

MLS PSYCHOLOGY RESEARCH

<https://www.mlsjournals.com/Psychology-Research-Journal>

ISSN: 2605-5295



Cómo citar este artículo:

Sánchez Alonso, J. (2021). Drogodependencia y desregulación emocional: una revisión sistemática. *MLS Psychology Research* 4 (1), 59-78. doi: 10.33000/mlspr.v4i1.597.

DROGODEPENDECIA Y DESREGULACIÓN EMOCIONAL: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

Javier Sánchez Alonso

Universidad Europea del Atlántico (España)

javier.sanchez1@alumnos.uneatlantico.es

Resumen. Introducción: La regulación emocional se ha relacionado con gran cantidad de trastornos mentales. Su definición ha tenido cierta controversia y distinciones según el autor. Se aportan dos modelos explicativos de la regulación emocional: el Modelo procesual de regulación emocional y el Modelo de regulación emocional basado en el procesamiento emocional. Asimismo, se explica la relación de esta habilidad con la población consumidora, y el estado actual de consumo en España. El objetivo de este estudio es estudiar la información científica más reciente, evaluar la utilidad de la regulación emocional para la prevención y la intervención en personas drogodependientes, y de manera más específica, identificar y analizar la relación existente, las técnicas evaluativas, y la muestra empleada. Método: La selección de artículos se ha realizado desde el año 2016 hasta 2020, estando estos relacionados con la regulación emocional y la población drogodependiente. Fueron ejecutadas búsquedas en Scopus y Psycinfo, utilizando los siguientes términos: “emotional regulation” AND “drug addiction”. Resultados: Del total de artículos potenciales, se seleccionaron 20 que se ajustaban a los criterios de inclusión y exclusión establecidos. Se destacan numerosas relaciones beneficiosas entre la regulación emocional y las personas drogodependientes, centrándose las investigaciones encontradas en poblaciones adultas. Asimismo, se distinguen y describen una serie de instrumentos empleados para la evaluación de la R.E. Discusión: En esta revisión se concluye que la regulación emocional tiene una gran influencia en la población drogodependiente, obteniéndose de su desarrollo numerosos beneficios, los cuales se dan a un nivel tanto de prevención como de intervención.

Palabras clave: regulación emocional, inteligencia emocional, drogodependencia, adicción, revisión sistemática.

DRUG DEPENDENCE AND EMOTIONAL DYSREGULATION: A SYSTEMATIC REVIEW

Abstract. Introduction: Emotional regulation has been linked to a large number of mental disorders. Its definition has had some controversy and distinctions according to the author. Two explanatory models of emotional regulation are provided: the emotional regulation process model and the emotional regulation model based on emotional processing. Likewise, the relationship of this ability with the consumer population and the current state of consumption in Spain are explained. The objective of this study is to study the most recent scientific information, evaluate the usefulness of emotional regulation for prevention and intervention in drug addicts, and more specifically, identify and analyze the existing relationship, the evaluative techniques, and the sample used. Method: The selection of articles has been made from 2016 to 2020, these being related to emotional regulation and the drug dependent population. Searches were carried out in Scopus and Psycinfo, using the following terms: "emotional regulation" AND "drug addiction". Results: Of the total number of potential articles, 20 were selected that met the established inclusion and exclusion criteria. Numerous beneficial relationships between emotional regulation and drug addicts stand out, focusing the research found in adult populations. Likewise, a series of instruments used for the evaluation of the emotional regulation. Discussion: In this review it is concluded that emotional regulation has a great influence on the drug-dependent population, obtaining numerous benefits from its development, which are given at a level of both prevention and intervention.

Keywords: emotional regulation, emotional intelligence, drug dependence, addiction, systematic review.

Introducción

La regulación emocional (R.E.) es clave en diversos trastornos como las adicciones, las conductas autolesivas, los trastornos del estado del ánimo o los trastornos de ansiedad, siendo encontrados en estos, estrategias disfuncionales de regulación (McNally, Palfai, Levine, & Moore, 2003; Gratz, 2003). En general, una persona con menos capacidad para regular sus emociones presentará dificultades en su vida diaria, apareciendo junto a estas, trastornos psicológicos; esto es debido a que las emociones tienen una función adaptativa al entorno, permitiendo facilitar la toma de decisiones y preparar al individuo para actuar (Gross, 1999).

Al analizar las publicaciones relacionadas con este tema, se observa un marcado aumento que se ve en los últimos años. Como se puede ver en la *figura 1*, los documentos publicados, relacionados con la regulación emocional; tienen un incremento gradual en los 20 últimos años, indicativo de que hay un mayor interés en lo que concierne a este tema.

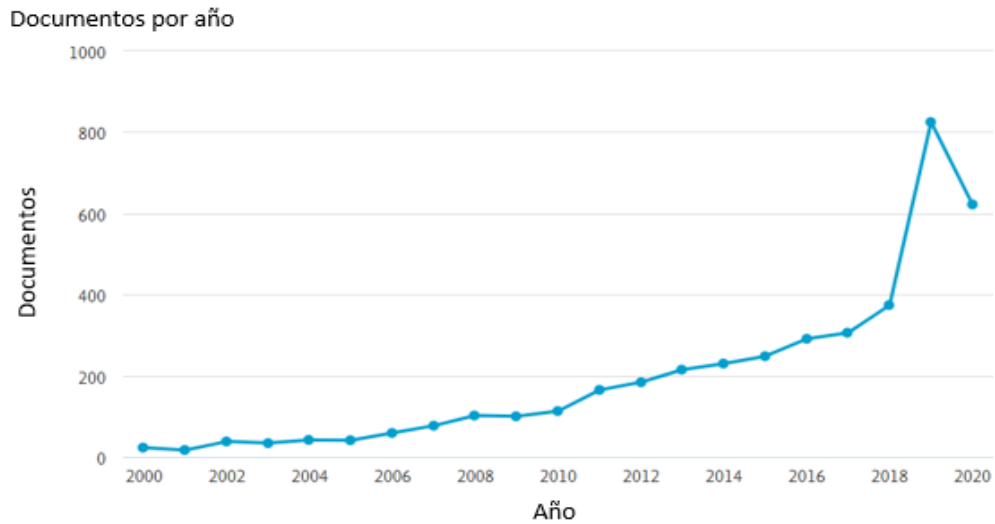


Figura 1. Documentos por años publicados con el término “emotion regulation” en el área de la psicología, en los últimos 20 años. Copyright 2020 por Scopus.

En la figura 2, es observable un aumento del interés de la R.E. relacionada con la adicción a sustancias, el aumento en este caso no está tan marcado como en el anterior, pero sigue presentando una tendencia a crecer.

