UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

Facultad de
Psicología

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS POR ACULTURACIÓN EN ADULTOS JÓVENES PERUANOS MIGRANTES EN ESPAÑA

TESIS PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

AUTOR: BRAD ADRIAN MERJILDO ROJAS

ASESORA: MG. MAYTE LUZMILA CASAÑO MEZA

LIMA – PERÚ

2026

UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD

El egresado:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES
1.	Merjildo Rojas, Brad Adrian

Perteneciente al programa de la **carrera profesional de Psicología**, autor del trabajo titulado: **INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS POR ACULTURACIÓN EN ADULTOS JÓVENES PERUANOS MIGRANTES EN ESPAÑA**, el cual ha sido elaborado, sustentado y aprobado, según corresponda, para optar por el **Título Profesional** bajo la modalidad de **Tesis.**

En calidad de docentes asesores de la Universidad Peruana Cayetano Heredia:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES DEL DOCENTE	FACULTAD	NIVEL DE ASESORÍA
1.	Casaño Meza, Mayte Luzmila	Psicología	Asesora

Declaramos que el contenido del presente documento es original y que las citas y referencias a otros autores cumplen con las normas académicas establecidas. En ese sentido, hacemos constar que:

- El documento presenta un porcentaje de similitud de **16%**, según el reporte emitido por el software **Turnitin®** (identificador de entrega: 3061011461; fecha de entrega: **29-10-2026**).
- Tras una revisión detallada del reporte y del contenido del trabajo en cuestión, no se han identificado indicios de plagio.
- Se certifica que el documento respeta los principios de integridad académica y cumple con los requisitos institucionales de originalidad.

Lugar y fecha: **Lima, 29 de octubre de 2026**



Firma del asesor
N° DNI: 70434930
ORCID: 0009-0002-4837-5824

MIEMBROS DEL JURADO

MG. SUSANA ELIZABETH MAMANI GUERRA

Presidente

MG. ANA LORENA ELGUERA PAJARES

Vocal

MG. CECILIA MARTINA AGUIRRE LAURA

Secretaria

DEDICATORIA

A mis padres y mi hermana, por la confianza que han depositado en mí a lo largo de mi vida, por su apoyo y por permitirme construir mi propio camino.

A mi familia, especialmente a mis abuelos, con quienes comparto la alegría y el orgullo de alcanzar este logro.

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por acompañarme a lo largo de este camino.

A mi asesora, la Mg. Mayte Cazaño, por su orientación, acompañamiento y disposición durante el desarrollo de esta investigación.

Al Dr. Henry Santa Cruz, por su orientación y apoyo en las etapas iniciales de este proyecto.

A la Mg. Susana Mamani, por su constante comunicación, supervisión y apoyo en la etapa final de este proceso.

A todas las personas que participaron en esta investigación, por su tiempo, disposición y confianza. Su colaboración hizo posible la realización de este estudio.

TABLA DE CONTENIDOS

RESUMEN

ABSTRACT

INTRODUCCIÓN 1

METODOLOGÍA 11

1. Tipo y diseño de investigación 11

2. Participantes 11

3. Instrumentos 13

4. Procedimiento 16

5. Plan de análisis de datos 19

6. Consideraciones éticas 22

RESULTADOS 25

DISCUSIÓN 34

CONCLUSIONES 44

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 46

ANEXOS

RESUMEN

El presente estudio buscó determinar la relación entre la inteligencia emocional percibida y el estrés por aculturación en adultos jóvenes peruanos migrantes en España. Se realizó un estudio cuantitativo, no experimental, transversal y correlacional en 120 adultos jóvenes peruanos residentes en España, seleccionados mediante muestreo no probabilístico por bola de nieve. La inteligencia emocional se evaluó mediante la Trait Meta-Mood Scale-24 y el estrés por aculturación mediante la Escala Breve de Estrés por Aculturación. Se calcularon estadísticos descriptivos y se evaluó la distribución mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov. Las relaciones se estimaron mediante los coeficientes de correlación de Pearson y Spearman, según las características distributivas de cada par de variables, con un nivel de significancia de $p < .050$. Se encontraron correlaciones negativas entre todos las factores de inteligencia emocional y estrés por aculturación, con coeficientes entre −.26 y −.50; las de mayor magnitud correspondieron a reparación emocional con adaptación a la sociedad receptora ($r = −.50$; $p < .001$), reparación emocional con preparación y salida del país de origen ($r = −.41$; $p < .001$) y claridad emocional con preparación y salida del país de origen ($r_s = −.39$; $p < .001$), respectivamente. En la muestra estudiada, mayores niveles percibidos de inteligencia emocional se relacionaron con menores niveles de estrés por aculturación, destacando la reparación emocional por su mayor correlación con la adaptación a la sociedad receptora.

Palabras clave: adaptación psicológica, regulación emocional, salud mental, emigración e inmigración

ABSTRACT

The present study sought to determine the relationship between perceived emotional intelligence and acculturative stress in young adult Peruvian migrants in Spain. A quantitative, nonexperimental, cross-sectional, correlational study was conducted with 120 young adult Peruvians residing in Spain, selected through nonprobability snowball sampling. Emotional intelligence was assessed using the Trait Meta-Mood Scale-24, and acculturative stress was assessed using the Brief Acculturative Stress Scale. Descriptive statistics were calculated, and data distribution was assessed using the Kolmogorov-Smirnov test. Relationships were estimated using Pearson's and Spearman's correlation coefficients according to the distributional characteristics of the variables involved, with a significance level of $p < .050$. Negative correlations were found between all factors of emotional intelligence and acculturative stress, with coefficients ranging from −.26 to −.50; the strongest were observed between emotional repair and adaptation to the receiving society ($r = -.50$; $p < .001$), emotional repair and preparation and departure from the country of origin ($r = -.41$; $p < .001$), and emotional clarity and preparation and departure from the country of origin ($r_s = -.39$; $p < .001$), respectively. In the study sample, higher perceived emotional intelligence was related with lower levels of acculturative stress, with emotional repair showing the strongest correlation with adaptation to the receiving society.

Keywords: psychological adaptation, emotional regulation, mental health, emigration and immigration

INTRODUCCIÓN

La migración internacional implica mucho más que un cambio de territorio, pues supone adaptarse a un entorno social y cultural distinto, afrontar nuevas condiciones de vida y, en muchos casos, reconstruir redes de apoyo y desarrollar nuevas formas de interacción; por ello, los efectos del desplazamiento trascienden ámbitos económicos o demográficos (Paz et al., 2021). La magnitud de este fenómeno se refleja en que, a mediados del 2024, aproximadamente 304 millones de personas residían fuera de su país de origen, cifra que representaba el 3,7% de la población mundial, con Europa, Asia y América del Norte entre los principales destinos migratorios (Organización Internacional para las Migraciones [OIM], 2026).

En el contexto local, a mediados del 2025, aproximadamente 3,6 millones de peruanos vivían en el extranjero, de los cuales cerca del 45 % tenía entre 20 a 39 años (Instituto Nacional de Estadística e Información [INEI], 2026), rango que corresponde a la adultez joven (Papalia, 2021); etapa en la que la búsqueda de oportunidades laborales y de mejores condiciones de vida constituyen de los principales motivos asociados a la migración (Mesa-Vieira et al., 2022), en un periodo en el que también se toman decisiones sobre la formación profesional, el trabajo, las relaciones sociales y la construcción de proyectos de vida (Papalia, 2021; Portilla et al., 2022).

La llegada a un país con normas, valores, prácticas sociales y formas de comunicación diferentes exige afrontar situaciones que pueden generar tensión y malestar psicológico, especialmente cuando se produce una reducción de las redes

de apoyo, separación familiar, dificultades lingüísticas o experiencias de discriminación (Rashki et al., 2021; Lerias et al., 2025; Sánchez-Álvarez et al., 2016). Estas condiciones pueden dar lugar al estrés por aculturación, entendido como el malestar psicológico asociado a las demandas de adaptación a un nuevo contexto sociocultural (Mera et al., 2020).

El estrés por aculturación puede expresarse mediante sentimientos de soledad, inseguridad, aislamiento, dificultades interpersonales y sintomatología ansiosa o depresiva (Luceno et al., 2020; Driscoll & Torres, 2020; Urzúa et al., 2021). La intensidad de estas dificultades puede variar según las diferencias culturales percibidas, la situación socioeconómica, el apoyo social y las experiencias de discriminación (Berry & Kim, 1988; Urzúa et al., 2021).

En ese sentido, el proceso de aculturación se desarrolla a lo largo del tiempo y puede involucrar cambios en las prácticas, normas, valores e identidades como consecuencia del contacto continuo entre grupos culturales (Berry, 1992); y aunque las primeras etapas de residencia pueden implicar mayores exigencias de adaptación, la intensidad del estrés no necesariamente disminuye de manera uniforme, ya que puede relacionarse con factores individuales y contextuales que influyen en la experiencia migratoria (Berry, 2006; Sam & Berry, 2010; Ward & Kennedy, 1999). De esta manera, la adaptación a la sociedad receptora no resulta en un proceso necesariamente lineal, sino que puede presentar variaciones según las condiciones en las que se desarrolla la experiencia migratoria.

En población migrante, el estrés por aculturación se ha relacionado con sintomatología psicológica, dificultades a nivel social y problemas vinculados con

el desempeño de roles sociales (Márquez & Monzón, 2023), mientras que determinadas formas de adaptación cultural se han relacionado con indicadores más favorables de bienestar psicológico en población latinoamericana (Mera et al., 2020).

En este marco, se plantea examinar si los recursos psicológicos relacionados con el manejo de las propias emociones también se vinculan con las dificultades de la adaptación cultural. A partir de lo expuesto, se formuló la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación que existe entre la inteligencia emocional y el estrés por aculturación en adultos jóvenes peruanos migrantes en España?

Para responder esta pregunta, se adopta el enfoque de inteligencia emocional propuesto por Salovey et al. (1995), quienes la definen como la valoración que realizan las personas sobre sus propias capacidades para atender, comprender y regular sus estados emocionales. Esta perspectiva permite abordar la inteligencia emocional como una experiencia subjetiva de las personas y se diferencia del enfoque de habilidad de Salovey y Mayer (1997), que la concibe como un conjunto de capacidades susceptibles de ser evaluadas mediante el desempeño en tareas que también se diferencia de los modelos mixtos, que incorporan otros rasgos y competencias psicológicas al constructo (Bar-On, 1997).

Por otro lado, el estrés por aculturación se refiere al malestar psicológico que puede surgir ante las demandas y dificultades asociadas con la adaptación a una sociedad culturalmente diferente (Berry & Kim, 1988; Márquez et al., 2023). Desde la perspectiva de Berry (1992), la aculturación comprende los cambios culturales y psicológicos que se producen como consecuencia del contacto continuo entre

grupos culturales, e involucra aspectos como las prácticas, los valores, las relaciones y la identidad.

Este proceso no implica necesariamente una experiencia negativa. Sin embargo, cuando las demandas de adaptación generan tensión o dificultades para desenvolverse en la sociedad receptora, pueden presentarse manifestaciones de estrés por aculturación relacionadas con las diferencias entre contextos culturales, las experiencias de discriminación, el debilitamiento de las redes de apoyo y las dificultades socioeconómicas (Berry, 1992; Berry & Kim, 1988; Urzúa et al., 2021); por lo que, en este estudio, el estrés por aculturación se entiende como el malestar asociado con las demandas y dificultades que pueden surgir durante la adaptación al contexto social receptor.

Por lo que para su evaluación se consideran tres ámbitos: preparación y salida del país de origen, preocupaciones socioeconómicas y adaptación a la sociedad receptora (Urzúa et al., 2017, 2021). Esta organización permite considerar diferentes momentos y condiciones vinculadas con la experiencia migratoria, desde las circunstancias relacionadas con la salida del país de origen hasta las dificultades que pueden presentarse durante la adaptación al nuevo contexto.

La experiencia migratoria puede variar según determinadas características personales y contextuales, entre ellas el tiempo de permanencia en el país receptor, ya que el proceso de aculturación puede extenderse aproximadamente entre tres y cinco años, aunque su duración y evolución pueden variar según las características particulares, las redes de apoyo y las características del contexto receptor (Berry, 2006; Sam & Berry, 2010).

Desde esta perspectiva, se han distinguido una fase inicial, correspondiente a los primeros ocho meses; una fase de meseta, entre los nueves meses y el segundo año; y una fase posterior, luego de los dos años, en la que puede aumentar la conciencia de las diferencias culturales y la distancia respecto del contexto de origen hasta la adaptación desarrollada a partir del cuarto año aproximadamente (Berry, 2006; Sam & Berry, 2010; Schoeffel & Thompson, 2007; Ward & Kennedy, 1999); en ese sentido, el tiempo de permanencia permite, así, aproximarse al momento del proceso de aculturación en el que se encuentra la persona.

En función de estas etapas, en el presente estudio se establecieron tres categorías de tiempo de permanencia: hasta 8 meses, entre 9 meses a 2 años y entre 3 a 4 años. Estas categorías permiten diferenciar a los participantes según el periodo transcurrido desde su llegada al país receptor y considerar posibles diferencias vinculadas con el momento del proceso migratorio en el que se encuentran hasta la adaptación.

