



## ORIGINAL

# Bienestar, calidad de vida y regulación afectiva en adolescentes portugueses



Paulo César Dias<sup>a,\*</sup>, Ana Sofia Bastos<sup>a</sup>, Juan Carlos Marzo<sup>b</sup>  
y José Antonio García del Castillo Rodríguez<sup>c</sup>

<sup>a</sup> Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais, Universidade Católica Portuguesa, Braga, Portugal

<sup>b</sup> Universidad Miguel Hernández, Elche, Alicante, España

<sup>c</sup> Instituto de Investigación de Drogodependencias (INID), Universidad Miguel Hernández, Sant Joan d'Alacant, Alicante, España

Recibido el 30 de abril de 2015; aceptado el 30 de septiembre de 2015

Disponible en Internet el 8 de diciembre de 2015

### PALABRAS CLAVE

Adolescentes;  
Bienestar;  
Percepción de salud;  
Regulación Afectiva

### Resumen

**Objetivos:** El objetivo de este trabajo es explorar la regulación emocional, calidad de vida y bienestar subjetivo en la adolescencia, considerando diferencias individuales y familiares en función del sexo, la edad y la escolaridad de los progenitores. También se pretende analizar la relación entre las variables estudiadas.

**Diseño:** Estudio cuantitativo descriptivo-comparativo, transversal.

**Emplazamiento:** Institutos de Portugal.

**Participantes:** Muestra por conveniencia de 2 escuelas al Norte de Portugal. Criterios de inclusión: adolescentes (entre 12 y 18 años) de los cursos obligatorios y sin ninguna dificultad especial (sea necesidad educativa especial o dificultad de aprendizaje diagnosticada). Muestra total 619, muestra válida 602.

**Mediciones principales:** Índice de bienestar personal, Cuestionario de salud SF-8 (calidad de vida) y el Cuestionario de estilos de regulación afectiva.

**Resultados:** El bienestar no presenta diferencias entre sexos, la percepción de salud suele ser mejor en los chicos y la regulación afectiva en las chicas. En relación con la edad se encuentran correlaciones negativas principalmente con las variables del cuestionario de salud. Aparecen diferencias significativas en función del nivel de escolarización de los padres. Las mayores correlaciones aparecen entre las variables de los cuestionarios de bienestar y el de salud.

**Conclusiones:** La influencia del nivel educativo de los padres y la edad tienen un papel diferenciador, especialmente en bienestar y calidad de vida. Desde una perspectiva de promoción del bienestar en la adolescencia hay que destacar el potencial de la percepción de salud y algunas estrategias de regulación emocional en intervenciones y estrategias de educación para la salud.

© 2015 Elsevier España, S.L.U. Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/s/by-nc-nd/4.0/>).

\* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: [pcdias@braga.ucp.pt](mailto:pcdias@braga.ucp.pt) (P.C. Dias).

**KEYWORDS**

Adolescents;  
Wellbeing;  
Health Perception;  
Affect regulation

**Well-being, quality of life and affect regulation in Portuguese adolescents****Abstract**

*Objectives:* The objective of this study is to examine the emotional regulation, quality of life, and subjective well-being in adolescence, taking into account individual and family differences, as well as gender, age and education level of parents. Relationships between the questionnaires variables were also considered.

*Design:* Descriptive-comparative, cross-sectional, and quantitative study.

*Location:* Two schools in the north of Portugal.

*Participants:* The sample was selected for convenience due to geographic proximity. Inclusion Criteria: adolescents with age between 12 and 18 years old, from compulsory courses and without any special difficulty. Total sample: 619, valid sample: 602.

*Main measurements:* Personal Wellness; Health Questionnaire SF-8 (quality of life); and the Measurement of Affect Regulation Styles-trait version Questionnaire.