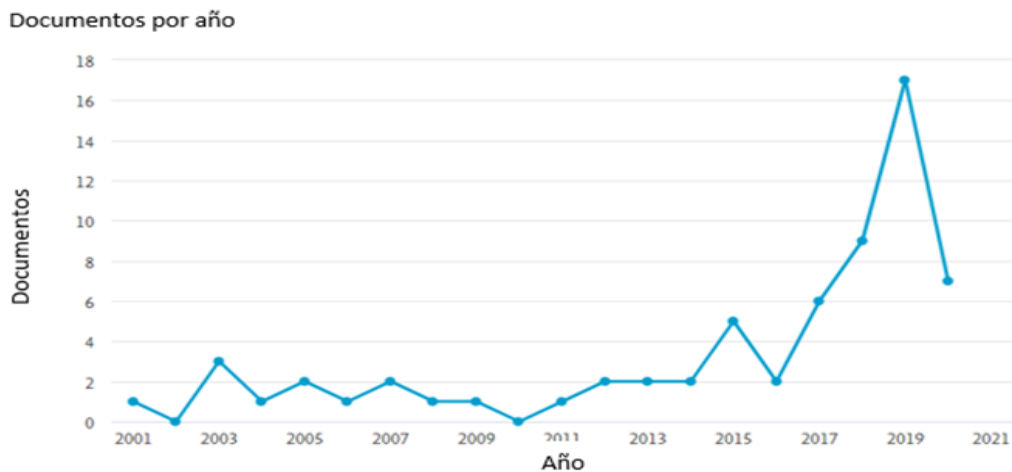


Figura 2. Documentos publicados por año con los términos “emotion regulation” y “drug addiction” en el área de la psicología, en los últimos 20 años. Copyright 2020 por Scopus.

Thompson (1994) y Gross (1999) coinciden en que la R.E. consistiría en el control o manejo de nuestras emociones; dicho manejo puede realizarse de manera funcional o disfuncional. Además de lo anterior, la regulación emocional puede ser entendida como el proceso clave de la inteligencia emocional (I.E.) (Brenner & Salovey, 1997; Extremera, Durán, & Rey, 2005; Jiménez & López-Zafra, 2008; Pérez & Castejón, 2006), este aspecto hace que determinados autores hagan referencia a ambos conceptos como

similares, aunque para ser exactos la R.E. debe ser incluida como una habilidad dentro de la I.E.. Existen cuatro niveles de interacción entre conducta y emoción, siendo factores de gran importancia a la hora de llevar a cabo conductas funcionales y adaptativas:

1. La percepción, la evaluación y expresión de la emoción.
2. El efecto facilitador de las emociones con respecto al pensamiento.
3. La comprensión y análisis de las emociones utilizando el conocimiento emocional
4. La regulación reflexiva de las emociones para promover el crecimiento intelectual y emocional.

Hay diversos modelos explicativos de la R.E.; en esta revisión se destacan dos modelos: el *Modelo procesual de regulación emocional* (Gross, 1999) y el *Modelo de regulación emocional basado en el procesamiento emocional* (Hervás, 2011). La selección de estos dos modelos, sobre otros, es debido a que estos engloban las características de la R.E., llegando a complementarse uno al otro.

El modelo procesual de regulación emocional (Gross, 1999)

Este autor diferencia diversas fases: Situación-Atención-Interpretación-Respuesta. Se pueden establecer estrategias de regulación emocional según la fase en la que uno se encuentre. Gross (1999), diferencia: la regulación centrada en los antecedentes de la emoción, y la regulación centrada en la respuesta emocional.

En la primera fase, las personas pueden escoger o evitar diferentes situaciones en base a nuestras experiencias previas, eligiendo preferiblemente situaciones que provoquen emociones positivas. Asimismo, dentro de la propia situación, la persona puede elegir el camino que desea tomar.

Respecto a la atención, se ha visto que el foco atencional posee una gran relevancia en la respuesta emocional de la persona. Investigaciones han corroborado que esta atención se puede entrenar y automatizar empleando muy pocos recursos cognitivos (Wadlinger & Isaacowitz, 2011).

La interpretación es la fase en la que se han centrado la mayoría de las terapias al trabajar la regulación emocional, a través de la reevaluación cognitiva, demostrándose su influencia en la respuesta emocional posterior.

Por último, se encuentra la respuesta emocional, en este caso se puede trabajar diversos aspectos como la experiencia emocional, la expresión/manifestación conductual o la activación fisiológica. A nivel clínico, se intenta reducir el nivel psicobiológico de la emoción.

En torno a este modelo se han destacado varias limitaciones, entre ellas: no se comenta nada de la aceptación emocional como estrategia de regulación emocional, cuando esta ha demostrado ampliamente sus efectos positivos (p.ej., Alberts, Schneider, & Martijn, 2012; Liverant, Brown, Barlow y Roemer, 2008). En segundo lugar, la forma en la que Gross plantea este modelo puede llevar a elaborar conductas desadaptativas, centradas sobre todo en la evitación.

Modelo de regulación emocional basado en el procesamiento emocional (Hervás, 2011)

Existen autores que defienden que para regular las emociones es necesario un proceso activo de comprensión y elaboración de la emoción (Hunt, 1998).

Stanton, Kirk, Cameron y Danoff-Burg (2000), integran el procesamiento emocional como un tipo de afrontamiento emocional, considerando este último como la capacidad de hacer frente a una emoción de gran intensidad. En este estudio se diferencia entre expresión emocional, considerándola la capacidad de reconocer la emoción y de expresarla a través de una conducta acorde; y el procesamiento emocional, como la habilidad para conocer y entender la emoción.

Este modelo defiende que el procesamiento emocional no es válido solo para emociones de gran intensidad, si no que posee efectos positivos para cualquier situación, estableciendo seis fases necesarias para un procesamiento emocional óptimo.

1. Apertura emocional. Capacidad de ser consciente con sus emociones.
2. Atención emocional. Debe dedicarse una serie de recursos atencionales a la emoción (Gratz & Roemer, 2004; Salovey, Mayer, Goldman, Turvey & Palfai, 1995).

Las dos primeras fases se pueden relacionar con la etapa de la atención de Gross (1999).

3. Aceptación emocional. Evitar realizar un juicio negativo respecto a la emoción (Gratz & Roemer, 2004)
4. Etiquetado emocional. Capacidad de la persona para reconocer lo que siente y ponerle un “nombre” (Gratz & Roemer, 2004; Salovey et al., 1995).
5. Análisis emocional. Destreza de la persona para poder entender lo que siente y reflexionar sobre ello (Stanton, Kirk, Cameron & Danoff-Burg, 2000).

En esta fase se distinguen una serie de elementos a analizar: en primer lugar, el origen, es decir, de *dónde* viene esa emoción; tras esto se debe entender *por qué* ha aparecido, esto es, *qué* quiere decir; muchas veces las emociones son activadas a través de una serie de mecanismos por error, se debe observar si tiene coherencia dicha emoción en la situación vivida; y, por último, si la emoción es coherente hay que *aprender* de ella.

6. Modulación emocional. Usar diversas estrategias para poder manejar la emoción sentida (Gratz & Roemer, 2004; Salovey et al., 1995).

Respecto a su relación con la drogodependencia, el estudio realizado por Fernández, Jorge & Bejar (2009), ha revelado que tanto el abuso como el consumo de sustancias es utilizado como técnica de autorregulación externa, es decir, como forma de aliviar estados emocionales negativos. Esto también es apreciable en la investigación llevada a cabo por Echeburúa & Corral (1999), en la que se comprobó que una persona que presenta una dependencia o adicción tenderá a realizar la conducta en cuestión, con el fin de reducir los estados emocionales negativos presentes.

