janovi. Mediante la técnica de análisis factorial confirmatorio se obtuvo un buen ajuste del instrumento ($\chi^2/gl = 2,00$, CFI = 0,94, TLI = 0,91; RMSEA = 0,04, SRMR = 0,06) con un indicador del coeficiente omega de McDonald de 0,91; lo que indica que es confiable.

Procedimientos de recolección de datos

Fue solicitada la aprobación del proyecto y los respectivos permisos, cumpliendo las directrices del

Comité de Ética de la Investigación de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (UNMSM), para acceder a los estudiantes del instituto superior de Huancayo. Una vez aprobado se recolectó los datos durante los meses de octubre y noviembre del 2023. Inicialmente, se entregó el consentimiento informado, continuando con la aplicación de los cuestionarios; los datos obtenidos fueron utilizados únicamente para el estudio tomando en cuenta el principio ético.

Análisis de datos

Una vez consolidados los datos se procedió a procesar en el programa IBM SPSS 25, iniciando con la validez y confiabilidad de los instrumentos mediante el análisis factorial confirmatorio, el cual evidenció un adecuado ajuste de los instrumentos. Seguidamente, se desarrolló la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnow, la cual evidenció que los datos no presentaban una distribución normal, siendo no paramétrica. Finalmente, se realizó el análisis inferencial mediante pruebas de correlación, aplicando el test estadístico rho de Spearman.

Aspectos éticos

Los principios éticos aplicados fueron velados mediante la intervención del comité de Ética, quien supervisó y acompañó el proceso de la investigación; ello implicó tomar en cuenta la honradez, veracidad, imparcialidad, transparencia, dependencia, responsabilidad, independencia, respeto, confiabilidad y pertinencia entre otros aspectos establecidos en el Código de Ética Investigativa de la UNMSM ⁽³⁰⁾.

RESULTADOS

Datos sociodemográficos de los jóvenes

Respecto a los resultados descriptivos de los datos sociodemográficos de la muestra estudiada, la distribución por sexo es casi equitativa, con un 51,9 % de participantes femeninos ($n = 136$) y un 48,1 % de participantes masculinos ($n = 126$). En cuanto a la edad, la mayoría de los participantes se encuentran en el rango de 18 a 20 años (46,9 %, $n = 123$), seguido por aquellos de 21 a 23 años (31,3 %, $n = 82$), de 24 a 26 años (14,9 %, $n = 39$), y una minoría de 27 años porque cumplieron recientemente la edad en el momento de la investigación (6,9 %, $n = 18$). En relación al estado del noviazgo, el 50,4 % de los participantes han estado en una relación ($n = 132$), un 12,2 % conviven ($n = 32$), y un 37,4 % están en una relación ($n = 98$). Estos datos proporcionan el contexto demográfico para el análisis de la correlación entre la regulación emocional y la violencia entre novios en los jóvenes (ver Tabla 1).

Tabla 1. Datos sociodemográficos de los jóvenes del Instituto

Variable	n = 262	
	fi	%
Sexo		
Femenino	136	51,9
Masculino	126	48,1
Edad		
18-20	123	46,9
21-23	82	31,3
24-26	39	14,9
27	18	6,9
Estado del noviazgo		
Haber estado en una relación	132	50,4
Convivencia	32	12,2
En una relación	98	37,4

Niveles de regulación emocional y violencia entre novios

El estudio posibilitó identificar que el 71 % de los jóvenes presentaban mayor regulación emocional ($n = 186$) y el 29 % menor regulación emocional; lo que señala que la mayoría de los jóvenes suelen gestionar sus emociones adecuadamente. En cuanto a la violencia entre novios, los resultados evidencian que el 97,7 % de los jóvenes presentaban violencia en su relación, en un nivel bajo ($n = 256$), seguido por el 1,9 % en un nivel moderado ($n = 5$) y la minoría presenta un nivel de violencia alto en su relación (0,4 %, $n = 1$) (ver Tabla 2).

Análisis correlacional

Se observa que la regulación emocional presenta correlación negativa débil y significativa con la violencia entre novios ($,003$; $p < 0,05$). Esto indica que en la medida que los participantes del estudio tienen más altos niveles de regulación emocional más bajo será el reporte de violencia en la relación que mantienen con sus novios.