Por su parte, la condición ocupacional puede relacionarse con las condiciones en que se desarrolla la adaptación, debido a sus posibles vínculos con la estabilidad económica, la interacción social y el apoyo percibido, ya que contar con un empleo puede facilitar el acceso a recursos económicos y espacios de interacción social, mientras que el desempleo puede implicar una mayor incertidumbre económica y dependencia de las redes de apoyo; a su vez, los estudiantes, por su parte, pueden afrontar de manera simultánea las demandas formativas y las propias de la aculturación (Urzúa et al., 2021; OIM, 2022). En

función de estas diferencias, en el presente estudio la condición ocupacional se considera mediante las categorías empleado, desempleado y estudiante.

La edad constituye otra característica que puede relacionarse con la experiencia migratoria, ya que las demandas propias de cada etapa del desarrollo pueden coincidir con las exigencias que implica la adaptación a una nueva sociedad (Stafford et al., 2023). La adultez joven comprende dos etapas diferenciadas: entre los 20 y 29 años se encuentra la adultez emergente, caracterizada por la consolidación de la identidad y el fortalecimiento de la independencia, mientras que entre los 30 y 39 años adquieren mayor peso la consolidación laboral, las relaciones afectivas y la formación familiar (Papalia, 2021). Considerando estas características del desarrollo, el presente estudio comprende adultos jóvenes de 20 a 39 años, diferenciados en los grupos de 20 a 29 años y de 30 a 39 años.

La evidencia empírica disponible ofrece algunos elementos para considerar una posible relación entre ambas variables. A nivel internacional, Gebregergis et al. (2020) estudiaron conjuntamente estas variables en estudiantes universitarios internacionales, encontrando que un mayor estrés por aculturación se vinculaba con una mayor presencia de dificultades psicológicas, mientras que la inteligencia emocional se relacionaba con menores niveles de ambas variables. De manera complementaria, Yim et al. (2023) observaron que, en estudiantes universitarios internacionales, una mayor experiencia de estrés por aculturación se vinculaba con mayor sintomatología depresiva. Asimismo, Vergara et al. (2010) reportaron una relación inversa entre inteligencia emocional y estrés por aculturación en estudiantes internacionales. En un estudio longitudinal, Cheung et al. (2020)

observaron que el estrés aculturativo se relacionaba posteriormente con mayores dificultades en la regulación emocional. En esta misma línea, Soufi Amlashi y Forstmeier (2025) identificaron una relación entre el estrés por aculturación y las dificultades de regulación emocional en estudiantes internacionales.

En población migrante latinoamericana, también se han estudiado aspectos emocionales vinculados con la adaptación a un nuevo contexto cultural, por su parte, González-Castro et al. (2020), en migrantes residentes en España, encontraron que una mayor reparación del estado de ánimo se relacionaba con menor malestar psicológico, mientras que una mayor atención a los sentimientos se vinculaba con mayor malestar. Así mismo, Mera-Lemp et al. (2020), en inmigrantes latinoamericanos residentes en Chile, hallaron que una orientación hacia la integración cultural se relacionaba con mayores niveles de bienestar psicológico, mientras que la orientación hacia la separación se vinculaba con mayores niveles de estrés aculturativo.

Otros estudios han abordado el estrés por aculturación desde diferentes aspectos de la experiencia migratoria. Viana et al. (2020), en adultos latinos atendidos en servicios de salud, encontraron relaciones entre factores afectivo-cognitivos y el estrés por aculturación en sus dimensiones familiar y ambiental. En estudiantes universitarios latinos, Subramoney et al. (2024) identificaron relaciones entre experiencias emocionales negativas y el estrés aculturativo.

En el contexto peruano, esta diversidad también se refleja en las poblaciones estudiadas, por su parte, Talavera (2023) observó relaciones inversas entre la inteligencia emocional y dimensiones del estrés por aculturación vinculadas con la

percepción de discriminación, la falta de oportunidades y las barreras lingüísticas en participantes de intercambio. De manera complementaria, Márquez y Monzón (2023) identificaron relaciones entre el estrés por aculturación y distintos indicadores de salud mental en migrantes venezolanos de Arequipa, particularmente con sintomatología depresiva, dificultades de interacción y de adecuación social. Con respecto a la población peruana migrante interna, Ramírez (2021) encontró relación directa entre las estrategias de aculturación favorables y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la sierra peruana. Por su parte, Jiménez (2020) observó que la percepción de discriminación y rechazo se relacionaba negativamente con la autoaceptación, mientras que las dificultades vinculadas con el estatus migratorio se relacionaban indirectamente con el crecimiento personal en venezolanos en Lima.

Aunque los antecedentes muestran relaciones entre la inteligencia emocional, el estrés por aculturación y otros indicadores de salud mental, los estudios revisados se han desarrollado en poblaciones con características distintas, como estudiantes internacionales y migrantes de diferentes países. Asimismo, algunos han examinado la inteligencia emocional y el estrés por aculturación directamente, mientras que otros han abordado su relación con el bienestar psicológico, la sintomatología depresiva u otros aspectos de la adaptación migratoria.

En este sentido, el vacío de conocimiento se encuentra, principalmente, en la falta de evidencia específica sobre la relación entre la inteligencia emocional y el estrés por aculturación en adultos jóvenes peruanos residentes en España. Además, no se cuenta con suficiente evidencia sobre cómo se presenta esta relación según la

edad, el tiempo de permanencia en el país receptor y la condición ocupacional de esta población. Por tanto, resulta necesario examinar estas relaciones en el grupo señalado, sin asumir que los hallazgos obtenidos en otras poblaciones se presentan de la misma manera en este contexto migratorio.

A partir de lo expuesto, el estudio realizado se justifica en 3 dimensiones. Desde la perspectiva teórica, el estudio amplió la evidencia disponible sobre las variables de estudio y contribuyó a su comprensión en un contexto migratorio específico, considerando las características particulares de la población estudiada.

En cuanto al aporte metodológico, la investigación obtuvo evidencia de validez basada en estructura interna presentando los índices de ajuste desarrollado a partir de un Análisis Factorial Confirmatorio (AFC), lo que contribuyó a valorar la adecuación de las medidas utilizadas en la población evaluada y respaldará la interpretación de los resultados correlacionales.

Finalmente, desde la perspectiva práctica, los resultados proporcionaron información que podrá orientar la toma de decisión para profesionales que desarrollan actividades de evaluación, orientación o acompañamiento psicológico con población migrante, al brindar una aproximación a la relación entre recursos emocionales y experiencias vinculadas con la adaptación cultural; además de servir como antecedente para investigaciones posteriores

A partir de lo expuesto, y considerando el vacío de conocimiento identificado, surge la necesidad de profundizar en esta problemática en la población y contexto señalados, por lo que en respuesta a la pregunta de investigación, el objetivo general es determinar la relación entre la inteligencia emocional y el estrés

por aculturación en adultos jóvenes peruanos migrantes en España. Como objetivos específicos, se busca (a) determinar la relación entre la inteligencia emocional y el estrés por aculturación en adultos jóvenes peruanos migrantes en España según edad; (b) determinar la relación entre la inteligencia emocional y el estrés por aculturación según tiempo de permanencia en España; y (c) determinar la relación entre la inteligencia emocional y el estrés por aculturación según ocupación.

En correspondencia con estos objetivos, se plantea como hipótesis general que existe una relación entre la inteligencia emocional y el estrés por aculturación en adultos jóvenes peruanos migrantes en España. Asimismo, se plantean como hipótesis específicas que existe una relación entre ambas variables según edad, tiempo de permanencia en España y ocupación.

METODOLOGÍA

1. Tipo y diseño de investigación

Según la clasificación de Ato et al. (2013), el estudio fue de tipo empírico, ya que se analizaron datos obtenidos de los participantes, y siguió una estrategia asociativa, orientada a examinar la relación entre las factores de la inteligencia emocional y el estrés por aculturación; específicamente, se empleó un diseño correlacional simple, dado que se examinó la relación entre las variables sin manipularlas ni establecer relaciones causales.

2. Participantes

Según el INEI (2026), 3 698 873 peruanos viven en el extranjero, de las cuales 614 013 residen en España, equivalente al 16,6 % del total; sin embargo, estas cifras no incluyen necesariamente a toda la población peruana en dicho país, ya que los datos responden únicamente a registros administrativos de migración, por lo que no es posible estimar el tamaño poblacional real, por tanto, se considera como una población infinita.

Se empleó un muestreo no probabilístico, ya que la selección de los participantes no se basó en una probabilidad conocida e igual para todos los miembros de la población. (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2023). Específicamente, se empleó el muestreo en cadena o por redes (bola de nieve), mediante el cual los participantes pudieron referir a otras personas de su grupo social que cumplieran características similares (Biernacki y Waldorf, 1981; Noy, 2008). Esta estrategia se utilizó debido a las limitaciones para establecer contacto con la población de estudio y permitió

ampliar progresivamente el alcance del reclutamiento (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2023).

En cuanto al tamaño muestral, aunque en estudios con muestreo no probabilístico no siempre se realiza una estimación formal, en el presente estudio se efectuó con el fin de contar con un número de participantes que proporcionara una potencia estadística adecuada para los análisis previstos. Para ello, se empleó el software G*Power (versión 3.1.9.6; Faul et al., 2009), mediante una prueba de correlación bivariada de dos colas, con un nivel de significancia de .050, un poder estadístico de .80 (Cohen, 1988) y un tamaño de efecto esperado de $r = .30$.

De acuerdo con estos criterios, se calculó un mínimo de 84 participantes, cifra cercana a los 82 participantes señalados por Hernández-Sampieri y Mendoza (2023) como referencia para análisis correlacionales.

Adicionalmente, se consideró el análisis complementario de los índices de ajuste de la estructura factorial del Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24), por lo que se estableció una muestra objetivo de 120 participantes. Este tamaño se planteó con el propósito de obtener evidencia sobre el grado de correspondencia entre la estructura del instrumento y los datos observados en la población evaluada.

Si bien no existe un criterio único para establecer el tamaño muestral requerido para este tipo de análisis, su adecuación depende de factores como las características del modelo, el número de items, las cargas factoriales esperadas, el tipo de variables y el estimador empleado (Kyriazos, 2018;

Wolf et al., 2013). Como referencia adicional, se consideró la proporción de cinco participantes por ítem (5:1) propuesta por Gorsuch (1983), que para los 24 ítems del TMMS-24 correspondió a 120 participantes. A partir de ello, se determinó una muestra objetivo de 120 participantes.

Para la incorporación al estudio, se establecieron como criterios de inclusión: (a) tener nacionalidad peruana; (b) residir en España; (c) tener entre 20 y 39 años; (d) brindar el consentimiento informado; y (e) disponer de un dispositivo electrónico con acceso a internet, micrófono y cámara en funcionamiento. Por otro lado, se establecieron como criterios de exclusión: (a) tener más de cuatro años de residencia en España; (b) contar con experiencia migratoria previa; y (c) encontrarse en el país en condición de turista.

3. Instrumentos

Para la medición de las variables de estudio se emplearon la TMMS-24 y la Escala Breve de Estrés por Aculturación (EBEA), asimismo, se utilizó una ficha de datos sociodemográficos para caracterizar a los participantes y recopilar información relacionada con su experiencia migratoria.

La TMMS-24, versión abreviada en español de la TMMS-48 de Salovey et al. (1995), fue desarrollada por Fernández-Berrocal et al. (2004), evalúa la inteligencia emocional mediante tres factores: atención emocional (AE), claridad emocional (CE) y reparación emocional (RE), conformada por 24 ítems directos, con una escala de respuesta tipo Likert de cinco

puntos, desde 1 (“Nada de acuerdo”) hasta 5 (“Totalmente de acuerdo”), y su aplicación, individual o grupal, requiere aproximadamente entre 5 minutos.

El sistema de calificación e interpretación se realiza a partir de las puntuaciones obtenidas en cada factor que comprenden 8 ítems en un rango de 8 a 40 puntos cada uno, sin considerar una puntuación total como indicador global de inteligencia emocional debido a la naturaleza multifactorial del instrumento (Fernández-Berrocal et al., 2004). En cuanto a sus propiedades psicométricas, Pérez et al. (2020) reportaron, en adultos peruanos, coeficientes omega de McDonald de .88 para AE, .89 para CE y .87 para RE. Asimismo, el AFC mostró índices de ajuste de $\chi^2 = 364.956$, gl = 228, $\chi^2/gl = 2.23$, CFI = .84, TLI = .85 y RMSEA = .07.

En el presente estudio se examinó el ajuste de la estructura factorial del instrumento a los datos obtenidos de los 120 participantes, con el propósito de conocer su comportamiento en la muestra estudiada y obtener evidencia de validez basada en su estructura interna. Los resultados mostraron un CFI de .93, un TLI de .92, un RMSEA de .07 y un SRMR de .06. El estadístico χ^2 fue de 401 con 249 grados de libertad y un valor de $p < .001$, obteniéndose una razón χ^2/gl de 1.61.