Teniendo en cuenta los resultados mencionados previamente se puede inferir que las personas adictas carecen de herramientas esenciales como son discriminar entre emociones, saber expresarlas y regularlas, así como guiar su pensamiento y comportamiento; dichas herramientas le serían de gran utilidad a este colectivo con el fin de enfrentar su problemático consumo.

En España una de las últimas encuestas sobre alcohol y drogas llevadas a cabo (Estudio EDADES 2017-2018) identifica que la edad de inicio en el consumo es inferior a 13 años, aunque la edad media de consumos se ubicaría en los 32 años. Asimismo, se ve un aumento de las drogas legales como son el alcohol y el tabaco, y respecto a las drogas no legales, cabe destacar el aumento en el consumo de cannabis, sobre todo en

adolescentes y adultos jóvenes. Todo ello hace ver la importancia de aportar una ayuda a esta problemática, que permita tanto prevenir como mejorar la intervención.

Es cierto que el estudio sobre la relación entre I.E. y la adicción a sustancias es aún reciente, sin embargo, hay estudios que parecen indicar y afirmar que dicha inteligencia interviene de una manera positiva en su relación con las adicciones. A parte de los estudios mencionados previamente, cabe la pena destacar estudios significativos como:

- El estudio sobre la I.E. y el alcohol llevado a cabo por Petterson, Malouff & Thorsteinsoon, (2011) en el que se encontraron relaciones de tipo significativo entre un nivel bajo de inteligencia emocional y un alto consumo.
- La investigación sobre el consumo de cocaína realizado por Aranda, González, Salguero, Gualda & Herero (2009), en donde se concluyó que la I.E. actúa como un factor protector directo frente al consumo de cocaína.
- El artículo acerca del consumo de drogas legales efectuado por Trinidad & Johnson (2002), en el que se observó que la I.E. correlaciona de forma negativa con el consumo de sustancias, añadiendo también que los adolescentes con un alta I.E. son más capaces de resistir la presión de grupo.

Con las conclusiones antes mencionadas, se puede ver la importancia que tiene la inteligencia emocional en las drogodependencias, así como el papel tan importante que llega a tener una regulación emocional adecuada.

Teniendo en cuenta todos los aspectos revisados en relación a la R.E. y las drogodependencias, este trabajo presenta los siguientes objetivos:

Objetivos generales:

- Estudiar la información científica más reciente sobre el tema en cuestión, con el fin de aportar una clara visión actual de las adicciones y los posibles aspectos que puedan ser de ayuda para esta problemática.
- Evaluar la utilidad de la regulación emocional tanto para la prevención como para la intervención con personas drogodependientes.

Objetivos específicos:

- Identificar la relación entre regulación emocional y abuso de sustancias.
- Conocer las diferentes técnicas de evaluación de la regulación emocional y analizar las más empleadas.
- Analizar los grupos de participantes, en base a edad y a sexo.

Método

Para la búsqueda de artículos se emplearon dos bases de datos, Psycinfo y Scopus, cuyos términos de búsqueda fueron los siguientes: “emotional regulation” AND “drug addiction”. En esta revisión se aplicaron los siguientes criterios de inclusión y exclusión en la selección de los artículos.

Como criterios que debían cumplir para incluirse se encuentran:

- Publicados en los últimos 5 años, 2016-2020
- Ser estudios originales
- Ser publicaciones académicas
- Artículos en inglés o español
- Ser una investigación en la que la regulación emocional fuese evaluada con el fin de buscar una relación con la drogodependencia.

Como criterios de exclusión, se estableció que no se incluirían artículos:

- Cuya población analizada no fuese la de pacientes drogodependientes
- Que no estuvieran terminados.

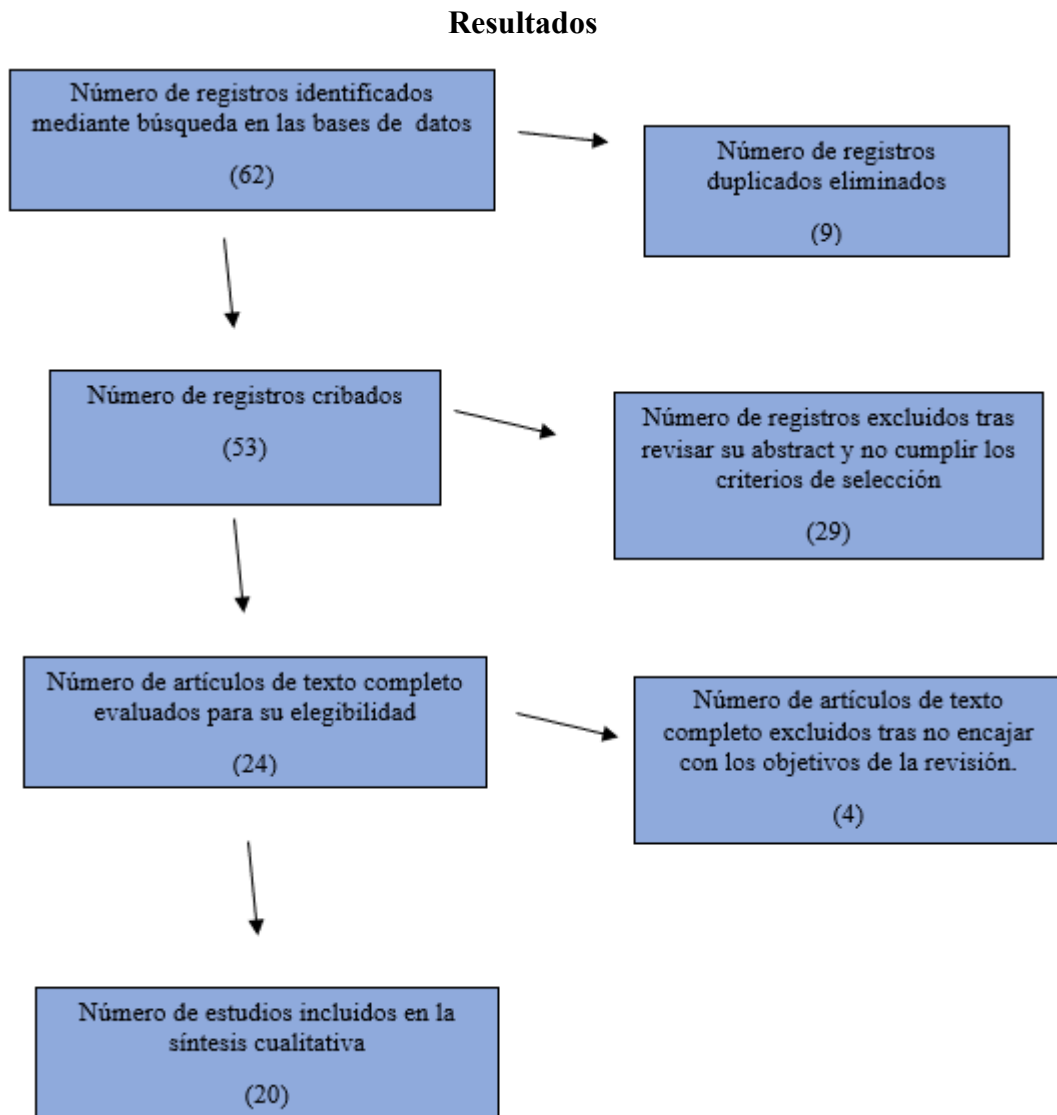


Figura 3. Diagrama de flujo.