Tabla 2. Niveles de regulación emocional y violencia entre novios

Variable	n = 262	
	fi	%
Regulación emocional		
Menor	76	29,0
Mayor	186	71,0
Violencia entre novios		
Bajo	256	97,7
Medio	5	1,9
Alto	1	,4

Tabla 3. Correlaciones de las variables de estudio en los jóvenes

Variables	Regulación emocional		Reevaluación cognitiva		Supresión expresiva	
	Nivel de correlación	Sig.	Nivel de correlación	Sig.	Nivel de correlación	Sig.
Violencia entre novios	-,182**	0,003	-,128*	0,038	-,096	0,121
Violencia física	-,125*	0,43				
Manipulación	-,127*	0,40				
Violencia psicológica	-,130*	0,36				
Coerción	-,058	,349				
Prohibición	-,181**	,003				

En cuanto a las dimensiones de la regulación emocional, se evidencia que la supresión expresiva no se correlaciona estadísticamente con la violencia entre novios (0,121; $p > 0,05$), mientras que la reevaluación cognitiva se relaciona negativa débil y significativa con la violencia entre novios (0,038; $p < 0,05$). Estos resultados indican que la supresión expresiva es independiente del reporte de violencia en una relación de novios, mientras que la reevaluación cognitiva impacta inversamente sobre los puntajes de violencia entre novios.

De la misma manera, la regulación emocional y las dimensiones de la violencia entre novios, expresa una relación negativa débil con las escalas de manipulación (0,40; $p < 0,05$), violencia psicológica (0,36; $p < 0,05$), física (0,43; $p < 0,05$); y muy significativa con la dimensión prohibición (0,003; $p < 0,05$). Estos resultados indican que la regulación emocional tiene un impacto en la reducción de la violencia en una relación de novios y en sus subescalas.

DISCUSIÓN

La regulación emocional es un elemento fundamental para los jóvenes, a quienes les permite gestionar adecuadamente sus emociones. En el estudio se evidenció que el 71 % presenta mayor regulación emocional, es decir, tienen los recursos necesarios para autorregular sus emociones y el 97,7 % niveles bajos de violencia en la relación de noviazgo. Es de interés velar por la salud mental de los jóvenes que permitirá prevenir diversas problemáticas que están aquejando a la sociedad.

Respecto a los datos del estado de noviazgo de los jóvenes, se apreció que el 50,4 % ya no estaba en una relación por diversos motivos y el 49,6 % aún mantenía su relación de noviazgo; ello indica la influencia de los niveles bajos de violencia en su relación, por lo que al tener mayor regulación emocional les permitió identificar ciertos indicadores

de estar en una relación de noviazgo en riesgo de violencia o estar inmersos en violencia ⁽¹⁸⁾.

Por lo cual, se determinó la correlación entre las variables; es decir, a mayor regulación emocional menor será la presencia de violencia entre novios. Estos hallazgos se respaldan en que la regulación emocional es un predictor de la violencia entre novios; al presentarse la violencia en una relación se manifiestan dificultades en la aceptación emocional, en el control de impulsos y la falta de claridad emocional ⁽¹⁾.

Así mismo, estos hallazgos coinciden con el descubrimiento los de Andrade ⁽³¹⁾ y Redondo ⁽³²⁾, quienes muestran la magnitud del impacto que genera la violencia y la victimización en el bienestar psicológico y en la vida adulta, añadiendo que la violencia en una relación de noviazgo es un predictor del maltrato conyugal. Solís et al. ⁽¹⁴⁾ y Yupanqui ⁽¹⁸⁾, identificaron que a mayor dependencia emocional se incrementa la probabilidad de vivenciar violencia en una relación de noviazgo. La violencia suele manifestarse en que la relación familiar es caótica y hay presencia baja de satisfacción vital, siendo el factor predominante el estrés ⁽¹⁷⁾. Por consiguiente, a mayor nivel de regulación emocional en los jóvenes, se aprende a saber reconocer y contar con los recursos necesarios para gestionar las emociones, por lo que menor será la manifestación de la violencia en una relación de noviazgo; de esa manera, permitirá predecir la violencia entre novios y la violencia conyugal. Esto implicaría que los jóvenes requieren de tiempo y discernimiento para mayor conocimiento de la pareja previo a un compromiso formal.

Se evidenció la correlación significativa entre la dimensión reevaluación cognitiva de la regulación emocional y violencia entre novios a diferencia de la supresión expresiva. Lo que indica que a mayor presencia de reevaluación cognitiva será menor la probabilidad de manifestarse la violencia en la

relación de noviazgo de los jóvenes y la supresión expresiva, independientemente de la presencia o ausencia. No influye en la manifestación de violencia en una relación de novios. Estos resultados respaldan al hallazgo de Pérez et al. ⁽¹⁹⁾, quienes mencionan que la reevaluación cognitiva es un predictor en la aparición de la violencia, es decir, que la dimensión reevaluación cognitiva es un predictor primordial de la violencia de pareja/intrafamiliar. Estos resultados explicarían que los jóvenes de hoy en día, antes de formalizar su relación de noviazgo, deberían aprender a desarrollar estrategias para expresar sus emociones, sentimientos y evitar así la violencia en su relación a futuro.