Por su parte, la EBEA evalúa el estrés asociado con el proceso migratorio mediante tres factores: preparación y salida del país de origen (PSP), preocupaciones socioeconómicas (PSE) y adaptación a la sociedad receptora (ASR) conformada por 14 ítems directos con respuestas de escala tipo Likert de cinco puntos, desde 1 (“No estresante en absoluto”) hasta 5

("Muy estresante"), y un tiempo de aplicación aproximado de 3 minutos (Urzúa et al.,2021).

El sistema de calificación e interpretación se realiza a partir de las puntuaciones obtenidas en cada factor que comprenden 6, 4 y 4 ítems respectivamente con puntuaciones entre 6 a 30 y 4 a 24 puntos, sin considerar un puntaje total de estrés por aculturación debido a la naturaleza multifactorial propia del instrumento (Urzúa et al., 2021). Respecto a sus propiedades psicométricas, Urzúa et al. (2021) reportaron, en población migrante peruana y colombiana residente en Chile, coeficientes omega de McDonald de .88 para PSP .89 para PSE y .86 para ASR. El AFC realizado por Urzúa et al. (2021) mostró un χ^2 de 238.993 con 74 grados de libertad, una razón χ^2/gl de 3.23, un CFI de .98, un TLI de .98 y un RMSEA de .07.

En la presente investigación también se examinó el ajuste de la estructura factorial de la escala a los datos obtenidos de los 120 participantes, con el propósito de conocer su comportamiento en la muestra estudiada y obtener evidencia de validez basada en su estructura interna. Los resultados mostraron un CFI de .94, un TLI de .92, un RMSEA de .06 y un SRMR de .06. El estadístico χ^2 fue de 117 con 74 grados de libertad y un valor de $p < .001$, obteniéndose una razón χ^2/gl de 1.58.

Finalmente, se utilizó una ficha de datos sociodemográficos para caracterizar a los participantes y recopilar información relacionada con su experiencia migratoria. Esta incluyó sexo, edad, ocupación, lugar de residencia, tiempo de residencia en España y número de experiencias migratorias previas. Asimismo, se solicitó el nombre y el correo electrónico

con fines de identificación, codificación y posterior depuración de los registros.

4. Procedimiento

El procedimiento de la investigación se desarrolló luego de completar las gestiones administrativas y éticas correspondientes. En primer lugar, el proyecto fue registrado en el Sistema Descentralizado de Información y Seguimiento a la Investigación (SIDISI) para su revisión por la Unidad de Investigación de la Facultad de Psicología de la Universidad Peruana Cayetano Heredia. Posteriormente, se recopiló y presentó la documentación requerida ante el Comité Institucional de Ética en Investigación (CIEI), incluyendo la documentación correspondiente a la Unidad de Investigación, debido a que, por las características del muestreo empleado, el estudio no contó con una unidad operativa propia.

Una vez obtenida la aprobación ética, se inició la recolección de datos, respetando los procedimientos establecidos en el protocolo aprobado y las disposiciones éticas aplicables. El reclutamiento se realizó mediante un muestreo no probabilístico por cadena o bola de nieve. La convocatoria inicial se difundió a través de Instagram, Facebook y WhatsApp y estuvo dirigida a personas de nacionalidad peruana residentes en España que cumplieran con los criterios de inclusión.

Los participantes que aceptaron participar pudieron referir a otras personas con características similares, ampliándose progresivamente el alcance de la convocatoria hasta completar la muestra prevista de 120

participantes. Para coordinar la participación, se solicitó el número telefónico o el usuario de una red social. Una vez confirmado el interés en participar, se envió un mensaje con la fecha y hora de la sesión correspondiente, previa coordinación, y el enlace de acceso a la reunión virtual.

Cuando la convocatoria inicial no permitió alcanzar el número previsto de participantes, el estudio también se difundió en grupos virtuales de migrantes peruanos en España mediante plataformas como Discord, Telegram y Snapchat.

La recolección de la data se desarrolló mediante sesiones sincrónicas individuales a través de Google Meet. Cada sesión tuvo una duración de 10 minutos aproximadamente y el proceso de recolección se desarrolló durante 24 semanas hasta completar la muestra. La programación consideró la diferencia horaria entre España y Perú. Cuando algún participante no pudo asistir al horario acordado, se coordinó una nueva fecha para su participación, procurando mantener las mismas condiciones de aplicación.

Al inicio de cada sesión individual se explicó el procedimiento de participación y se presentó el consentimiento informado mediante un formulario de Google Forms. Después de leer la información proporcionada y resolver las dudas que pudieran surgir, el participante registró su consentimiento en el mismo formulario y, posteriormente, accedió al enlace que contenía la ficha de datos sociodemográficos y los protocolos de evaluación, correspondientes al TMMS-24 y la EBEA.

Antes de iniciar la aplicación, se explicó brevemente la finalidad de los instrumentos, el tipo de preguntas y el tiempo aproximado requerido para responderlas, además de señalar la importancia de contestar de acuerdo con su propia experiencia.

Los formularios fueron configurados para admitir una sola respuesta por cuenta de Google, con el propósito de reducir la posibilidad de registros duplicados. Además, se verificó la correspondencia entre los registros obtenidos y la participación en las sesiones individuales, con el propósito de reconocer posibles inconsistencias.

Debido a que algunas preguntas podrían abordar experiencias relacionadas con la migración y generar incomodidad emocional, se contemplaron medidas de contingencia ante una eventual manifestación de malestar durante la aplicación. Estas incluían la posibilidad de pausar o interrumpir la evaluación, desarrollar estrategias de regulación como la respiración consciente y, de ser necesario, orientar al participante hacia recursos de apoyo profesional disponibles en España. Durante la recolección de datos no se presentaron situaciones que requirieran la aplicación de estas medidas.

Como beneficio directo de la participación, todos los participantes recibieron un tríptico psicoeducativo digital al finalizar la aplicación. Este material incluyó información sobre la inteligencia emocional y el estrés por aculturación, recomendaciones generales para afrontar situaciones asociadas con el proceso migratorio y un directorio de servicios gratuitos de salud mental disponibles en España.

Una vez finalizada la recolección, la información se organizó en una base de datos de Excel y cada participante fue identificado mediante un código numérico. Posteriormente, la base fue depurada y analizada mediante el programa Jamovi, considerando los procedimientos estadísticos establecidos de acuerdo con los objetivos de la investigación. Durante todo el estudio se mantuvo la confidencialidad de los datos y se utilizaron la información únicamente para los fines establecidos en el consentimiento informado y en el protocolo aprobado por el CIEI.

5. Plan de análisis de datos

El análisis de los datos constó de 120 participantes que respondieron la TMMS-24 y la EBEA. Los datos fueron registrados y organizados en una hoja de cálculo de Microsoft Excel versión 16.7809 de 2023 y posteriormente procesados mediante el software Jamovi versión 2.3.21 del mismo año.

Aunque los instrumentos emplean ítems con opciones de respuesta tipo Likert, de naturaleza ordinal, las puntuaciones obtenidas en sus factores fueron tratadas como variables cuantitativas continuas, siguiendo el uso habitual de puntuaciones compuestas en investigaciones psicológicas. Por ello, la elección de las pruebas estadísticas se realizó considerando la adecuación de los supuestos correspondientes.

El análisis comenzó con la descripción de las características de la muestra. Para las variables sociodemográficas categóricas se calcularon porcentajes y frecuencias, mientras que para la edad y las puntuaciones de

los factores de la TMMS-24 y la EBEA se obtuvieron medidas de dispersión y tendencia central.

De manera complementaria, se examinó el ajuste de la estructura factorial de ambos instrumentos en la muestra estudiada, con el propósito de conocer en qué medida los modelos factoriales previamente establecidos representaron los datos obtenidos. Para ello, se consideraron el estadístico chi-cuadrado (χ^2), los grados de libertad (gl), el índice de ajuste comparativo (CFI), el índice de Tucker-Lewis (TLI), la raíz del error cuadrático medio de aproximación (RMSEA) y la raíz cuadrática media residual estandarizada (SRMR). Se tomaron como criterios de referencia valores de CFI y TLI $\geq .90$, RMSEA $\leq .08$ y SRMR $\leq .08$ (Browne y Cudeck, 1993; Lai, 2020). El estadístico χ^2 y sus grados de libertad se interpretaron conjuntamente con los demás índices, debido a la sensibilidad del chi-cuadrado al tamaño muestral (Hu & Bentler, 1999; Brown, 2015).

Una vez descritas las características de los datos, se evaluó la normalidad de las puntuaciones de los factores mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov (K-S) utilizando el módulo adicional *Moretests* de Jamovi, que permite incorporar esta prueba en el apartado de pruebas *t*. Los resultados de esta evaluación permitieron seleccionar el coeficiente de correlación más adecuado para cada correlación. Cuando se cumplió el supuesto de normalidad, se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson, mientras que ante su incumplimiento se empleó el coeficiente de Spearman, por lo que esta decisión se tomó para cada relación analizada, de modo que

no se asumió un mismo tipo de correlación para todos los factores (Mishra et al., 2019),.

Para el objetivo general, se examinó la relación entre los tres factores de la inteligencia emocional y los tres factores del estrés por aculturación.

Este mismo procedimiento se aplicó para los objetivos específicos, realizando análisis diferenciados según edad, tiempo de permanencia en España y ocupación. La edad se organizó en los grupos de 20 a 29 años y de 30 a 39 años; el tiempo de permanencia, en menos de 8 meses, entre 9 meses a 2 años y entre 3 a 4 años; y la ocupación, en estudiantes, empleados y desempleados.

En cada grupo se volvió a evaluar la distribución de las puntuaciones para determinar el coeficiente de correlación correspondiente. De esta manera, se examinó si las correlaciones entre los factores de las variables de estudio presentaban un comportamiento similar o diferente según características de los participantes.

Las correlaciones se interpretaron según los criterios de Cohen (1988), considerando como pequeñas las correlaciones con valores absolutos de *r* entre .10 y .29, moderadas aquellas entre .30 y .49 y grandes las iguales o superiores a .50.

6. Consideraciones éticas

La investigación se desarrolló considerando los principios de autonomía, beneficencia, no maleficencia y justicia. Asimismo, se

establecieron medidas orientadas a proteger el bienestar de los participantes y garantizar la confidencialidad de los datos en todo el proceso de estudio.

En cumplimiento del principio de autonomía, antes de iniciar la aplicación se presentó a cada participante un consentimiento informado mediante Google Forms, en el que se explicaron los objetivos del estudio, las características de su participación, el carácter voluntario de la misma y el derecho a retirarse en cualquier momento sin consecuencias. Los participantes tuvieron la oportunidad de revisar la información y realizar las consultas que consideraran necesarias antes de registrar su consentimiento. La participación se inició únicamente después de que cada persona hubiera aceptado voluntariamente el consentimiento informado.

Respecto al principio de no maleficencia, se consideró que los instrumentos empleados no implican riesgos físicos ni procedimientos invasivos; sin embargo, algunas preguntas relacionadas con experiencias migratorias podrían generar incomodidad o malestar emocional, por lo que durante las sesiones se informó a los participantes que podían omitir una pregunta o interrumpir su participación si alguna situación les resultaba incómoda.

Asimismo, se estableció como medida de contingencia que, ante cualquier manifestación de malestar durante la aplicación de los instrumentos como cansancio, incomodidad, estrés o angustia momentánea, se pausaría la aplicación y se consultaría al participante si deseaba continuar, recordándole que podía omitir cualquier pregunta o retirarse del estudio sin perjuicio alguno. De ser necesario, se contempló brindar apoyo inmediato

mediante estrategias breves de contención emocional, como validación empática, pausas voluntarias o ejercicios de autorregulación (por ejemplo, respiración consciente), sin que ello constituyera una intervención clínica. Si el malestar persistía, se priorizaría la finalización de su participación y se le orientaría sobre los recursos de apoyo profesional disponibles en España. Ante situaciones de mayor intensidad, en las que se identificara un posible riesgo para su integridad, se recomendaría contactar con los servicios de emergencia (112).

Durante la recolección de datos no se presentaron situaciones de malestar emocional que requirieran la aplicación de estas medidas; ninguno de los participantes manifestó sentirse afectado por las preguntas, solicitó interrumpir la aplicación ni requirió orientación o apoyo psicológico adicional.

En relación con el principio de beneficencia, al finalizar la aplicación se proporcionó a todos los participantes un material psicoeducativo en formato digital con información sobre la inteligencia emocional, el estrés por aculturación y estrategias generales de afrontamiento, acompañado de un directorio de servicios y recursos gratuitos de salud mental disponibles en España. Este material constituyó el beneficio directo previsto para los participantes y fue proporcionado como recurso de orientación general, de esta manera, se buscó ofrecer información útil para el cuidado del bienestar emocional de los participantes, respetando los límites de una investigación de carácter no clínico.

En cuanto al principio de justicia, la convocatoria se dirigió a las personas que cumplían los criterios de inclusión establecidos, sin discriminación por características ajenas a los objetivos de la investigación. Todos los participantes recibieron las mismas condiciones generales de información, consentimiento y aplicación de los instrumentos, así como el mismo material psicoeducativo al finalizar su participación.