Tabla 1

Clasificación de los artículos seleccionados para la revisión realizada en este artículo

Autor-Año	Participantes	Instrumentos de evaluación	Relación entre R.E.-Drogodependencia observada	Conclusión breve
Bakhshaie, Rogers, Kauffman, Tran, Buckner, Ditre & Zvolensky, (2019).	N (Hombres/Mujeres): 2080 (443/1637) Adultos jóvenes (Media 21 años)	The Positive Affect Negative Affect Scale (<i>PANAS</i>); Difficulties in Emotion Regulation Scale (<i>DERS</i>).	La desregulación emocional explicó, en parte, la asociación entre afectividad negativa y uso no médico de opioides entre una gran cantidad de personas.	- Papel de la desregulación emocional como un posible mecanismo en la asociación entre afectividad negativa y uso no médico de opioides. - Se necesita seguir trabajando en el futuro, para evaluar el valor y la viabilidad de intervenciones breves de regulación de las emociones en adultos jóvenes por angustia emocional y uso no médico de opioides.
Cavicchioli, Ramella, Vassena, Simone, Prudenziati, Sirtori & Maffei (2020).	N (Hombres/Mujeres): 319 (186/133) Adultos (Media 46 años)	Difficulties with emotion regulation scale (<i>DERS</i>).	Se encontró una influencia por parte de la desregulación emocional en la coocurrencia de comportamientos compulsivos (como el juego, el sexo compulsivo, compras compulsivas, problemas alimenticios,...)	- Es el primer estudio que muestra empíricamente el papel de la desregulación emocional y la autorregulación consciente de la atención como procesos psicológicos involucrados en la co-ocurrencia entre trastorno por consumo de alcohol y otras conductas adictivas. - Se recomiendan estudios para probar empíricamente el papel terapéutico de la autorregulación consciente de la atención en varios comportamientos adictivos.
Clarke, Lewis, Myers, Henson & Hill (2020).	N (Hombres/Mujeres): 179 (98/81) Adultos (Media de 40 años)	Difficulties with emotion regulation scale (<i>DERS</i>); Emotion Regulation Questionnaire (<i>ERQ</i>).	Se encontró una relación entre el bienestar, la regulación de las emociones y la recaída en los pacientes de tratamiento ambulatorio. Dificultades en la regulación de las emociones fueron asociados con mayores probabilidades de días de recaída.	- Se observó una correlación negativa entre regulación emocional y recaída. - Se necesitan investigaciones futuras para aclarar y ampliar los resultados actuales

Decker, Morie, Hunkele, Babuscio, & Carroll (2016).	N (Hombres/Mujeres): 72 (34/38) Adultos (Edad media 41 años)	Emotion Regulation Questionnaire (ERQ).	Ni reevaluación cognitiva, ni supresión emocional se relacionaron con la abstinencia de cocaína durante tratamiento medido por autoinforme o toxicología urinaria.	- La reevaluación cognitiva (RC) no se asoció con abstinencia de cocaína antes o durante el tratamiento, aunque en un estudio anterior se encontró que la RC baja y la supresión emocional alta estaban asociadas con el uso de heroína. - Es necesario que esta investigación se replique, aun así, es posible que la cocaína y la heroína tengan diferentes asociaciones con la regulación de las emociones.
Dingle, Neves, Alhadad & Hides (2018).	N (Hombres/Mujeres): 70 (46/24) Adultos Jóvenes (Media 25 años)	Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS).	La muestra representativa del colectivo de drogodependientes obtuvo niveles más altos de desregulación que el grupo control.	- Se apreció una diferencia entre la regulación emocional presente en el grupo experimental (pacientes con drogodependencia) y el grupo control, apreciándose una menor RE en el grupo experimental. - Se destacan la necesidad de futuros estudios longitudinales para evaluar cómo la regulación de las emociones se relaciona con la aparición inicial, la gravedad y la progresión del trastorno por uso de sustancias en adultos.
El-Rasheed, ELAttar, Elrassas, Mahmoud & Mohamed (2017).	N (Hombres/Mujeres): 60 (60 hombres) Adultos Jóvenes (Media 20 años)	Toronto Alexithymia Scale-20 (TAS-20).	Se encontró una relación significativa entre el potencial de adicción y la emoción (principalmente en aspectos como la aceptación, las conductas intencionales y la impulsividad). Todo ello influyendo y exacerbando la conducta adictiva.	- Se observó que los adolescentes con abuso de sustancias tienen una peor regulación del estado de ánimo que los controles. - La asociación entre el control de las emociones y el abuso de sustancias puede exacerbar las motivaciones crecientes para usar sustancias como reguladores de emociones incontenibles.
Estevez, Jáuregui, Sanchez-Marcos, López-González, & Griffiths (2017).	N (Hombres/Mujeres): 472 (229/243) Adolescentes (Media: 15 años)	Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS).	Las adicciones a sustancias (alcohol y drogas) y adicciones no sustanciales (Internet, videojuegos y apuestas) se correlacionaron positivamente con una desregulación de las emociones.	- Las dificultades de regulación de las emociones predicen las adicciones con sustancia y las no relacionadas con sustancias. - Este estudio proporciona una nueva evidencia de futuras investigaciones sobre los factores de riesgo y de protección involucrados en adicciones.

García, Luque, Ruiz, & Tabernero (2017).	N (Hombres/Mujeres): 53 (45/8) Adultos (Media: 40 años)	Regulatory Emotional Self-Efficacy Scale (RESE).	Se encontró que una persona con buena capacidad para regular sus emociones tendrá menos posibilidades de padecer depresión y por tanto un mejor rendimiento cognitivo.	- La variable de autorregulación de las emociones positivas se puede trabajar con el fin de evitar la depresión, y por tanto el deterioro cognitivo en la población de consumidores.
Hardy, Fani, Jovanovic, & Michopoulos, (2018).	N (Hombres/Mujeres): 229 (229 mujeres) Adultos (Media de 39)	The Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS).	La desregulación emocional en mujeres que presentan una adicción se relaciona con problemas de alimentación.	- Se describen las características comunes de la adicción a la comida y el trastorno por uso de sustancias, particularmente de la depresión y patrones de desregulación emocional. - Se destacan la necesidad de realizar más investigaciones.
Jalali, Hashemi, Hasani, Fakoor Sharghi (2017)	N (Hombres/Mujeres): 52 (52 hombres) Adultos (Media: 31 años)	Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ)	Se observó que una mejor regulación emocional aumentaba la autoestima de los presos con adicción, y además de esto estabilizaba sus emociones, permitiéndoles tener un mayor control ante el consumo.	- Trabajar la regulación de las emociones, en presos con adicción, permitía mejorar su manejo de las emociones frente al consumo. - Se recomienda extrapolar los resultados con cuidado, ya que no se puede extrapolar a toda la población consumidora.
Jara-Rizzo, Navas, Catena, & Perales (2019).	N (Hombres/Mujeres): 196 (162/34) Adultos (Media: 34 años)	Emotion Regulation Questionnaire (ERQ).	Se observó una relación entre la desregulación emocional y el juego patológico. En especial la reevaluación se asoció positivamente con las cogniciones del juego.	- Los mecanismos neurocognitivos básicos del trastorno del juego, presentan una relación con la regulación emocional. - No solo se corrobora las raíces emocionales de las cogniciones del juego, sino también su superposición con modelos de alto orden de estrategias de regulación de las emociones.