De la misma manera, existe correlación significativa entre la regulación emocional y las dimensiones manipulación, violencia física, prohibición, violencia psicológica y no se evidenció ninguna relación con la dimensión coerción. Lo que indica que la regulación emocional reduce la violencia en sus diversas formas en una relación de noviazgo. Estos hallazgos respaldan a Solís et al. ⁽¹⁴⁾ y Gross ⁽³⁾, quienes manifiestan que al presentar cierta dependencia emocional los jóvenes, lo que es una de las características de la dificultad para regulación las emociones, estarían en riesgo de ser víctimas o ejercer la violencia en sus diversas formas en una relación de noviazgo. La violencia psicológica está presente en una relación de pareja sin que aquellos sean de su existencia, atribuyéndole al comportamiento del sistema cultural/patriarcal ⁽⁷⁾. A su vez, el hallazgo de Pérez et al. ⁽¹⁹⁾ indica que el manejo del conflicto predice de manera negativa la violencia psicológica, física, amenaza, entre otros tipos de violencia. Los que ejercen violencia psicológica presentan niveles altos de ansiedad y disminución empática ⁽²⁰⁾; es decir, una adecuada regulación emocional reduce la violencia psicológica y la posibilidad de manipulación, físico, prohibición por parte de sus parejas, reconociendo estos tipos de maltrato con facilidad. Esto implicaría que los jóvenes, al desarrollar la capacidad de regular las emociones y sentimientos, tendrán mayor facilidad de identificar los primeros indicadores de la violencia en una relación de noviazgo y en una relación conyugal.

CONCLUSIÓN

Se determinó la relación estadísticamente significativa entre regulación emocional y violencia entre novios en jóvenes; a mayor entre la regulación emocional y la violencia será menor en una relación y los jóvenes tendrán mayor probabilidad de identificar con facilidad los tipos de violencia como: psicológica, física, manipulación y prohibición. Así mismo, se determinó la relación entre reevaluación cognitiva y la violencia entre novios, siendo un factor importante

para prevenir la aparición de la violencia; a diferencia de la supresión expresiva donde no se encontró relación

Una de las limitaciones primordiales que se evidenció fue el acceso a la muestra de estudio, ya que durante las fechas programadas los jóvenes del instituto superior estuvieron en actividades y algunos no deseaban participar en el estudio porque se relacionaba con la violencia en el noviazgo.

Recomendaciones

Se sugiere seguir indagando en estas temáticas, principalmente para prevenir la violencia en la edad adulta o conyugal y de esa manera, ir disminuyendo la problemática que va afectando en la salud mental y física de las personas.

Los datos del estudio pueden ayudar a mejorar la gestión emocional de los jóvenes mediante programas, talleres, capacitaciones. A su vez, la intervención desde la infancia y adolescencia resulta primordial ya que permitirá prevenir la problemática ante la violencia que actualmente se vive dentro de una relación.

Agradecimientos

A la Universidad Nacional Mayor de San Marcos y a su Facultad de Psicología, por brindarnos sus conocimientos y asesorías a través de su magnífica plana docente, quienes propiciaron que se haga realidad el presente artículo; a los representantes del Instituto Superior Técnico Eugenio Paccelly de Huancayo por abrir sus puertas y brindar acceso a la población en estudio y obtener así la información necesaria.

REFERENCIAS

1. Castro R, Casique I. Noviazgo y violencia en el noviazgo: definiciones, datos y controversias. En: Castro R, Casique I. Violencia en el noviazgo entre los jóvenes mexicanos. Cuernavaca: UNAM, CRIM; 2010. p. 17-28. Disponible en: <https://www.uv.mx/cendhiu/files/2016/01/4-LECTURA-VIOLENCIA-EN-EL-NOVIAZGO.pdf>
2. Universidad del Desarrollo. Conferencia 1: Dr. James J. Gross "Regulación Emocional/Emotion Regulation" [Internet]. Las Condes: UDD; 2021 [Consultado el 12 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://psicologia.udd.cl/noticias/2021/04/conferencia-1-dr-james-j-gross-regulacion-emocional-emotion-regulation/>
3. Gross JJ. The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology* [Internet] 1998 [Consultado el 13 de septiembre de 2023];2(3):271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
4. Goleman D. Inteligencia emocional [Internet]. Barcelona: Kairós; 1995 [Consultado el 11 de agosto de 2020]. Disponible en: http://www.cuonala.udg.mx/sites/default/files/ad-juntos/inteligencia_emocional_daniel_goleman.pdf
5. Thompson R. Emotion and self-regulation. En: Nebraska Symposium on Motivation. Lincoln: Socioemotional Development; 1988. p. 370-81.