Finalmente, se garantizó la confidencialidad de la información recolectada. Si bien durante el proceso se solicitaron algunos datos personales para coordinar la participación y verificar los registros, la información utilizada para el análisis fue organizada mediante un código numérico asignado a cada participante. Los datos fueron almacenados en una base utilizada exclusivamente para los fines establecidos en la investigación. Debido a que se recopilaron datos que permitían vincular los registros con los participantes durante la etapa de recolección, el estudio no correspondió a un diseño anónimo. No obstante, se adoptaron medidas para preservar la confidencialidad y proteger la información personal de acuerdo con las disposiciones éticas aplicables.

RESULTADOS

Se incluyeron 120 participantes que cumplieron los criterios de inclusión y exclusión establecidos, sin registrarse exclusiones ni pérdidas durante el estudio. La edad media fue de 29,3 años y estuvo conformada predominantemente por mujeres (59,2%), participantes empleados/as (66,7%), y participantes que tenían entre 3 y 4 años de permanencia en España (39,2%) (Tabla 1).

Tabla 1

Características de la muestra (n=120)

Variable	N(%)
Edad (años) [a]	29.3 ± 6.03
20 a 29 años	64 (53.3%)
30 a 39 años	56 (46.7%)
Sexo	
Masculino	49 (40.8%)
Femenino	71 (59.2%)
Ocupación	
Estudiante	25 (20.8%)
Empleado/a	80 (66.7%)
Desempleado/a	15 (12.5%)
Tiempo de residencia	
Menos de 8 meses	40 (33.3%)
Entre 9 meses a 2 años	33 (27.5%)
Entre 3 a 4 años	47 (39.2%)

Nota. [a] presentan los valores como media ± desviación estándar (M ± DE). **n** = tamaño de la muestra. **%** = porcentaje que representa ese número respecto del total de la muestra.

Para responder al objetivo general, se evaluó previamente la distribución de las puntuaciones de los factores de inteligencia emocional y estrés por aculturación mediante la prueba de K-S. Las puntuaciones de CE y PSE presentaron una distribución no normal ($p < .050$), por lo que para las correlaciones que involucraron

estos factores se empleó el coeficiente de Spearman. Los demás factores presentaron una distribución compatible con normalidad (Tabla 2).

Tabla 2

Estadísticos descriptivos y prueba de normalidad de los factores de inteligencia emocional y estrés por aculturación

				K-S	
	n	M	DE	*D*	*p*
Atención emocional	120	24.32	7.32	.067	.658
Claridad emocional	120	25.13	8.61	.131	.032
Reparación emocional	120	25.00	8.11	.080	.433
PSP	120	19.09	5.21	.075	.515
PSE	120	11.90	4.06	.139	.020
ASR	120	9.13	4.05	.119	.069

Nota. n = tamaño de la muestra; M = media; DE = desviación estándar; *D* = estadístico de Kolmogorov-Smirnov; *p* = valor de significancia.

Se observaron correlaciones negativas entre los factores de inteligencia emocional y estrés por aculturación, con coeficientes entre −.26 y −.50. De acuerdo con los criterios de Cohen (1988), las correlaciones fueron de magnitud pequeña a grande. La mayor correspondió a RE y ASR ($r = -.50$) de magnitud grande, seguida de RE con PSP ($r = -.41$) y con PSE ($r = -.41$), de magnitud moderada. En contraste, la menor relación se observó entre AE y PSP ($r = -.26$), y ASP ($r = -.28$) ambas de magnitud pequeña, mientras que las demás correlaciones fueron moderadas (Tabla 3).

Tabla 3

Relaciones entre los factores de inteligencia emocional y estrés por aculturación

	Atención emocional	Claridad emocional	Reparación emocional
Preparación y salida del país	-.26**	-.39***	-.41***

Preocupaciones socioeconómicas	-.38***	-.38***	-.41***
Adaptación a la sociedad receptora	-.28**	-.27**	-.50***

Nota. **$p < .010$, ***$p < .001$.

En el análisis según edad, las puntuaciones presentaron una distribución compatible con normalidad en todos los factores del grupo de 20 a 29 años. En el grupo de 30 a 39 años, únicamente CE mostró una distribución no normal (p = .010), (Tabla 4).

Tabla 4

Estadísticos descriptivos y prueba de normalidad de los factores de inteligencia emocional y estrés por aculturación según edad

				K-S	
	n	M	DE	*D*	*p*
AE – 20/29 años	64	23.11	7.26	.099	.561
CE – 20/29 años	64	23.80	8.18	.073	.882
RE – 20/29 años	64	23.23	7.34	.083	.764
PSP – 20/29 años	64	20.22	5.13	.097	.578
PSE – 20/29 años	64	12.00	4.07	.157	.085
ASR – 20/29 años	64	9.98	4.27	.101	.534
AE – 30/39 años	56	25.71	7.21	.071	.941
CE – 30/39 años	56	26.64	8.90	.218	.010
RE – 30/39 años	56	27.02	8.54	.162	.107
PSP – 30/39 años	56	17.80	5.03	.104	.575
PSE – 30/39 años	56	11.79	4.08	.148	.173
ASR – 30/39 años	56	8.81	3.89	.117	.429

Nota. n = tamaño de la muestra; M = media; DE = desviación estándar; *D* = estadístico de Kolmogorov-Smirnov; *p* = valor de significancia.

Entre los participantes de 20 a 29 años, las correlaciones fueron negativas y presentaron magnitudes pequeñas a moderadas y negativas. Las de mayor magnitud

correspondieron a RE con PSE ($r = -.41$) y CE con PSP ($r = -.40$), ambas de magnitud moderada. La relación más baja se observó entre AE y PSE ($r = -.13$), única de magnitud pequeña (Tabla 5).

Tabla 5

Relaciones entre los factores de inteligencia emocional y estrés por aculturación según edad de 20 a 29 años

	AE – 20/29 años	CE – 20/29 años	RE – 20/29 años
PSP – 20/29 años	-.24	-.40***	-.33***
PSE – 20/29 años	-.13	-.27*	-.41***
ASR – 20/29 años	-.34***	-.32***	-.39***

Nota. *$p < .050$, ***$p < .001$.

En el grupo de 30 a 39 años, las correlaciones presentaron magnitudes pequeñas a moderadas y negativas, excepto AE y ASR que tuvieron una relación nula ($r = -.07$). La mayor correspondió a RE y ASR ($r_s = -.44$), seguida del mismo factor con PSP ($r = -.42$), ambas de magnitud moderada. En contraste, la relación entre CE y ASR ($r_s = -.11$) fue pequeña (Tabla 6).

Tabla 6

Relaciones entre los factores de inteligencia emocional y estrés por aculturación según edad de 30 a 39 años

	AE - 30/39 años	CE - 30/39 años	RE - 30/39 años
PSP - 30/39 años	-.23	-.31*	-.42**
PSE - 30/39 años	-.39***	-.39**	-.36**
ASR - 30/39 años	-.07	-.11	-.44***

Nota. *$p < .050$, **$p < .010$, ***$p < .001$.

En cuanto al tiempo de permanencia en España, las puntuaciones mostraron una distribución normal en los grupos con menos de 8 meses y entre 9 meses y 2

años de residencia. En el grupo de 3 a 4 años, CE y PSE presentaron distribución no normal (p = .007 y p = .047, respectivamente) (Tabla 7).

Tabla 7

Estadísticos descriptivos y prueba de normalidad de los factores de inteligencia emocional y estrés por aculturación según tiempo de permanencia

				K-S	
	n	M	DE	*D*	*p*
AE - menos de 8 meses	40	21.88	6.70	.202	.077
CE - menos de 8 meses	40	20.32	7.26	.131	.496
RE - menos de 8 meses	40	21.38	6.87	.124	.572
PSP - menos de 8 meses	40	22.57	4.05	.125	.556
PSE - menos de 8 meses	40	13.38	3.83	.086	.929
ASR - menos de 8 meses	40	10.50	3.94	.149	.333
AE - entre 9 meses y 2 años	33	25.55	7.68	.125	.677
CE - entre 9 meses y 2 años	33	25.42	7.31	.180	.234
RE - entre 9 meses y 2 años	33	28.33	5.72	.164	.334
PSP - entre 9 meses y 2 años	33	18.64	5.13	.186	.205
PSE - entre 9 meses y 2 años	33	11.00	4.02	.167	.318
ASR - entre 9 meses y 2 años	33	8.76	3.68	.168	.308
AE - entre 3 y 4 años	47	25.55	7.20	.154	.214
CE - entre 3 y 4 años	47	29.00	8.63	.245	.007
RE - entre 3 y 4 años	47	25.74	9.36	.106	.668
PSP - entre 3 y 4 años	47	16.45	4.48	.137	.338
PSE - entre 3 y 4 años	47	11.28	4.00	.200	.047
ASR - entre 3 y 4 años	47	9.13	4.46	.171	.121

Nota. n = tamaño de la muestra; M = media; DE = desviación estándar; *D* = estadístico de Kolmogorov-Smirnov; *p* = valor de significancia.

Entre quienes tenían menos de 8 meses de residencia, las correlaciones presentaron magnitudes pequeñas a grandes y negativas. La mayor correspondió a RE y PSP (r = −.51), de magnitud grande, seguida de CE y PSP (r = −.44), de

magnitud moderada.. En contraste, AE y ASR presentó la correlación de menor magnitud ($r = -.11$), considerada pequeña (Tabla 8).

Tabla 8

Relaciones entre los factores de inteligencia emocional y estrés por aculturación según tiempo de permanencia menor a 8 meses

	AE - menos de 8 meses	CE - menos de 8 meses	RE - menos de 8 meses
PSP - menos de 8 meses	-.37*	-.44**	-.51***
PSE - menos de 8 meses	-.23	-.17	-.33*
ASR - menos de 8 meses	-.11	-.33*	-.39*

Nota. *$p < .050$, **$p < .010$, ***$p < .001$.

En el grupo con 9 meses a 2 años de residencia, las correlaciones fueron de magnitud pequeña a moderada y negativas, excepto AE y PSP, que tuvieron una relación nula ($r = -.03$). La mayor correspondió a CE y PSE ($r = -.41$), de magnitud moderada, mientras que la relación entre RE y PSE ($r = -.12$) fue la más baja y presentó una magnitud pequeña (Tabla 9).

Tabla 9

Relaciones entre los factores de inteligencia emocional y estrés por aculturación según tiempo de permanencia entre 9 meses a 2 años

	AE - entre 9 meses a 2 años	CE - entre 9 meses a 2 años	RE - entre 9 meses a 2 años
PSP - entre 9 meses a 2 años	-.03	-.13	-.26
PSE - entre 9 meses a 2 años	-.25	-.41*	-.12
ASR - entre 9 meses a 2 años	-.13	-.18	-.23

Nota. *$p < .050$.

Finalmente, entre quienes tenían entre 3 y 4 años de residencia, las correlaciones fueron principalmente de magnitud pequeña a moderada y negativas,

excepto AE y CE con ASR, que tuvieron relación nula (r = −.06 y r_s= −.01, respectivamente). La mayor correspondió a RE y ASR (r = −.49), de magnitud moderada, seguida de RE y PSE (r_s = −.37), también de magnitud moderada. En contraste, AE y PSP (r = −.17), y CE y PSP (r_s= −.18) presentaron una relación pequeña (Tabla 10).

Tabla 10

Relaciones entre los factores de inteligencia emocional y estrés por aculturación según tiempo de permanencia entre 3 a 4 años

	AE - entre 3 a 4 años	CE - entre 3 a 4 años	RE - entre 3 a 4 años
PSP - entre 3 a 4 años	-.17	-.18	-.31*
PSE - entre 3 a 4 años	-.36*	-.32*	-.37*
ASR - entre 3 a 4 años	-.06	-.01	-.49***

Nota. *p < .050, ***p < .001.

Según la ocupación, las puntuaciones mostraron una distribución compatible con normalidad en todos los factores de los grupos de desempleados/as y estudiantes. Entre los empleados/as, únicamente CE presentó una distribución no normal (p = .045) (Tabla 11).

Tabla 11

Estadísticos descriptivos y prueba de normalidad de los factores de inteligencia emocional y estrés por aculturación según ocupación

				K-S	
	n	M	DE	*D*	*p*
AE - desempleado/a	15	23.93	9.16	.207	.540
CE - desempleado/a	15	23.13	9.27	.213	.507
RE - desempleado/a	15	20.40	7.59	.206	.546
PSP - desempleado/a	15	22.80	4.63	.184	.691
PSE - desempleado/a	15	14.73	5.09	.176	.741

ASR - desempleado/a	15	11.40	5.08	.156	.854
AE - empleado/a	80	25.18	7.02	.081	.664
CE - empleado/a	80	25.85	8.92	.154	.045
RE - empleado/a	80	26.16	8.12	.087	.584
PSP - empleado/a	80	18.39	5.15	.105	.341
PSE - empleado/a	80	11.89	3.67	.134	.113
ASR - empleado/a	80	9.30	4.00	.108	.313
AE - estudiante	25	21.84	6.77	.135	.753
CE - estudiante	25	24.00	7.05	.140	.711
RE - estudiante	25	24.04	7.55	.115	.897
PSP - estudiante	25	19.12	4.92	.093	.982
PSE - estudiante	25	10.24	3.78	.187	.336
ASR - estudiante	25	8.92	3.66	.140	.712

Nota. n = tamaño de la muestra; M = media; DE = desviación estándar; *D* = estadístico de Kolmogorov-Smirnov; *p* = valor de significancia.