Jauregui, Estevez, & Urbiola, (2016).	N (Hombres/Mujeres): 274 (274 hombres) Adultos (Media: 36 años)	The Difficulties in Emotion Regulation Scale (<i>DEERS</i>).	Se encontró que los jugadores patológicos tendían a tener más dificultades respecto a la regulación emocional. El juego patológico puede ser una forma de regular las emociones negativas y una consecuencia de fallas en el autocontrol.	- Los jugadores patológicos pueden presentar dificultades de regulación emocional, que también pueden constituir un predictor de juego patológico y trastornos comórbidos. - El tratamiento del juego patológico se puede beneficiar de la mejora y el fomento de las habilidades de regulación emocional.
Kumar, Kumar, Benegal, Roopesh, & Ravi (2019).	N (Hombres/Mujeres): 50 (50 hombres) Adultos (Media: 34 años)	Affect Regulation Checklist (<i>ARC</i>).	Se observa una relación positiva entre remediación cognitiva y ejercicios cuerpo-mente, con la regulación emocional, en personas dependientes. Una adecuada regulación emocional reduce los niveles de ansiedad y estrés y facilita el autocontrol.	- Se recomienda un modelo integral para la intervención de personas dependientes al alcohol, poniendo especial énfasis en el fomento de las habilidades de regulación emocional.
Lutz, Gross, & Vargovich, (2018).	N (Hombres/Mujeres): 149 (61/88) Adultos (Media: 54 años)	The Difficulties in Emotion Regulation Scale (<i>DEERS</i>).	Mayores dificultades en la regulación de las emociones se asocia con mayores niveles de discapacidad relacionada con el dolor y mayor riesgo de abuso de opioides.	- Es importante evaluar y abordar la regulación de las emociones en pacientes con dolor crónico. - Dificultades en la regulación de las emociones se asocian con un peor funcionamiento y con mayor riesgo de abuso de opioides en esta población. - Se necesita más investigación con respecto a este tema, y de qué forma puede incluirse respecto a la prevención e intervención de estas adicciones.
Paulus, Vujanovic & Wardle, (2016).	N (Hombres/Mujeres): 119 (67/52) Adultos (Media: 36 años)	The Difficulties in Emotion Regulation Scale (<i>DEERS</i>).	La desregulación emocional se relacionaba con un aumento de la frecuencia de consumo de alcohol, más problemas relacionados con el consumo y el grado de problemática observado por los propios drogodependientes.	- La ansiedad sentida puede ser un factor de riesgo para problemas relacionados con el alcohol, pero no el consumo. - Las dificultades para regular las emociones pueden explicar estas asociaciones, sugiriendo una vía pertinente para desarrollo clínico.

Sloan, Hall, Simpson, Youssef, Moulding, Mildred, & Staiger (2018).	N (Hombres/Mujeres): 10 (4/6) Adultos jóvenes (Media: 19 años)	The Difficulties in Emotion Regulation Scale (<i>DEERS</i>).	Se observa una relación entre regulación emocional y mejoras durante la rehabilitación.	<ul style="list-style-type: none"> - Se encuentran datos bastantes favorables acerca del tratamiento en regulación emocional en grupos de edad jóvenes; población que es bastante compleja a la hora de abordar en problemáticas como son el abuso de sustancias. - Se recomienda seguir investigando en esta línea.
Wang, Burton, & Pachankis (2018).	N (Hombres/Mujeres): 218 (127/91) Adultos (Media: 36 años)	Difficulties in Emotion Regulation Scale (<i>DEERS</i>).	Se relaciona la desregulación emocional con el estigma asociado a la depresión, aumentando la tendencia de los individuos de utilizar el abuso de sustancias como técnica de afrontamiento.	<ul style="list-style-type: none"> - Los déficits en regulación emocional están implicados en el desarrollo de un uso problemático de sustancias, empleado por parte del individuo para hacer frente a la angustia psicológica. - Se recomienda seguir esta línea de investigación con el fin tanto preventivo como de intervención en el abuso de sustancias.
Weiss, Bold, Sullivan, Armeli & Tennen (2017).	N (Hombres/Mujeres): 1640 (754/886) Adultos jóvenes (Media: 19 años)	Emotion Regulation Questionnaire (<i>ERQ</i>).	Se encontró una relación entre el uso de estrategias de regulación emocional y una menor tendencia al consumo posterior.	<ul style="list-style-type: none"> - Hay relaciones recíprocas entre las estrategias de regulación de las emociones y el uso de sustancias - Un mayor uso diario de distracción, reevaluación y resolución de problemas predice un menor consumo de sustancias por la noche, mientras que un mayor consumo de sustancias por la noche predice una mayor evitación y reevaluación al día siguiente.
Weiss, Forkus, Contractor, & Schick (2018).	N (Hombres/Mujeres): 311 (106/205) Adultos jóvenes (Media: 19 años)	Difficulties with emotion regulation scale (<i>DEERS</i>).	Se identificó una relación entre las dificultades para regular las emociones positivas y el abuso de alcohol y drogas.	<ul style="list-style-type: none"> - Los hallazgos sugieren la utilidad de abordar las dificultades para regular las emociones positivas en tratamientos dirigidos a reducir el abuso de alcohol y drogas, entre los estudiantes universitarios

Zohreh & Ghazal (2018).	N (Hombres/Mujeres): 320 (320 hombres) Adultos jóvenes (Media: 21 años)	Difficulties with emotion regulation scale (DERS).	Se observó una correlación positiva entre inhibición conductual, sistemas de activación conductual y dificultades en la regulación emocional. Asimismo, la desregulación emocional explicaba una parte importante de la varianza del potencial de adicción.	- La regulación emocional predice parte del potencial de adicción. - Se puede emplear para facilitar técnicas de intervención que pueden ayudar en el tratamiento del abuso de sustancias.
-------------------------	---	--	--	---

Teniendo en cuenta la *tabla 1*, el total de participantes evaluados asciende a 6874, contando la muestra más pequeña con solo 10 participantes (Sloan, Hall, Simpson, Youssef, Moulding, Mildred, & Staiger, 2018) y la muestra más grande con 2080 participantes (Bakhshaie, Rogers, Kauffman, Tran, Buckner, Ditte & Zvolensky, 2019). Del total hay 3755 féminas (54.64%) y 3118 varones (45.36%). Cabe destacar que existen tanto artículos en los que la muestra está representada únicamente por mujeres (Hardy, Fani, Jovanovic, & Michopoulos, 2018), como estudios únicamente formados por hombres (El-Rasheed, ElAttar, Elrassas, Mahmoud & Mohamed, 2017; Jalali, Hashemi, Hasani, & Fakoor Sharghi, 2017; Jauregui, Estevez, & Urbiola, 2016; Kumar, Kumar, Benegal, Roopesh, & Ravi, 2019; Zohreh & Ghazal, 2018).

En relación con la edad se diferenciaron tres grupos de edad: adolescentes (menos de 18 años), adultos jóvenes (18-29 años) y adultos (30-65 años). Se observó que la mayoría de las investigaciones van destinadas a una población adulta (60%), una menor proporción al grupo de adultos jóvenes (35%) y, por último, se presentó un estudio con adolescentes (5%) (Estevez, Jáuregui, Sanchez-Marcos, López-González, & Griffiths, 2017).