6. Sanmartin J. ¿Qué es violencia? Una aproximación al concepto y a la clasificación de la violencia. *Rev Internacional de Filosofía* [Internet]. 2007 [Consultado el 13 septiembre de 2023];42(2007):21-9. Disponible en: <https://revistas.um.es/daimon/article/view/95881>
7. Noa L, Alminán Y, Durán Y. La violencia psicológica en las relaciones de pareja. Una problemática actual. *Rev Información Científica* [Internet]. 2014 [Consultado el 13 septiembre de 2023];88(6):1154-1145. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/5517/551757253018.pdf>
8. Mendoza L, Gallardo R, Castillo D, Castrillo T, Zamora A, Montes F. Causas y consecuencias de la violencia en el noviazgo: una mirada de los jóvenes universitarios de la ciudad de Tarija, Bolivia. *Rev Ajayu*. [Internet]. 2019 [Consultado 7 de abril de 2023];17(2):283-316. Disponible en: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612019000200004
9. Bronfenbrenner U. La ecología del desarrollo humano [Internet]. Biblioteca digital Mineduc; 1987 [Consultado el 25 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://bibliotecadigital.mineduc.cl/handle/20.500.12365/18032>
10. Agoff C, Herrera C, Castro R. The weakness of family ties and their perpetuating effects on gender violence: A qualitative study in Mexico. *Rev Violence against women* [Internet]. 2007 [Consultado el 14 de septiembre de 2023];13(11):1220-1206. Disponible en: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1077801207307800>
11. De Alencar R, Cantera L. Violencia de género en la pareja. *Rev Psico* [Internet]. 2012 [Consultado el 15 de septiembre de 2023];43(1):126-116. <https://n9.cl/p60zl>
12. Pérez N, Sánchez M, De la Hoz E, Reyes L, Carmona F. Violencia en el noviazgo en jóvenes colombianos: Análisis de la prevalencia según género y aportes para su intervención bidireccional. *Rev Archivos venezolanos de Farmacología y Terapéutica* [Internet]. 2020 [Consultado el 13 de septiembre de 2023];39(4):536-126. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/559/55965385023/55965385023.pdf>
13. Garrido M, Arribas A, De Miguel J, García Á. La violencia en las relaciones de pareja de jóvenes: prevalencia, victimización, perpetración y bidireccionalidad. *Rev Logos Ciencia & Tecnología* [Internet]. 2022 [Consultado el 15 de septiembre de 2023];12(2):19-8. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S2422-42002020000200008&script=sci_arttext
14. Solís A, Cortés L, Vega J. Dependencia emocional y violencia en el noviazgo en estudiantes preuniversitarios. *Rev de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales* [Internet]. 2021 [Consultado el 14 de septiembre de 2023];12(1):29-45. Disponible en: <https://revistapcc.uat.edu.mx/index.php/RPC/article/view/403>
15. Ampoli M, Varela A, Abecasis M. Violencia en noviazgos adolescentes: su relación con las dificultades de regulación emocional y el sexismo ambivalente. *Rev Investiga* [Internet]. 2021 [Consultado el 14 de septiembre de 2023];4(4):116-100. Disponible en: <https://revistas.upc.edu.ar/investiga-mas/article/view/67/133>
16. Rizo L, Sánchez J. Facilitadores de la Violencia de Pareja Percibidos por Víctimas y Victimarios: Estudio Exploratorio en el Contexto de la Teoría del Aprendizaje Social. *Rev Acta de investigación psicológica* [Internet]. 2022 [Consultado el 15 de septiembre de 2023];12(2):51-37. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-48322022000200037&script=sci_arttext
17. Alarcon O, Alba L, Arrieta L, Figueroa D, López C, Llanos J. Factores asociados a la violencia de pareja en jóvenes universitarios. *Rev Tejidos sociales* [Internet]. 2022 [Consultado el 16 de septiembre de 2023];4(1):14-1. Disponible en: <https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/tejsociales/article/download/5548/5328>
18. Yupanqui M. Dependencia emocional y violencia en pareja: una revisión de la literatura en el periodo 2017 y 2021. *Rev Ecuatoriana de Psicología* [Internet]. 2022 [Consultado el 14 de septiembre de 2023];5(12):128-117. Disponible en: https://repositorio.cidecuador.org/bitstream/123456789/2330/1/Articulo_5_Revista_REPSI_N12V5.pdf