En los participantes desempleados/as, las correlaciones fueron de magnitud pequeña a grande y negativas, excepto AE y ASR que tuvieron una relación nula ($r = -.01$). La mayor correspondió a RE y PSE ($r = -.77$), de magnitud grande, seguida de CE y PSE ($r = -.55$), AE y PSE ($r = -.53$), y RE y PSP ($r = -.53$), también de magnitud grande. En contraste, la relación entre CE y ASR ($r = -.22$) fue la única de magnitud pequeña (Tabla 12).

Tabla 12

Relaciones entre los factores de inteligencia emocional y estrés por aculturación según ocupación desempleada

	AE - desempleado/a	CE - desempleado/a	RE - desempleado/a
PSP - desempleado/a	-.46	-.43	-.53*
PSE - desempleado/a	-.53*	-.55*	-.77***
ASR - desempleado/a	-.01	-.22	-.37

Nota. *$p < .050$, ***$p < .001$.

Entre los participantes empleados/as, las correlaciones fueron de magnitud pequeña a moderada y negativas. La mayor correspondió a CE y PSE ($r_s = -.45$), seguida de AE y PSE ($r = -.42$), ambas de magnitud moderada; mientras que AE y ASR presentó la menor magnitud ($r = -.11$) junto con CE y ASR ($r_s = -.18$), consideradas de magnitud pequeña (Tabla 13).

Tabla 13

Relaciones entre los factores de inteligencia emocional y estrés por aculturación según ocupación empleada

	AE - empleado/a	CE - empleado/a	RE - empleado/a
PSP - empleado/a	-.26*	-.33**	-.41***
PSE - empleado/a	-.42***	-.45***	-.28*
ASR - empleado/a	-.11	-.18	-.41***

Nota. *$p < .050$, **$p < .010$, ***$p < .001$.

En los estudiantes, las correlaciones presentaron magnitudes pequeñas a grandes y negativas, excepto CE y PSE que presentó una relación nula ($r = -.07$). La mayor correspondió a RE y ASR ($r = -.53$), de magnitud grande, seguida de CE y PSP ($r = -.49$), de magnitud moderada. En contraste, AE y PSP mostró una magnitud pequeña ($r = -.14$) (Tabla 14).

Tabla 14

Relaciones entre los factores de inteligencia emocional y estrés por aculturación según ocupación estudiante

	AE - estudiante	CE - estudiante	RE - estudiante
PSP - estudiante	-.14	-.49*	-.15
PSE - estudiante	-.26	-.07	-.30
ASR - estudiante	-.39	-.44*	-.53**

Nota. *$p < .050$, **$p < .010$.

DISCUSIÓN

El objetivo general de la presente investigación fue determinar la relación entre la inteligencia emocional (IE) y el estrés por aculturación (EA) en adultos jóvenes peruanos migrantes en España. En la muestra total, las correlaciones entre los factores de ambas variables presentaron una dirección inversa, con coeficientes comprendidos entre −.26 y −.50, correspondientes a magnitudes pequeñas a grandes según los criterios de Cohen (1988). La mayor magnitud se observó entre RE y ASR (r = −.50), mientras que el coeficiente de menor magnitud correspondió a AE y PSP (r = −.26), por tanto, el comportamiento de los coeficientes muestra una mayor intensidad de las correlaciones cuando interviene la RE, particularmente frente a los factores relacionados con la ASR y la PSP.

Estos resultados guardan correspondencia con investigaciones realizadas en población migrante. Vergara et al. (2010), en estudiantes universitarios internacionales, reportaron una relación inversa entre IE y EA ($r = -.47$, $p < .050$), mientras que Gebregergis et al. (2020) encontraron una relación de menor magnitud ($r = -.29$, $p < .010$). De forma concordante, ambos estudios reportaron relaciones directas negativas mediante análisis de regresión, con coeficientes estandarizados de $\beta = -.42$ y $\beta = -.29$, respectivamente. Así, aunque las magnitudes no fueron idénticas, los resultados de estas investigaciones se orientan en la misma dirección que las relaciones observadas en la presente muestra.

La relación entre los componentes emocionales y el EA también ha sido examinada desde dimensiones vinculadas con la regulación emocional. Soufi Amlashi y Forstmeier (2025), en estudiantes internacionales, encontraron una

correlación positiva entre EA y dificultades de regulación emocional ($r = .39$, $p < .010$), además de un efecto directo del EA sobre las dificultades de regulación emocional ($\beta = .56$, $t = 6.78$, $p < .001$). Cheung et al. (2020), mediante un seguimiento longitudinal de tres olas, reportaron asimismo una relación directa entre EA y dificultades posteriores de regulación emocional ($\beta = .12$, $B = .10$, $p = .015$). Estos resultados complementan la relación inversa encontrada en la presente investigación, ya que muestran que mayores dificultades en el manejo emocional se relacionan con una mayor presencia de experiencias vinculadas con el estrés aculturativo.

Desde el modelo de inteligencia emocional propuesto por Salovey y Mayer (1995), la IE comprende procesos relacionados con la percepción, comprensión y regulación de las emociones, lo que permite entender que los tres factores evaluados mediante el TMMS-24 no representan un único recurso emocional, sino componentes diferenciados de la experiencia emocional. En la presente investigación, esta distinción se refleja en las magnitudes obtenidas, dado que RE concentró las correlaciones de mayor magnitud con los factores del EA. Por ello, la relación entre IE y EA no se presentó con la misma intensidad en todos sus componentes, aspecto que también debe considerarse al contrastar los resultados con investigaciones previas.

En ese sentido, la RE presentó un comportamiento diferenciado respecto de los otros factores del TMMS-24. En la muestra total, sus relaciones con ASR, PSP y PSE alcanzaron magnitudes moderadas, mientras que AE mostró relaciones pequeñas con PSP y ASR ($r = -.26$ y $r = -.28$, respectivamente). Esta distribución

es consistente con González-Castro et al. (2020), quienes estudiaron migrantes ecuatorianos y rumanos en España y encontraron que RE se relacionó inversamente con el malestar psicológico, tanto en la primera medición ($\beta = -.39$, $p < .010$) como en la segunda ($\beta = -.41$, $p < .010$). En contraste, AE presentó relaciones directas con el malestar psicológico ($\beta = .38$ y $\beta = .49$, $p < .010$). Aunque el indicador de resultado utilizado en ese estudio no equivale al EA de la presente investigación, la diferenciación entre atención y reparación resulta concordante con el comportamiento observado.

En relación con el análisis por grupos de edad, entre los participantes de 20 a 29 años las correlaciones de mayor magnitud correspondieron a CE con PSP ($r = -.40$) y RE con PSE ($r = -.41$), ambas moderadas. En el grupo de 30 a 39 años, los coeficientes más elevados se observaron entre RE y ASR ($r_s = -.44$), y RE y PSP ($r = -.42$), también de magnitud moderada. Por tanto, en ambos tramos etarios se mantuvieron relaciones inversas de magnitud moderada, aunque los factores que alcanzaron los valores más elevados no fueron exactamente las mismos.

Los resultados de investigaciones realizadas en grupos etarios cercanos permiten contextualizar este comportamiento. Mayorga et al. (2018), en estudiantes universitarios latinos de 18 a 25 años, encontraron una relación positiva entre EA y dificultades de regulación emocional ($r = .47$, $p < .010$), en esa misma línea, Vergara et al. (2010), en estudiantes internacionales en Tailandia de entre 19 y 29 años, encontraron una relación inversa y moderada entre EA y descarga emocional ($r = -.35$, $p < .050$), y una relación pequeña e indirecta entre los meses de permanencia y el EA ($r = -.14$, $p < .050$). Por otro lado, Lee et al. (2025) encontraron

que en mujeres migrantes casadas mayores de 30 años, el malestar psicológico se relacionó con el EA (r = .58, p < .001).

Estos antecedentes permiten situar los resultados del estudio en un contexto de muestras heterogéneas, en el que las relaciones entre los procesos emocionales y el EA presentan variaciones según las características de los grupos estudiados. No obstante, en la presente investigación no se realizaron pruebas estadísticas destinadas a comparar formalmente los coeficientes de correlación entre los grupos de 20 a 29 y de 30 a 39 años. Por ello, las diferencias observadas en la magnitud de las correlaciones deben interpretarse como características descriptivas de cada agrupación y no como evidencia de que la relación entre IE y EA difiera según la edad.

El tiempo de permanencia mostró una distribución menos uniforme. En quienes llevaban menos de ocho meses en España, RE y PSP presentaron una correlación grande (r = -.51). En el grupo de tres a cuatro años, reparación RE y ASR alcanzaron una correlación moderada (r = -.49). En cambio, entre nueve meses y dos años, los coeficientes fueron predominantemente pequeños, con el valor más elevado en CE y PSE (r = -.41), correspondiente a una magnitud moderada. Estos valores describen configuraciones distintas según el tiempo de residencia, sin mostrar una progresión uniforme de las magnitudes.

En este sentido, la literatura también presenta relaciones de distinta dirección según el contexto y el tiempo de residencia considerado. Soufi Amlashi y Forstmeier (2025), en estudiantes internacionales residentes en Alemania con una permanencia de 12 a 120 meses, identificaron una relación positiva pequeña entre

la duración de la estancia y el EA total ($r = .12$, $p < .050$), así como con la discriminación percibida ($r = .14$, $p < .010$). Por su parte, en el estudio longitudinal de Cheung et al. (2020), realizado con migrantes internos chinos que llevaban entre 12 y 36 meses de residencia, en Hong Kong, el EA evaluado inicialmente se relacionó directamente con mayores dificultades posteriores de regulación emocional ($\beta = .12$, $B = .10$, $p = .015$).

Las relaciones observadas en los distintos grupos de permanencia pueden interpretarse considerando que el tiempo transcurrido y el país receptor desde la migración no representa necesariamente las mismas condiciones de vida para todas las personas, ya que durante los primeros meses pueden coexistir procesos de reorganización cotidiana y demandas asociadas con la salida del país de origen, mientras que una residencia más prolongada puede implicar otros desafíos relacionados con el idioma, la inserción social, económica y laboral (González-Castro et al., 2020; Juárez et al., 2023).

El grupo de nueve meses a dos años presentó coeficientes de menor magnitud, resultado que debe interpretarse considerando su tamaño muestral de 33 participantes. Además, debido al carácter transversal del estudio, no es posible afirmar que las relaciones entre las variables cambien conforme aumenta el tiempo de permanencia, ya que cada periodo estuvo conformado por participantes diferentes. Por ello, las magnitudes de correlación observadas deben entenderse como una característica de este grupo y no como evidencia de una disminución del vínculo entre las variables. Sin embargo, una posible explicación podría encontrarse en la etapa de meseta descrita por Schoeffel y Thompson (2007), asociada con un

periodo de acomodamiento inicial a la sociedad receptora, durante el cual algunos aspectos de la experiencia migratoria podrían percibirse como más estables y recibir menor atención, lo que podría influir en la percepción del EA (Berry, 1992)

Según la ocupación, la relaciones entre los factores presentaron correlaciones inversas pero de distintas magnitudes según categoría. Entre los desempleados, RE y PSE mostraron una correlación grande (r = -.77), mientras que las relaciones entre los demás factores emocionales y PSE fueron moderadas. Entre los empleados, los coeficientes oscilaron principalmente entre magnitudes pequeñas y moderadas, con los valores más elevados en CE y PSE (r_s = -.45) y AE y PSE (r = -.42). En los estudiantes, RE y ASR presentó una correlación grande (r = -.53). El comportamiento de las correlaciones, por tanto, varió según la condición ocupacional y según el factor del EA considerada.

En el grupo de estudiantes, los resultados pueden contextualizarse con investigaciones realizadas en población universitaria latina. Mayorga et al. (2018), en estudiantes universitarios latinos, también identificaron una relación entre EA y dificultades de regulación emocional. De forma complementaria, Subramoney et al. (2024), en estudiantes universitarios, reportaron relaciones entre las experiencias de intermediación emocional y el EA, con magnitudes pequeñas (r = .23 y r = .16), además de una relación directa entre vergüenza y EA (β = .15, $p < .05$). Estos resultados guardan relación con lo observado en población universitaria, aunque las variables analizadas en esos estudios no corresponden directamente a las factores evaluados.