Acerca del total de instrumentos se identificaron 22, casi todos son específicos de la regulación emocional, excepto uno de ellos en donde se evalúa de manera indirecta (4.5%) a través del “*Toronto Alexithymia Scale-20*” (TAS-20) (El-Rasheed, ElAttar, Elrassas, Mahmoud & Mohamed, 2017). Se distinguen seis instrumentos empleados: “*Difficulties in Emotion Regulation Scale*” (DERS) (59.2%); “*Emotion Regulation Questionnaire*” (ERQ) (18.3%); “*The Positive Affect Negative Affect Scale*” (PANAS) (4.5%); “*Regulatory Emotional Self-Efficacy scale*” (RESE) (4.5%); “*Cognitive Emotion Regulation Questionnaire*” (CERQ) (4.5%); “*Affect Regulation Checklist*” (ARC) (4.5%).

Por lo que concierne a la relación observada, se estudian poblaciones consumidoras con adicciones a sustancias diversas como a opioides, alcohol, cannabis, cocaína y adicciones no sustanciales como a Internet, videojuegos o apuestas. En todas ellas, una mejora de la R.E. les supuso beneficios como:

- Una mejora durante la rehabilitación (como puede ser en el bienestar experimentado y en una reducción de recaídas).
- Una menor frecuencia de consumo posterior.
- Reducción de ansiedad y estrés.
- Disminución de la depresión en la población consumidora.
- Mejora de problemas de alimentación asociada al consumo.
- Aumento de la autoestima y del autocontrol.

En general, la R.E. tiene relevancia e influencia tanto al inicio del consumo, como en la gravedad de la adicción y en la progresión posterior, por ello se aprecia una función preventiva, de intervención, rehabilitadora y de mantenimiento.

Discusión y conclusiones

Teniendo en cuenta la situación de los últimos años de consumo en nuestro país tanto de drogas legales, como no legales, se presenta un problema que va en aumento, y que se ha acrecentado aún más debido a la pandemia que se está viviendo, que ha disparado el consumo. Por ello, es importante buscar nuevas vías para prevenir e intervenir en las adicciones y, de estas, el trabajo con la R.E. es un factor clave, ya que la población consumidora destaca por tener dificultades para controlar sus emociones y emplea las drogas para suplir las carencias a este nivel.

En cuanto a las diferencias en el año 2020 en la *figura 1* y la *figura 2*, del apartado de la introducción, se debe comentar que parece bajar significativamente el número de artículos en ambas gráficas, esto es comprensible debido a la pandemia vivida durante este año, que ha hecho que, por un lado, se reduzcan el número de estudios en general, y por otro que estos estudios se centren en consecuencias originadas por el confinamiento.

Tras el análisis de los 20 artículos seleccionados se observa que, al trabajar la regulación emocional en el colectivo de las adicciones, dichas personas obtienen una serie de beneficios. Estos beneficios parecen ser de gran importancia, mejorando tanto la intervención como la rehabilitación posterior (Dingle, Neves, Alhadad & Hides, 2018). Todo ello está relacionado con que las personas que presentan una adicción, ya sea sustancial o no sustancial, tienden a utilizar el consumo como forma de regular sus emociones, principalmente en momentos especialmente estresantes de su vida (Estevez, Jáuregui, Sanchez-Marcos, López-González, & Griffiths, 2017). Debido a esto, la R.E. permitiría aumentar el número de herramientas de este colectivo y fomentaría habilidades de regulación que sustituirían al consumo, evitando el desarrollo posterior de la adicción y las consecuencias allegadas.

Como beneficios encontrados destacan: el autocontrol, la reducción de estrés, de depresión y de ansiedad y como resultado de lo anterior, una menor frecuencia del consumo, como señalan los resultados (El-Rasheed, ElAttar, Elrassas, Mahmoud & Mohamed, 2017; García, Luque, B., Ruiz, & Tabernero, 2017; Jalali, Hashemi, Hasani, & Fakoor Sharghi, 2017; Kumar, Kumar, Benegal, Roopesh, & Ravi, 2019). Estos beneficios presentan una especial importancia en momentos iniciales de la problemática, originando un mayor control sobre la adicción y una reducción de la gravedad de los daños posteriores; y en la intervención, relacionándose con un aumento de la eficacia de la misma (aunque esto debe seguir estudiándose en futuras investigaciones). Cabe destacar que tan solo en la investigación de Decker, Morie, Hunkele, Babuscio, & Carroll (2016), no se encontró una influencia relevante de la regulación emocional en adictos a la cocaína. En el mismo artículo se menciona que son necesarias más investigaciones, pero que parecía indicar que la regulación emocional no tenía tanta relevancia como en otras adicciones, por ejemplo, a opioides, al alcohol, trastornos del juego, entre otras.

En esta revisión se han observado una amplia gama de instrumentos para evaluar la regulación emocional, pero de todos ellos los más empleados fueron el *DERS* y el *ERQ*. A continuación, se dará una pequeña descripción de las dos pruebas mencionadas:

- *DERS* (Gratz & Roemer, 2004). Es un cuestionario de 36 ítems, cuyo fin es la evaluación de la capacidad global que la persona presenta para responder de manera adaptativa a las emociones angustiosas de la vida. Se centra en 6 dominios: (a) falta de aceptación de la emoción; (b) incapacidad para realizar determinados comportamientos ante emociones negativas; (c) comportamientos impulsivos ante emociones negativas; (d) acceso limitado a estrategias de regulación emocional efectivas; (e) falta de conciencia emocional; y (f) falta de claridad emocional. El DERS ha sido demostrado sensible a los cambios a lo largo del tiempo (Gratz & Gunderson, 2006), presentando buena fiabilidad test-retest, (Gratz & Tull, 2010) y exhibió una alta consistencia interna ($\alpha = .951$), en la investigación de Fisher, Atzil-Slonim, Bar-Kalifa, Rafaeli, & Peri, (2019).
- *ERQ* (Gross & John, 2003). Cuestionario formado por 10 ítems, pretende medir dos estrategias de regulación emocional, la supresión (4 ítems) y la reevaluación (6 ítems) en una escala tipo Likert de 7 puntos. Al realizar revisiones se ha visto una adecuada validez y fiabilidad de la prueba (Sánchez, González & Adánez, 2020).

Tras las características expuestas es comprensible que tiendan a ser las más utilizadas, siendo adecuados instrumentos para la evaluación de la R.E. (Sánchez-Teruel & Robles-Bello, 2018; Guzmán-González, Trabucco, Urzúa, Garrido & Leiva, 2014).

A continuación, se mencionan las limitaciones encontradas en este estudio. En primer lugar, los estudios encontrados no se centran en el colectivo de la tercera edad, y tan solo hay un estudio sobre adolescentes, por ello, parte de la población general no está reflejada en esta revisión. Esto es debido a que muchas de las investigaciones encontradas no trabajaban con este tipo de muestras y otras que, a pesar de tener una muestra de este tipo, no trabajaban la R.E. directamente, si no que actuaba como un factor secundario, por lo que no se incluyó en esta revisión.