*Results:* There were no differences between well-being and gender. Health perception is better for boys, and affect regulation for girls. In relation to age, there are negative correlations mainly with variables from the health questionnaire. Significant differences in relation to study level of parents were observed. Main correlations were found between wellness and health variables. *Conclusions:* The influence of the education level of parents and age have differentiating role, mainly for well-being and quality of life. From a promotion of wellness perspective in adolescence, potential of health perception and some emotional regulation strategies should be considered in interventions and health education strategy.

© 2015 Elsevier España, S.L.U. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

**Introducción**

La adolescencia es un periodo de transición caracterizado por transformaciones físicas, cognitivas, sociales y emocionales<sup>1,2</sup>, que muchas veces se traducen en una visión de vulnerabilidad en el desarrollo y bienestar<sup>3</sup>. Frente a esa aparente perspectiva pesimista de la adolescencia, aportes y tendencias más recientes se centran en una visión positiva de este periodo del desarrollo vital, en el funcionamiento saludable y adaptativo<sup>4</sup>. A pesar de eso, la investigación continúa siendo orientada más a los adultos que a los adolescentes<sup>5</sup>. Partiendo de las nuevas perspectivas sobre la salud física y mental<sup>6</sup>, y de los avances en las ciencias médicas y sociales, pretendemos estudiar los indicadores de bienestar personal, útiles para la toma de decisiones políticas, especialmente en países con indicadores más débiles, como los del Sur de Europa<sup>7</sup>.

Siendo la adolescencia una etapa importante para el establecimiento del estilo de vida<sup>1,2</sup>, la investigación e intervención precoces en estas edades serán más eficaces y eficientes.

**Bienestar subjetivo, calidad de vida y regulación emocional en la adolescencia**

En el estudio del bienestar, la revisión de la literatura denota que existe poca atención en esta fase de la vida, notándose los avances más recientes. Si bien algunos estudios indican la independencia del ambiente familiar en la satisfacción general con la vida<sup>8</sup>, otros destacan relaciones entre dimensiones específicas de los padres, como sus prácticas educativas<sup>9,10</sup>. También la salud mental de los padres tiene

un importante papel<sup>11</sup>, contrario al estatus socioeconómico, que parece tener un bajo impacto en el bienestar<sup>12</sup>.

Existen más referencias a variables individuales en la satisfacción con la vida, sea el sexo de la persona<sup>13-15</sup>, o la edad<sup>3,8,15</sup>. En general, las chicas puntúan más alto que los chicos en bienestar<sup>14,15</sup>, aunque se aprecia una tendencia en forma de U con la edad, disminuyendo durante la adolescencia y juventud, e incrementándose después de la adultez<sup>16-18</sup>.

En esas tendencias también contribuyen variables personales como la percepción de la salud, o calidad de vida, y la regulación emocional<sup>18,19</sup>. Algunos estudios llevados a cabo con adolescentes, jóvenes y adultos sugieren también diferencias entre sexos, donde unos señalan puntuaciones altas en las percepciones positivas de salud entre las chicas<sup>20-22</sup>, pero pueden estar influenciadas por el nivel escolar y familiar, a pesar de que la tristeza, el estrés y el sentido de la coherencia parecen ser los mejores predictores para observar las diferencias en percepción de salud<sup>22</sup>. El afecto depresivo, de facto, está asociado a conductas disruptivas durante la adolescencia, como robos, abuso de alcohol y embarazos<sup>23</sup>. Por lo tanto, la regulación afectiva y la reducción del afecto negativo durante esta etapa del desarrollo es una prioridad para su bienestar, dado que los fallos del humor en la regulación afectiva pueden derivar en enfermedades mentales, problemas de conducta o resultados académicos<sup>24,25</sup>.

El objetivo de este trabajo es explorar la regulación emocional, calidad de vida y bienestar subjetivo en la adolescencia, considerando diferencias individuales y familiares en función del sexo, la edad y la escolaridad de los progenitores. También se pretende analizar la relación entre las variables relativas a los 3 citados constructos.

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/3456948>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/3456948>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)