En los participantes empleados, las relaciones abarcaron los tres factores del EA, aunque con magnitudes pequeñas y moderadas, siendo más elevadas las correspondientes a CE con PSE ($r_s = -.45$) y AE con PSE ($r = -.42$). Este resultado puede relacionarse con lo reportado por Viana et al. (2020) en trabajadores migrantes, quienes encontraron relaciones directas entre factores afectivo-cognitivos y el EA total ($\beta = .34$), así como con sus dimensiones familiar ($\beta = .42$) y ambiental ($\beta = .33$), mostrando que los componentes emocionales pueden vincularse con distintas expresiones del estrés por aculturación.

Entre los participantes desempleados se obtuvo el coeficiente de mayor magnitud de todo el análisis, correspondiente a RE y PSE ($r = -.77$), clasificado como grande según los criterios de Cohen (1988). Sin embargo, este resultado procede de un subgrupo de 15 participantes, por lo que debe interpretarse con cautela. La concentración de correlaciones de mayor magnitud en PSE puede contextualizarse considerando las condiciones económicas y laborales ya que en investigaciones con población latina han relacionado condiciones sociales y económicas desfavorables, incluyendo el desempleo con mayores niveles de estrés aculturativo (Verile, 2019). Por tanto, la relación elevada entre RE y PSE observada en este grupo podría reflejar la relevancia de las preocupaciones económicas dentro de su experiencia migratoria.

En general, los resultados obtenidos muestran relaciones inversas entre los factores de IE y EA, pero con magnitudes que varían según el componente emocional, la dimensión aculturativa y las características del grupo analizado. RE fue el factor que presentó de forma más reiterada los coeficientes de mayor

magnitud, tanto en la muestra total como en distintos análisis por edad, permanencia y ocupación. AE, en cambio, tendió a presentar coeficientes pequeños en varios de estos análisis.

La correlación de mayor magnitud, al igual que las demás relaciones encontradas no deben de interpretarse como evidencia de causalidad, debido al diseño transversal de la investigación. Una mayor disponibilidad percibida de recursos para regular las emociones se relacione con una menor valoración de determinadas demandas migratorias; sin embargo, también podría plantearse que una menor exposición a dichas demandas favorezca el manejo de las experiencias emocionales en el grupo de estudio; sin embargo, los estudios longitudinales de Cheung et al. (2020) y González-Castro et al. (2020) ofrecen elementos para considerar una posible relación bidireccional entre ambos procesos a lo largo del tiempo, aunque sus resultados corresponden a otras poblaciones y diseños, por lo que no pueden trasladarse directamente a la presente muestra ni establecer la dirección temporal de las relaciones observadas.

Entre las limitaciones, el muestreo no probabilístico mediante bola de nieve restringe la posibilidad de generalizar los resultados a la población total de peruanos migrantes en España, debido a que la composición de la muestra puede estar condicionada por las características propias de este tipo de muestreo. Asimismo, el diseño transversal permite identificar relaciones entre las variables, pero no establecer su dirección temporal ni determinar cambios a lo largo del proceso migratorio. Finalmente, algunos análisis se realizaron con subgrupos pequeños, especialmente el correspondiente a participantes desempleados, por lo que los

coeficientes obtenidos en estos grupos deben interpretarse con cautela. A ello se suma la posibilidad de un sesgo de recuerdo asociado a la evaluación retrospectiva del factor de PSP, dado que algunos participantes llevaban varios años residiendo en España y debieron responder sobre experiencias ocurridas en etapas previas de su proceso migratorio.

Para futuras investigaciones, sería conveniente emplear diseños longitudinales que permitan observar la evolución de la IE y el EA durante diferentes momentos del proceso migratorio, además de ampliar el número de participantes. También podría incorporarse información sobre variables externas como formalidad laboral, jornada de trabajo, situación documental, e internas como discriminación percibida y apoyo social, debido a su posible relación con las demandas experimentadas durante la migración. Del mismo modo, futuras investigaciones podrían aplicar procedimientos estadísticos destinados a comparar formalmente los coeficientes entre grupos, de modo que las variaciones observadas descriptivamente puedan ser examinadas mediante pruebas específicas.

En términos aplicados, los resultados sugieren la posibilidad de considerar componentes de reconocimiento, comprensión y regulación emocional en intervenciones dirigidas a población migrante peruana en España, especialmente alrededor de la reparación y la claridad emocional. Asimismo, estos componentes tendrían que acompañarse de estrategias orientadas a las condiciones contextuales asociadas con el EA, particularmente aquellas vinculadas con preocupaciones económicas y adaptación a la sociedad receptora. Así mismo, los resultados según edad, tiempo de permanencia y ocupación también muestran que las demandas no

necesariamente se expresan de la misma forma en todos los grupos, por lo que el abordaje podría contemplar las condiciones concretas, sin asumir que una única estrategia responde de igual manera a las distintas experiencias migratorias.

CONCLUSIONES

Respondiendo al objetivo general, se evidencia que existe relación negativa de magnitud pequeña a grande entre los factores de IE y los factores de EA en adultos jóvenes peruanos migrantes en España.

Con relación al primer objetivo específico, se identificaron relaciones negativas de magnitud pequeña a moderada entre los factores de IE y EA según edad, tanto en el grupo de 20 a 29 como en el de 30 a 39 años, excepto entre AE y ASR en el segundo grupo, donde no presentó relación.

Con relación al segundo objetivo específico, se identificaron relaciones negativas entre los factores de IE y EA según el tiempo de permanencia en España, con magnitudes de pequeñas a grandes en quienes llevaban menos de 8 meses de residencia; de pequeñas a moderadas en quienes tenían entre 9 meses y 2 años, excepto entre AE y PSP donde no se encontró relación; y de pequeñas a moderadas en el grupo de 3 a 4 años, excepto entre AE y CE con ASR, donde tampoco se encontró relación.

Con relación al tercer objetivo específico, se identificaron relaciones negativas entre los factores de IE y EA según la ocupación de los participantes, con magnitudes de pequeñas a grandes en el grupo de desempleados/as excepto en AE y ASR donde no se encontró relación; de pequeñas a moderadas los empleados/as; y de pequeñas a grandes en los estudiantes, excepto entre CE y PSE, donde tampoco se encontró relación.

Los resultados muestran que las relaciones pueden expresarse de manera diferente según las características de la experiencia migratoria. Estos hallazgos permiten considerar que el desarrollo de recursos relacionados con la comprensión y regulación emocional puede ser tomado en cuenta en el abordaje psicológico de esta población; sin embargo, su interpretación debe considerar también las condiciones sociales, económicas y contextuales que acompañan el proceso migratorio.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ato, M., López-García, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología/Annals of Psychology, 29*(3), 1038-1059. https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511

Bakker, A. B., Demerouti, E., Sanz-Vergel, A., & Rodríguez-Muñoz, A. (2023). La Teoría de las Demandas y Recursos Laborales: Nuevos Desarrollos en la Última Década. *Journal Of Work And Organizational Psychology*, *39*(3), 157-167. https://doi.org/10.5093/jwop2023a17

Balseca, D., León, A., Gamboa, M., & Pérez, K. (2022). Funcionamiento de las redes atencionales en la adultez joven y el nivel de educación. *Acta Colombiana de Psicología, 25*(2), 181-195. https://doi.org/10.14718/acp.2022.25.2.12

Bar-On, R. (1997). *BarOn Emotional Quotient Inventory: A measure of emotional intelligence*. Multi-Health Systems.

Berry, J. W., & Kim, U. (1988). Acculturation and mental health. In P. R. Dasen, J. W. Berry, & N. Sartorius (Eds.), *Health and cross-cultural psychology: Toward applications* (pp. 207–236). Sage Publications, Inc.

Berry, J. W., Kim, U., Minde, T., & Mok, D. (1987). Comparative Studies of Acculturative Stress. *Quarterly Review, 21(3), 491-511*. https://doi.org/10.1177/019791838702100303

Berry, J. W. (1992). Acculturation and adaptation in a new society. *International Migration, 30*(1), 69-84.

Berry, J. W. (2006). Acculturation: A conceptual overview. En M. Bornstein & L. Cote (Eds.), *Acculturation and Parent-Child Relationships* (pp. 13-30). Routledge. Https://doi.org/10.4324/9780415963589

Bekteshi, V. (2024). Decoding acculturative stress and psychological distress in Mexican immigrant women: insights from a path mediation analysis. *BMC Women's Health*, *24*(1). https://doi.org/10.1186/s12905-024-03494-1

Biernacki, P., & Waldorf, D. (1981). *Snowball sampling: Problems and techniques of chain referral sampling*. Sociological Methods & Research, 10(2), 141–163. https://doi.org/10.1177/004912418101000205

Brown, T. A. (2015). *Confirmatory Factor Analysis for Applied Research* (2nd ed.). Guilford Press.

Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen and J. S. Long (Eds.), *Testing structural equation models* (pp. 136-162). Newbury Park, CA: Sage. https://doi.org/10.1177/0049124192021002005

Caro, L., Ordonez, S., & Revens, K. E. (2023). "Así es la Vida": Stress, Control, and Coping Among Latino/a Immigrants. *Journal of Latinx Psychology*, *11*(1), 40–54. https://doi.org/10.1037/lat0000217

Cheung, R. Y. M., Bhowmik, M. K., & Hue, M. T. (2020). Why does acculturative stress elevate depressive symptoms? A longitudinal study with emotion regulation as a mediator. *Journal of Counseling Psychology*, *67*(5), 645–652. https://doi.org/10.1037/cou0000412

Cohen, J. (1988). Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences (2nd ed.). Routledge. https://doi.org/10.4324/9780203771587

Davis, A. N., Carlo, G., Schwartz, S. J., Zamboanga, B. L., Armenta, B., Kim, S. Y., & Opal, D. (2018). The roles of familism and emotion reappraisal in the relations between acculturative stress and prosocial behaviors in Latino/a college students. *Journal of Latina/o Psychology*, *6*(3), 175–189. https://doi.org/10.1037/lat0000092

Driscoll, M. W., & Torres, L. (2020). The protective roles of Latinx intercultural competence and acculturation on acculturative stress and depression: A brief longitudinal study. *Journal of Latinx Psychology, 8*(2), 161-177. https://doi.org/10.1037/lat0000138

Eiroa-Orosa, F. J., Evangelidou, S., Qureshi, A., & Collazos, F. (2023). Cross-Cultural Validation of the Barcelona Immigration Stress Scale. *Journal of Immigrant and Minority Health*, *25*(6), 1339–1353. https://doi.org/10.1007/s10903-023-01520-2

Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., & Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports*, 94(3), 751–755. https://doi.org/10.2466/pr0.94.3.751-755

Fernández-Berrocal, P., Vilca-Pareja, V., Rojas Zegarra, M. E., Hillpa-Zuñiga, M. E., Yana-Calla, V. R., & Cabello, R. (2025). Psychometric properties of the TMMS-24 emotional intelligence scale in Peruvian university students. Frontiers in Psychology, 16, 1611923. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1611923

Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology, 50*(5), 992–1003. https://doi.org/10.1037/0022-3514.50.5.992

Gebregergis, W. T., & Csukonyi, C. (2025). A systematic review of personal and situational factors associated with intercultural adaptation of international students: Unravelling the resources and demands. In *International Journal of Intercultural Relations* (Vol. 108). Elsevier Ltd. https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2025.102252

Gebregergis, W. T., Huang, F., & Hong, J. (2020). The impact of emotional intelligence on depression among international students studying in China: The mediating effect of acculturative stress. *International Journal of Intercultural Relations*, *79*, 82–93. https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2020.08.008

Gey, J. W., Yap, C. K., Leow, K., & Lo, Y. Y. (2025). Resilience as a mediator between emotional intelligence (EI) and perceived stress among young adults in Malaysia. *Discover mental health*, *5*(1), 37. https://doi.org/10.1007/s44192-025-00166-w

González-Castro, J. L., Landa, S. U., Martínez, A. P., & Perea, M. V. (2020). The role of emotional intelligence and sociocultural adjustment on migrants' self-reported mental well-being in Spain: A 14 month follow-up study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(4). https://doi.org/10.3390/ijerph17041206

Gorsuch, R. L. (1983). *Factor analysis* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.