Asimismo, esta revisión se ha centrado en artículos escritos en inglés o en español. Investigaciones escritas en otros idiomas pueden arrojar información novedosa sobre el tema abordado.

En general, la regulación emocional es un mecanismo esencial para mantener una conducta funcional y adaptativa, sobre todo para problemáticas como las adicciones, cuyo eje central son las emociones y su mala gestión, derivada principalmente de una carencia de herramientas o estrategias para manejarlas adecuadamente, llegando, por ejemplo, a emplear las drogas como mecanismo reductor de emociones negativas.

En esta revisión se concluye que la regulación emocional tiene una gran influencia en la población drogodependiente, obteniéndose de su desarrollo numerosos beneficios, los cuales se dan a un nivel tanto de prevención como de intervención, por lo que el trabajo con esta habilidad es esencial para reducir tanto la incidencia como los daños colaterales de esta problemática. Además de esto, al analizar las técnicas evaluativas empleadas, se puede apreciar que estas tienen un correcto respaldo científico, permitiendo un análisis adecuado y profesional de la R.E. en la muestra.

Respecto a próximas líneas de investigación, se recomiendan emplear muestras con una población tanto adolescente como de la tercera edad, para observar si se dan los mismos problemas y si la regulación emocional tiene un papel mayor. De igual forma, se deberían centrar en la utilización de la R.E. en aspectos de prevención primaria, y cómo un fomento de estas capacidades puede permitir evitar adicciones posteriores.

Otro aspecto por destacar es que se han empleado artículos estrictamente pertenecientes a la psicología, se deberían tener en consideración artículos de otras áreas de interés que quizás arrojen novedades sobre este tema, como los pertenecientes a las neurociencias, en este caso deberían de hacerse futuras revisiones/investigaciones para observar la implicación de la regulación emocional en el cerebro, tanto en población con adicción como sin ella.

Por último, se considera necesario mejorar los programas de intervención en drogodependencia, focalizados en mejorar las habilidades de regulación emocional, lo cual permitiría implementar intervenciones más completas y eficaces en el abordaje de esta problemática.

Referencias

- Alberts, H. J., Schneider, F., & Martijn, C. (2012). Dealing efficiently with emotions: Acceptance-based coping with negative emotions requires fewer resources than suppression. *Cognition & Emotion*, 26(5), 863-870.
<https://doi.org/10.1080/02699931.2011.625402>
- Aranda, D. R., González, R. C., Salguero, J. M., Gualda, R. C., & Herero, V. G. (2009). Inteligencia emocional y el consumo de cocaína en adolescentes. In *Avances en el estudio de la inteligencia emocional* (pp. 367-372). Fundación Marcelino Botín.
- Bakhshaie, J., Rogers, A. H., Kauffman, B. Y., Tran, N., Buckner, J. D., Ditre, J. W., & Zvolensky, M. J. (2019). Emotion dysregulation as an explanatory factor in the relation between negative affectivity and non-medical use of opioid in a diverse young adult sample. *Addictive behaviors*, 95, 103-109.
<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.02.025>
- Brenner, E. M., & Salovey, P. (1997). Emotion regulation during childhood: Developmental, interpersonal, and individual considerations. *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications*, 168-195.
- Cavicchioli, M., Ramella, P., Vassena, G., Simone, G., Prudenziati, F., Sirtori, F., ... & Maffei, C. (2020). Mindful self-regulation of attention is a key protective factor for emotional dysregulation and addictive behaviors among individuals with alcohol use disorder. *Addictive Behaviors*, 105, 106317.
<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106317>
- Clarke, P. B., Lewis, T. F., Myers, J. E., Henson, R. A., & Hill, B. (2020). Wellness, Emotion Regulation, and Relapse During Substance Use Disorder Treatment. *Journal of Counseling & Development*, 98(1), 17-28.
<https://doi.org/10.1002/jcad.12296>
- Decker, S. E., Morie, K., Hunkele, K., Babuscio, T., & Carroll, K. M. (2016). Brief Report: Emotion regulation strategies in individuals with cocaine use disorder maintained on methadone. *The American journal on addictions*, 25(7), 529.
<https://doi.org/10.1111/ajad.12439>

- Dingle, G. A., Neves, D. D. C., Alhadad, S. S., & Hides, L. (2018). Individual and interpersonal emotion regulation among adults with substance use disorders and matched controls. *British Journal of Clinical Psychology, 57*(2), 186-202. <https://doi.org/10.1111/bjc.12168>
- Echeburúa, E., & Corral, P. (1999). Avances en el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos de personalidad. *Análisis y Modificación de conducta, 25*(102), 585-614.
- El-Rasheed, A. H., ElAttar, K. S., Elrassas, H. H., Mahmoud, D. A., & Mohamed, S. Y. (2017). Mood regulation, alexithymia, and personality disorders in adolescent male addicts. *Addictive Disorders & Their Treatment, 16*(2), 49-58. <https://doi.org/10.1097/ADT.0000000000000098>
- Encuesta sobre alcohol y drogas en España 2017-2018 (EDADES 2017-2018). Dirección General del Plan Nacional Sobre Drogas (DGPNSD). Observatorio español sobre drogas (OED). Madrid, 2018: Gobierno de España.
- Estevez, A., Jáuregui, P., Sanchez-Marcos, I., López-González, H., & Griffiths, M. D. (2017). Attachment and emotion regulation in substance addictions and behavioral addictions. *Journal of behavioral addictions, 6*(4), 534-544. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.086>
- Extremera, N., Durán, A., & Rey, L. (2005). La inteligencia emocional percibida y su influencia sobre la satisfacción vital, la felicidad subjetiva y el engagement en trabajadores de centros para personas con discapacidad intelectual. *Ansiedad y estrés, 11*(1).
- Fernández, B., Jorge, V., & Bejar, E. (2009). Función protectora de las habilidades emocionales en la prevención del consumo de tabaco y alcohol: una propuesta de intervención. *Psicooncología, 6*(1), 243-256. Recuperado a partir de <https://revistas.ucm.es/index.php/PSIC/article/view/PSIC0909120243A>
- Fisher, H., Atzil-Slonim, D., Bar-Kalifa, E., Rafaeli, E., & Peri, T. (2019). Growth curves of clients' emotional experience and their association with emotion regulation and symptoms. *Psychotherapy Research, 29*(4), 463-478. <https://doi.org/10.1080/10503307.2017.1411627>
- García, V. G., Luque, B., Ruiz, M. S., & Taberero, C. (2017). La autorregulación emocional en la depresión y el deterioro cognitivo de consumidores de sustancias psicoactivas. *Salud y drogas, 17*(2), 125-136. <https://doi.org/10.21134/haaj.v17i2.312>
- Gratz, K. L. (2003). Risk factors for and functions of deliberate self-harm: An empirical and conceptual review. *Clinical Psychology: Science and Practice, 10*(2), 192-205. <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpg022>
- 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*(1), 41-54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Gratz, K. L., & Gunderson, J. G. (2006). Preliminary data on an acceptance-based emotion regulation group intervention for deliberate self-harm among women