19. Pérez C, Sánchez J, Checa P. Influencia del manejo de conflictos y la regulación emocional en la violencia cometida en la pareja. *Rev Psychology, Society & Education* [Internet]. 2023 [Consultado el 16 de septiembre de 2023];15(1):29-20. Disponible en: <https://journals.uco.es/psye/article/view/14570>
20. Guzmán M, García S, Sandoval B, Vásquez N, Villagrán C. Violencia psicológica en el noviazgo en estudiantes universitarios chilenos: diferencias en el apego y la empatía diaria. *Rev Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology* [Internet]. 2014 [Consultado el 20 de septiembre de 2023];48(2):346-338. <https://www.redalyc.org/pdf/284/28437897010.pdf>
21. Organización Mundial de la Salud. Violencia contra la mujer [Internet]. Sitio web mundial y regional; 2022 [Consultado el 16 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>
22. Mapa Latinoamericano de Femicidios. Sabías que en América Latina y el Caribe durante 2022 hubo un femicidio cada 2 horas. Sitio Web Femicidios bajo la lupa [Internet]. Estados de América Latina y el Caribe; 2023 [Consultado el 28 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://mlf.mundosaur.org/lupa>
23. Ministerio de la Mujer y Población Vulnerable. Cartillas estadísticas. [Internet]. Lima: MIMP; 2023 [Consultado el 2 de enero de 2023]. Disponible en: <https://portalestadistico.aurora.gob.pe/cartillas-estadisticas/>
24. Ministerio de la Mujer y Población Vulnerable. Formas de violencia. [Internet]. Perú; 2023 [Consultado el 3 de enero de 2023]. Disponible en: <https://portalestadistico.aurora.gob.pe/formas-de-la-violencia-2023/>
25. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la investigación. [Internet]. Mexico: Mc Graw-Hill; 2014 [Consultado el 20 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://archive.org/details/hernandezetal.metodologiadela-investigacion/page/n11/mode/2up>
26. Sánchez H, Reyes C, Mejía K. Manual de términos de investigación, científica, tecnológica y humanística [Internet]. Universidad Ricardo Palma, 2018 [Consultado el 22 de agosto de 2020] disponible en: <https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>
27. Gross J, Oliver P. Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Rev Journal of Personality and Social Psychology*. [Internet]. 2003 [Consultado 10 de septiembre de 2023];85(2):362-348. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
28. Gargurevich R, Matos L. Propiedades psicométricas del cuestionario de autorregulación emocional adaptado para el Perú. *Rev de Psicología*. [Internet]. 2010 [Consultado 11 de septiembre de 2023];12:215-192. Disponible en: <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/346852/propiedades%20psicometricas.pdf?sequence=1>
29. Raiser R, Manzanares E. Propiedades psicométricas del Cuestionario de Violencia entre Novios en universitarios peruano. *Rev Ciencias Psicológicas*. [Internet]. 2021 [Consultado el 10 de septiembre de 2023];15(2):1-18. Disponible en: <http://www.scielo.edu.uy/pdf/cp/v15n2/1688-4221-cp-15-02-e2548.pdf>
30. Resolución rectoral N° 012648-2023-R/UNMSM. Código de ética en investigación de la UNMSM Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Rectorado. (2023 Nov 21).

31. Andrade T, Oliveira A. Violencia y noviazgo en la adolescencia: una revisión de la literatura. *Rev Densidades* [Internet]. 2018 [Consultado el 10 de septiembre de 2023];(19):35-21. Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/pdf/desi/n19/es_n19a03.pdf
32. Redondo J, García L, Luazardo M. Síntomas psicopatológicos y emocionales asociados a malos tratos en parejas de adolescentes de Floridablanca, Colombia. *Rev Colombiana de Ciencias Sociales*. [Internet]. 2022 [Consultado el 14 de septiembre de 2023];13(2):538-521. <https://doi.org/10.21501/22161201.3728>

Contribución de los autores**YEAO:** trabajo en su totalidad.**ABD:** trabajo en su totalidad.**Fuentes de financiamiento**

La investigación fue realizada con recursos propios.

Conflictos de interés

Las autoras declaran no tener conflictos de interés.