Hernández- Sampieri, R., Mendoza Torres, C. P.(2023). *Metodología de la Investigación*. McGraw-Hill Interamericana. https://www-ebooks7-24-com.upch.lookproxy.com/?il=31455

Huamani López, Y. R., Valle Sotomayor, D. L. I., Roiro Rojas, S. S., & Guerrero Alcedo, J. M. (2023). Estrés aculturativo, calidad de vida y su relación con variables sociodemográficas en inmigrantes venezolanos. *Revista de Investigación En Psicología*, *26*(2), 33–49. https://doi.org/10.15381/rinvp.v26i2.25886

Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). *Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives*. Structural Equation Modeling, 6(1), 1–55. https://doi.org/10.1080/10705519909540118

Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI]. (2026). *Perú: Estadísticas de la Migración Internacional, al 2025 (Una visión desde los Registros Administrativos)*. https://www.gob.pe/institucion/inei/informes-publicaciones/7662576-peru-estadisticas-de-la-migracion-internacional-al-2025-una-vision-desde-los-registros-administrativos

Jiménez, K. R. (2020). *Aspiraciones de vida, estrés por aculturación y bienestar psicológico en inmigrantes venezolanos.* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Institucional de la Pontificia Universidad Católica del Perú. https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/17344

Juárez, S. P., Honkaniemi, H., Gustafsson, N. K., & Berg, L. (2024). Is duration of residence a proxy for acculturation? The case of health risk behaviors among international immigrants. *Scandinavian Journal of Public Health*, *52*(7), 884–892. https://doi.org/10.1177/14034948231199534

Kyriazos, T. A. (2018). Applied Psychometrics: Sample Size and Sample Power Considerations in Factor Analysis (EFA, CFA) and SEM in General. *Psychology, 9*, 2207–2230. https://doi.org/10.4236/psych.2018.98126

Lai, K. (2020). Fit Difference Between Nonnested Models Given Categorical Data: Measures and Estimation. Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal, https://doi.org/10.1080/10705511.2020.1763802

Lee, T. K., Jiang, Z., & Schwartz, S. J. (2024). Cultural stressors, acculturation processes, and mental health among adolescents in Korean multicultural families. *Cultural Diversity & Ethnic Minority Psychology, 30*(4), 841–852. https://doi.org/10.1037/cdp0000681

Lee, O. N., Jeon, S.-E., Sun, B.-K., & Kang, Y.-S. (2025). Moderating Effect of Marital Satisfaction on Acculturative Stress and Psychological Distress among Marriage Migrant Women in South Korea. *Research in Community & Public Health Nursing (RCPHN)*, *36*(3), 304–314. https://doi.org/10.12799/rcphn.2025.00990

Lerias, D., Ziaian, T., Miller, E., Arthur, N., Augoustinos, M., & Pir, T. (2025). The Role of Acculturative Stress on the Mental Health of Immigrant Youth: A

Scoping Literature Review. *Community mental health journal*, *61*(3), 462–491. https://doi.org/10.1007/s10597-024-01351-x

Liu, S., He, L., Wei, M., Du, Y., & Cheng, D. (2022). Depression and anxiety from acculturative stress: Maladaptive perfectionism as a mediator and mindfulness as a moderator. *Asian American Journal of Psychology*, *13*(2), 207–216. https://doi.org/10.1037/aap0000242

López-Zafra, E., & El Ghoudani, K. (2014). The influence of culture of honor and emotional intelligence in the acculturation of Moroccan immigrant women. *The Spanish Journal of Psychology, 17*, e49. https://doi.org/10.1017/SJP.2014.53

Lu, S., Huang, C.-C., Cheung, S. P., Rios, J. A., & Chen, Y. (2021). Mindfulness and social-emotional skills in Latino pre-adolescents in the U.S.: The mediating role of executive function. *Health & Social Care in the Community*, *29*(4), 1010–1018. https://doi-org.upch.lookproxy.com/10.1111/hsc.13135

Luceno, L., Anghel, A. G., Brabete, A., & Martín, J. (2020). Influencia del proceso de aculturación en la percepción de riesgos psicosociales en el trabajo. *Ansiedad y Estrés, 26*(2-3), 73-82. https://doi.org/10.1016/j.anyes.2020.02.002

Mallin, E. L., Silva, K., Amarneh, D. Y., Cotton, M. R., Hernandez Ortiz, J., Trent, E. S., Zvolensky, M. J., & Viana, A. G. (2026). Acculturative stress and internalizing problems among Latinos who drink hazardously: The roles of distress tolerance and emotion dysregulation. *Experimental and Clinical Psychopharmacology*. https://doi.org/10.1037/pha0000856

Márquez, M. A., & Monzón, S. G. N. (2023). *Salud mental y estrés por aculturación en inmigrantes de nacionalidad venezolana residentes en Arequipa Metropolitana.* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio Institucional de la Universidad Católica de Santa María. https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/12669

Mayorga, N. A., Jardin, C., Bakhshaie, J., Garey, L., Viana, A. G., Cardoso, J. B., & Zvolensky, M. (2018). Acculturative stress, emotion regulation, and affective symptomology among Latino/a college students. *Journal of Counseling Psychology*, *65*(2), 247–258. https://doi.org/10.1037/cou0000263

Meca, A., Cruz, B., Lucero, J., Ward, C., Schwartz, S. J., Stuart, J., Szabó, Á., Hinojosa, Z., & Laird, A. R. (2023). Profiles of Acculturative Strategies and Cultural Stressors Among Hispanic/Latinx College-Attending Emerging Adults. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, *31*(2), 245–255. https://doi.org/10.1037/cdp0000625

Mera, M. J., Martínez, G., Orellana, A., & Smith V. (2020). Orientaciones de aculturación, estrés de aculturación y bienestar psicológico en inmigrantes latinoamericanos en Santiago de Chile. *Acta Colombiana de Psicología, 23*(1), 216-230. https://doi.org/10.14718/ACP.2020.23.1.11

Mesa-Vieira, C., Haas, A. D., Buitrago-Garcia, D., Roa-Diaz, Z. M., Minder, B., Gamba, M., Salvador, D., Gomez, D., Lewis, M., Gonzalez-Jaramillo, W. C., De Mortanges, A. P., Buttia, C., Muka, T., Trujillo, N., & Franco, O. H. (2022). *Mental health of migrants with pre-migration exposure to armed*

conflict: A systematic review and meta-analysis. The Lancet Public Health, 7(5), e469–e481. https://doi.org/10.1016/S2468-2667(22)00061-5

Mishra, P., Pandey, C., Singh, U., Gupta, A., Sahu, C & Keshri, A (2019). Descriptive Statistics and Normality Tests for Statistical Data. National Library of Medicine. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6350423/

Noy, C. (2008). *Sampling knowledge: The hermeneutics of snowball sampling in qualitative research*. International Journal of Social Research Methodology, 11(4), 327–344. https://doi.org/10.1080/13645570701401305

Oberg, K. (1960). Choque cultural: Adaptación a nuevos entornos culturales. *Antropología Práctica, os-7*(4), 177-182. https://doi.org/10.1177/009182966000700405

Organización Internacional para las Migraciones. (2026). Migration and migrants: a global overview. In M. McAuliffe & P. Ceriani Cernadas (Eds.), *World Migration Report 2026* (pp. 33–83). IOM. https://publications.iom.int/books/world-migration-report-2026-chapter-2

Ospina Grajales, M. del P., & González Castro, S. (2025). Estrés por aculturación y salud mental en migrantes latinoamericanos: *ÁNFORA*, *32*(59). https://doi.org/10.30854/anf.v32.n59.2025.1020

Papalia, D. E. (2021). *Desarrollo Humano* (14a. ed). McGraw Hill Interamericana. https://www-ebooks7-24-com.upch.lookproxy.com/?il=49799

Paz, B., Alpala, O., & Villota, E. (2021). Análisis de la migración venezolana en la ciudad de Pasto: características y percepciones de los migrantes. *Tendencias, 22*(1), 71-94. https://doi.org/10.22267/rtend.202102.155

Pérez, J. F., Quispe, J. I., & Tuesta, Y. Y. (2020). Propiedades psicométricas de la escala de Inteligencia Emocional TMMS-24 en adultos de Lima Metropolitana, 2020. *PsiqueMag, 9*(2), 60–68. https://doi.org/10.18050/psiquemag.v9i2.2657

Portilla, D., Cruz, C., Correa, F. P., & Gallardo, L. (2022). Estudiar en la universidad y tener hijos e hijas: Desafíos de la adultez emergente. *Psicoperspectivas, 21*(2), 1-12. https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol21-issue2-fulltext-2295

Pruessner, L., & Altan-Atalay, A. (2025). Cultural context shapes the selection and adaptiveness of interpersonal emotion regulation strategies. *Emotion, 25*(2), 526–540. https://doi.org/10.1037/emo0001412

Ramirez, M. C. (2021). *Aculturación y bienestar psicológico en estudiantes universitarios migrantes de una universidad privada de Trujillo.* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio Institucional de la Universidad Privada del Norte. https://hdl.handle.net/11537/28270

Rashki Kemmak, A., Nargesi, S., & Saniee, N. (2021). Social Determinant of Mental Health in Immigrants and Refugees: A Systematic Review. *Medical journal of the Islamic Republic of Iran*, *35*, 196. https://doi.org/10.47176/mjiri.35.196

Ruiz, J., Torrente, G., Rodríguez, A., & Ramírez de la Fe, M. (2011). Acculturative stress in Latin-American immigrants: An assessment proposal. *Revista Española de Psicología, 14*(1), 227-236. https://doi.org/10.5209/rev_SJOP.2011.v14.n1.20

Saldana, L., & Polo, A. J. (2024). Latinx parent–child acculturative stress profiles and their relation to expressed emotion and academic achievement. *Cultural Diversity & Ethnic Minority Psychology, 30*(4), 829–840. https://doi.org/10.1037/cdp0000702

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality, 9*(3), 185-211. https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG

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. In J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, & health* (pp. 125–154). American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/10182-006

Salovey, P., Mayer, J. D y Caruso, D. (1997). *Emotional IQ test (CD-ROM).* Virtual Entertainment.

Sánchez-Álvarez, N., Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2016). The relation between emotional intelligence and subjective well-being: A meta-analytic investigation. *The Journal of Positive Psychology, 11*(3), 276–285. https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1058968

Schoeffel, V., & Thompson, P. (2007). Communication interculturelle 1. *Centre d'Information de*.

Serafica, R., Grigsby, T., Donohue, B., & Evangelista, L. (2023). Occupational Stress: A Concept Analysis with Implications for Immigrant Workers' Mental Health in the United States. In *Nursing Forum* (Vol. 2023). Wiley-Hindawi. https://doi.org/10.1155/2023/1332479

Soufi Amlashi, R., & Forstmeier, S. (2025). The relationship of acculturative stress with meaning in life through the mediating role of difficulties in emotion regulation and meaning-centered coping style among international students in Germany. *Frontiers in Psychology*, *16*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1639194

Stafford, A. M., Sojda, D., Mercado Emerson, M., Nagy, G. A., McCabe, B. E., & Gonzalez-Guarda, R. M. (2023). Age of immigration and depressive symptoms among young adult Latinx immigrants: A test of explanatory models. *Hispanic Health Care International, 21*(1), 14–21. https://doi.org/10.1177/15404153221088929

Subramoney, S., Walle, E. A., Main, A., & Magaña, D. (2025). Emotion brokering in Latinx college students: Associations with depressive symptoms and acculturative stress. *Emotion, 25*(6), 1536–1549. https://doi.org/10.1037/emo0001506

Talavera, C. (2023). *Relación entre la personalidad, inteligencia emocional y funcionamiento familiar en el estrés por aculturación en participantes de intercambio*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica San Pablo].

Repositorio Institucional de la Universidad Universidad Católica San Pablo. https://hdl.handle.net/20.500.12590/17799

Urdaneta, J. D. C. R., & Domínguez, H. A. M. P. (2022). Promoción de competencias socioemocionales para el manejo y prevención del estrés aculturativo en mujeres migrantes venezolanas. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar, 2*(2), 37-58. https://doi.org/10.48102/rieeb.2022.2.2.34

Urzúa, A., Basabe, N., Pizarro, J. J., & Ferrer, R. (2017). Afrontamiento del estrés por aculturación: inmigrantes latinos en Chile. *Universitas Psychologica, 16*(5), 221-233. https://doi.org/10.11144/javeriana.upsy16-5.aeai

Urzúa, A., Henríquez, D., Caqueo-Urízar, A., & Smith-Castro, V. (2021). Validación de la breve escala para la evaluación del estrés de la aculturación en la población migrante (EBEA). *Psicologia: Reflexão e Crítica, 34*(03). https://doi.org/10.1186/s41155-020-00168-3

Vargas, A. E. O. (2013). Migración y estrés aculturativo: una perspectiva teórica sobre aspectos psicológicos y sociales presentes en los migrantes latinos en Estados Unidos. *Norteamérica*, *8*(1), 7-44. https://doi.org/10.1016/s1870-3550(13)71765-8

Vergara, M. B., Smith, N., & Keele, B. (2010). Emotional intelligence, coping responses, and length of stay as correlates of acculturative stress among International University Students in Thailand. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, *5*, 1498–1504. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.315

Verile, M. G., Ertl, M. M., Dillon, F. R., & De La Rosa, M. (2019). Acculturative stress among Latina young adult immigrants: The mediating role of receiving community context. *Translational Issues in Psychological Science, 5*(1), 91–110. https://doi.org/10.1037/tps0000185

Viana, A. G., Bakhshaie, J., Raines, E. M., Lopez, A., Garza, M., Ochoa-Perez, M., Lemaire, C., Mayorga, N. A., Walker, R., & Zvolensky, M. J. (2020). Anxiety Sensitivity and Acculturative Stress Facets Among Latinx in Primary Care. *Stigma and Health*, *5*(1), 22–28. https://doi.org/10.1037/sah0000171

Ward, C., & Kennedy, A. (1999). The measurement of sociocultural adaptation. *International Journal Of Intercultural Relations*, *23*(4), 659-677. https://doi.org/10.1016/s0147-1767(99)00014-0