- with borderline personality disorder. *Behavior therapy*, 37(1), 25-35. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2005.03.002>
- Gratz, K. L., & Tull, M. T. (2010). Emotion regulation as a mechanism of change in acceptance-and mindfulness-based treatments. *Assessing mindfulness and acceptance processes in clients: Illuminating the theory and practice of change*, 107-133.
- Gross, J. J. (1999). Emotion regulation: Past, present, future. *Cognition & emotion*, 13(5), 551-573. <https://doi.org/10.1080/026999399379186>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of personality and social psychology*, 85(2), 348. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- 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. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082014000100002>
- Hardy, R., Fani, N., Jovanovic, T., & Michopoulos, V. (2018). Food addiction and substance addiction in women: Common clinical characteristics. *Appetite*, 120, 367-373. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.09.026>
- Hervás, G. (2011). Psicopatología de la regulación emocional: el papel de los déficits emocionales en los trastornos clínicos. *Psicología conductual*, 19(2), 347.
- Hunt, M. G. (1998). The only way out is through: Emotional processing and recovery after a depressing life event. *Behaviour Research and Therapy*, 36(4), 361-384. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(98\)00017-5](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(98)00017-5)
- Jalali, F., Hashemi, S. F., Hasani, A., & Fakoor Sharghi, N. (2017). The effectiveness of cognitive group therapy based on schema-focused approach on self-esteem and emotion regulation in drug addicted prisoners under the methadone maintenance treatment (MMT). *Journal of Groups in Addiction & Recovery*, 12(4), 284-295. <https://doi.org/10.1080/1556035X.2017.1337532>
- Jara-Rizzo, M. F., Navas, J. F., Catena, A., & Perales, J. C. (2019). Types of emotion regulation and their associations with gambling: A cross-sectional study with disordered and non-problem ecuadorian gamblers. *Journal of Gambling Studies*, 35(3), 997-1013. <https://doi.org/10.1007/s10899-019-09868-7>
- Jauregui, P., Estevez, A., & Urbiola, I. (2016). Pathological gambling and associated drug and alcohol abuse, emotion regulation, and anxious-depressive symptomatology. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(2), 251-260. <https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.038>
- Jiménez, M. I., & López-Zafra, E. (2008). El autoconcepto emocional como factor de riesgo emocional en estudiantes universitarios. Diferencias de género y edad. *Boletín de psicología*, 93(1), 21-39.
- Kumar, R., Kumar, K. J., Benegal, V., Roopesh, B. N., & Ravi, G. S. (2019). Effectiveness of an Integrated Intervention Program for Alcoholism (IIPA) for

- enhancing self-regulation: Preliminary evidence. *Asian journal of psychiatry*, 43, 37-44. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2019.05.006>
- Liverant, G. I., Brown, T. A., Barlow, D. H., & Roemer, L. (2008). Emotion regulation in unipolar depression: The effects of acceptance and suppression of subjective emotional experience on the intensity and duration of sadness and negative affect. *Behaviour research and therapy*, 46(11), 1201-1209. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2008.08.001>
- Lutz, J., Gross, R. T., & Vargovich, A. M. (2018). Difficulties in emotion regulation and chronic pain-related disability and opioid misuse. *Addictive behaviors*, 87, 200-205. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2018.07.018>
- McNally, A. M., Palfai, T. P., Levine, R. V., & Moore, B. M. (2003). Attachment dimensions and drinking-related problems among young adults: The mediational role of coping motives. *Addictive behaviors*, 28(6), 1115-1127. [https://doi.org/10.1016/S0306-4603\(02\)00224-1](https://doi.org/10.1016/S0306-4603(02)00224-1)
- Paulus, D. J., Vujanovic, A. A., & Wardle, M. C. (2016). Anxiety sensitivity and alcohol use among acute-care psychiatric inpatients: The mediating role of emotion regulation difficulties. *Cognitive Therapy and Research*, 40(6), 813-823. <https://doi.org/10.1007/s10608-016-9792-y>
- Pérez, N., & Castejón, J. L. (2006). Relaciones entre la inteligencia emocional y el cociente intelectual con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, IX, 22.
- Peterson, K., Malouff, J., & Thorsteinsson, E. B. (2011). A meta-analytic investigation of emotional intelligence and alcohol involvement. *Substance Use & Misuse*, 46(14), 1726-1733. <https://doi.org/10.3109/10826084.2011.618962>
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. <https://doi.org/10.1037/10182-006>
- Sánchez, J. P., González, A. R. D., & Adánez, G. P. (2020). Propiedades psicométricas de las puntuaciones de los test más empleados en la evaluación de la regulación emocional. *Papeles del psicólogo*, 41(2), 116-124.
- Sánchez-Teruel, D., & Robles-Bello, M. A. (2018). Instrumentos de evaluación en inteligencia emocional: una revisión sistemática cuantitativa. *Perspectiva Educativa*, 57(2), 27-50. <http://dx.doi.org/10.4151/07189729-vol.57-iss.2-art.712>
- Scopus (2020). Documentos por año relacionados con el término “emotion regulation” (Gráfico).
- Scopus (2020). Documentos por año relacionados con los términos “emotion regulation” y “Psychotherapy” (Gráfico).
- Stanton, A. L., Kirk, S. B., Cameron, C. L., & Danoff-Burg, S. (2000). Coping through emotional approach: scale construction and validation. *Journal of personality and social psychology*, 78(6), 1150. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.6.1150>
- Sloan, E., Hall, K., Simpson, A., Youssef, G. J., Moulding, R., Mildred, H., & Staiger, P. K. (2018). An emotion regulation treatment for young people with complex

- substance use and mental health issues: a case-series analysis. *Cognitive and Behavioral Practice*, 25(3), 427-441. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2017.12.006>
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the society for research in child development*, 25-52. <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01276.x>
- Trinidad, D. R., & Johnson, C. A. (2002). The association between emotional intelligence and early adolescent tobacco and alcohol use. *Personality and individual differences*, 32(1), 95-105. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00008-3](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00008-3)
- Wadlinger, H. A., & Isaacowitz, D. M. (2011). Fixing our focus: Training attention to regulate emotion. *Personality and Social Psychology Review*, 15(1), 75-102. <https://doi.org/10.1177/1088868310365565>
- Wang, K., Burton, C. L., & Pachankis, J. E. (2018). Depression and substance use: Towards the development of an emotion regulation model of stigma coping. *Substance use & misuse*, 53(5), 859-866. <https://doi.org/10.1080/10826084.2017.1391011>
- Weiss, N. H., Bold, K. W., Sullivan, T. P., Armeli, S., & Tennen, H. (2017). Testing bidirectional associations among emotion regulation strategies and substance use: a daily diary study. *Addiction*, 112(4), 695-704. <https://doi.org/10.1111/add.13698>
- Weiss, N. H., Forkus, S. R., Contractor, A. A., & Schick, M. R. (2018). Difficulties regulating positive emotions and alcohol and drug misuse: A path analysis. *Addictive behaviors*, 84, 45-52. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2018.03.027>
- Zohreh, A., & Ghazal, Z. (2018). Behavioral systems and difficulty with emotional regulation predict adolescents' addiction potential. *Journal of Child & Adolescent Substance Abuse*, 27(5-6), 272-276. <https://doi.org/10.1080/1067828X.2018.1474824>

Fecha de recepción: 03/03/2021

Fecha de revisión: 09/06/2021

Fecha de aceptación: 15/06/2021