Wolf, E. J., Harrington, K. M., Clark, S. L., & Miller, M. W. (2013). Sample Size Requirements for Structural Equation Models: An Evaluation of Power, Bias, and Solution Propriety. *Educational and Psychological Measurement, 73*(6), 913–934. https://doi.org/10.1177/0013164413495237

Yim, H., Kim, A. C. H., Du, J., & James, J. D. (2023). Sport participation, acculturative stress, and depressive symptoms among international college students in the United States. *Frontiers in Psychiatry, 14*, 1104325. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1104325

Zarate, J. F. P., Plaza, J. I. Q., & Chamorro, Y. Y. T. (2020). Propiedades psicométricas de la escala de Inteligencia Emocional TMMS-24 en adultos de Lima Metropolitana, 2020. *PsiqueMag*, *9*(2), 60-68. https://doi.org/10.18050/psiquemag.v9i2.2657

ANEXOS

Anexo 1. Instrumentos

Ficha de Datos Sociodemográfica

FICHA DE DATOS SOCIODEMOGRÁFICAS

Este estudio tiene como objetivo determinar la relación entre la inteligencia emocional en el estrés por aculturación en adultos jóvenes peruanos migrantes en España. Su participación es voluntaria y los datos proporcionados serán confidenciales y utilizados únicamente con fines de investigación.
Por favor, complete la siguiente información para ayudarnos a entender mejor las características y circunstancias individuales de los participantes:

1. Sexo: ☐ Masculino ☐ Femenino ☐ Otro _____

2. Edad: _____ años

3. Ocupación:

- ☐ Empleado/a
- ☐ Desempleado/a
- ☐ Estudiante
- ☐ Turista
- ☐ Otro: _____

4. Lugar de Residencia:

Municipio: _____
Provincia: _____

6. Tiempo de Residencia en España:

- ☐ Menos de 8 meses
- ☐ Entre 8 meses y 2 años
- ☐ Entre 2 años y 4 años
- ☐ Más de 4 años

7. Cantidad de Migraciones Previas: ☐ Ninguna ☐ Una o más

8. Correo electrónico: _____

TMMS-24

TMMS-24

INSTRUCCIONES: A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e indique el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una **"X"** la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. Recuerde que no hay respuestas correctas o incorrectas.

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

1. Presto mucha atención a los sentimientos	1	2	3	4	5
2. Normalmente me preocupo por lo que siento	1	2	3	4	5
3. Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones	1	2	3	4	5
4. Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo	1	2	3	4	5
5. Dejo que mis sentimientos afecten mis pensamientos	1	2	3	4	5
6. Pienso en mi estado de ánimo constantemente	1	2	3	4	5
7. A menudo pienso en mis sentimientos	1	2	3	4	5
8. Presto mucha atención a cómo me siento	1	2	3	4	5
9. Tengo claro mis sentimientos	1	2	3	4	5
10. Frecuentemente puedo definir mis sentimientos	1	2	3	4	5
11. Casi siempre sé cómo me siento	1	2	3	4	5
12. Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas	1	2	3	4	5
13. A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones	1	2	3	4	5
14. Siempre puedo decir cómo me siento	1	2	3	4	5

15. A veces puedo decir cuáles son mis emociones	1	2	3	4	5
16. Puedo llegar a comprender mis sentimientos	1	2	3	4	5
17. Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista	1	2	3	4	5
18. Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables	1	2	3	4	5
19. Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida	1	2	3	4	5
20. Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal	1	2	3	4	5
21. Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme	1	2	3	4	5
22. Me preocupo por tener buen estado de ánimo	1	2	3	4	5
23.Tengo mucha energía cuando me siento feliz	1	2	3	4	5
24. Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo	1	2	3	4	5

EBEA

EBEA

INSTRUCCIONES: A continuación, responda las siguientes afirmaciones en base a la siguiente premisa: *"**Qué tan estresante (tenso o angustiante) encontraste...".*** Lea atentamente cada frase e indique el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una **"X"** la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. Recuerde que no hay respuesta correcta o incorrecta.

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

"No estresante en absoluto"	"Poco estresante"	"Moderadamente estresante"	"Bastante estresante"	"Muy estresante"
1	2	3	4	5

1. Prepararte para salir de tu país	1	2	3	4	5
2. Conseguir el dinero para irte.	1	2	3	4	5
3. Salir de tu país.	1	2	3	4	5
4. Mudarte de tu país.	1	2	3	4	5
5. Tener que estar separado de tu familia.	1	2	3	4	5
6. Dejar de ver amigos	1	2	3	4	5
7. Cubrir tus necesidades básicas.	1	2	3	4	5
8. Encontrar un lugar para vivir.r	1	2	3	4	5
9. Encontrar un trabajo.	1	2	3	4	5
10. Estabilizarte económicamente	1	2	3	4	5
11. Adaptarte a la forma de hablar de los locales.	1	2	3	4	5
12. Iniciar contacto con tus vecinos.	1	2	3	4	5
13. Hacer amigos	1	2	3	4	5
14. Establecer relaciones con las personas con las que trabajas	1	2	3	4	5

Anexo 2: Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

Título del estudio:	Inteligencia emocional y estrés por aculturación en adultos jóvenes peruanos migrantes en España
Investigador:	Brad Adrian Merjildo Rojas
Institución:	Universidad Peruana Cayetano Heredia

Propósito del estudio:

Lo estamos invitando a participar en un estudio de investigación titulado " Inteligencia emocional y estrés por aculturación en adultos jóvenes peruanos migrantes en España". Este es un estudio desarrollado por Brad Adrian Merjildo Rojas de Psicología de la Universidad Peruana Cayetano Heredia. El cual tiene como propósito conocer la relación de la inteligencia emocional en el estrés por aculturación en adultos jóvenes peruanos migrantes en España.

Procedimientos:

Si decide participar en este estudio se realizará lo siguiente:

1. La sesión se iniciará con la explicación y presentación del consentimiento informado, el cual será compartido de manera virtual mediante un formulario elaborado en la plataforma Google Forms.

2. El participante contará con el tiempo necesario para leer el consentimiento informado. En caso de aceptar participar en el estudio, deberá registrar su consentimiento mediante una firma digital, la cual será cargada como archivo adjunto dentro del mismo formulario.

3. Una vez otorgado el consentimiento, el participante accederá, a través de un enlace habilitado en el mismo formulario, a la ficha de datos sociodemográficos, la cual consta de 8 preguntas cerradas y tiene una duración estimada de 3 minutos.

4. Posteriormente, se aplicará el *Trait Meta-Mood Scale* (TMMS-24), instrumento compuesto por 24 ítems con formato de respuesta tipo Likert, cuya aplicación tiene una duración aproximada de 5 minutos.

5. A continuación, se aplicará la *Escala Breve de Estrés por Aculturación* (EBEA), conformada por 15 ítems con formato de respuesta tipo Likert, cuya aplicación tiene una duración aproximada de 10 minutos.

6. Todo el procedimiento se realizará de manera virtual y sincrónica, sin requerir contacto presencial, mediante el uso de la plataforma de google meet y un formulario en línea.

7. Los resultados obtenidos a partir de los instrumentos serán utilizados exclusivamente para fines del presente estudio. Para garantizar la confidencialidad de los participantes, la información recolectada será trasladada a una base de datos digital en la que los registros serán codificados, sin incluir nombres ni datos que permitan la identificación personal.

8. El acceso a dicha base de datos estará restringido únicamente al investigador responsable del estudio. Los registros digitales serán conservados por un periodo máximo de tres años posteriores a la publicación de la investigación y, cumplido dicho plazo, serán eliminados de manera definitiva.

Riesgos:

No se prevén riesgos físicos derivados de su participación en esta investigación. No obstante, algunas preguntas relacionadas con su experiencia migratoria, sus emociones o su proceso de adaptación cultural podrían generar molestias emocionales leves, como cansancio, incomodidad, fatiga, estrés o angustia momentánea. En caso de que se sienta incómodo(a), usted podrá omitir cualquier pregunta o retirarse del estudio en el momento que lo considere necesario, sin que ello le genere ningún perjuicio. Durante la sesión, se podrá habilitar una sala paralela para brindar apoyo inmediato mediante estrategias breves de contención emocional, como validación empática, pausas voluntarias o ejercicios de autorregulación (por ejemplo, respiración consciente), sin que ello constituya una intervención clínica.

Si el malestar persiste, se priorizará la finalización de su participación, aun cuando no se haya completado la aplicación de los instrumentos, y se le orientará en la búsqueda de apoyo profesional.

En situaciones de mayor intensidad, en las que se identifique un posible riesgo para su integridad, se recomendará contactar servicios de apoyo inmediato, como el teléfono de emergencias 112 o la Línea 024 de atención emocional en España.

Al finalizar su participación, usted recibirá un listado de servicios gratuitos de salud mental y, con su consentimiento, se le podrá orientar en la identificación de opciones adecuadas dentro de dicho listado, sin que ello implique seguimiento terapéutico.

Beneficios:

Se le otorgará un folleto con información sobre el estrés por aculturación y recomendaciones para mitigarlo

Costos y compensación

Los costos de todos las pruebas serán cubiertos por el estudio y no le ocasionarán gasto alguno. No deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad:

Nosotros guardaremos su información con códigos y no con nombres. Sólo el investigador tendrá acceso a las bases de datos. Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participaron en este estudio. Una vez terminado el estudio se eliminarán todos los datos y muestras recaudados.

Uso futuro de información:

Los datos y resultados de las pruebas solo serán identificados con códigos, no tendrán nombres ni otro dato personal y no serán mostrados. Además, la información de sus resultados será guardada y usada únicamente para el presente estudio.

Derechos del participantes:

Si decide participar en el estudio, puede retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin daño alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio o llame a Brad Merjildo Rojas, al teléfono o al correo electrónico

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar al Dr. Manuel Raúl Pérez Martinot, presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Peruana Cayetano Heredia al teléfono 01-3190000 anexo 201355 o al correo electrónico: orvei.ciei@oficinas-upch.pe

Asimismo, puede ingresar a este enlace para comunicarse con el Comité Institucional de Ética en Investigación UPCH: https://investigacion.cayetano.edu.pe/etica/ciei/consultasoquejas

Una copia de este consentimiento informado le será entregada.

DECLARACIÓN Y/O CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo las actividades en las que participaré si decido ingresar al estudio, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

Nombres y Apellidos **Participante**	**Firma**	**Fecha y Hora**
Brad Adrian Merjildo Rojas	**Firma**	**Fecha y Hora**

Anexo 3. Tríptico

¿CÓMO LO PONGO EN PRÁCTICA?

- **Atención emocional:** Pon atención a lo que sientes y a cómo reacciona tu cuerpo (si el corazón se acelera, si sudas, tiemblas) o si cambias tu conducta.
- **Claridad emocional:** Dale un nombre a lo que sientes (ej. estrés, tristeza, enojo, miedo) y reflexiona sobre el porqué.
- **Regulación emocional:** Utiliza estrategias para recuperar el equilibrio.
  - **Inhala** por la nariz en **4** segundos, **mantén** el aire **4** segundos, **exhala** por la boca en **4** segundos y quédate **sin aire 4** segundos. Repite cuanto sea necesario.
  - **Distraete** con una actividad agradable **(caminar, escuchar música)** o **hablar con alguien** de confianza para liberar la emoción.
  - **Identifica tus pensamientos** en ese momento y cuestiónalos: **¿Tienen coherencia y sentido?** (lógico), **¿Existen pruebas reales que los confirmen?** (empírico), **¿Me beneficia seguir pensando de esta forma?** (pragmático).

¿CON QUIÉN ME PUEDO CONTACTAR PARA HABLAR SOBRE SALUD MENTAL?

Confederación Salud Mental España

91 507 92 48 o 672 370 187

www.consaludmental.org

comunicacion@consaludmental.org



INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉ S POR ACULTURACIÓN

POR: BRAD MERJILDO ROJAS

¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL?

Es la capacidad de **reconocer**, **comprender** y **manejar** nuestras emociones, así como las de los demás.

¿QUÉ ES EL ESTRÉS POR ACULTURACIÓN?

Es la **tensión** que viven los **migrantes al adaptarse** a una nueva cultura, pudiendo causar **ansiedad**, **tristeza** o **aislamiento**.



"Investigaciones previas sugieren que las personas con mayor inteligencia emocional puede mejorar el bienestar en general"

¿CÓMO MEJORO MI INTELIGENCIA EMOCIONAL?

Investigadores como Extremera y Fernández-Berrocal recomiendan el desarrollo de 3 competencias:



Anexo 4. Matriz de operacionalización de las variables

Variables	*Dimensiones*	*Indicadores*	*Prueba*	*Medición*
Inteligencia Emocional	Atención Emocional	Ítems: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8	Trait Meta Mood Scale 24 (TMMS-24) (Extremera y Fernández-Berrocal, 2004) validado por Zárate et al. (2020)	Ordinal
	Claridad Emocional	Ítems: 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15 y 16		
	Reparación Emocional	Ítems: 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23 y 24		
Estrés por Aculturación	Preparación y salida del país de origen	Ítems: 1, 2, 3, 4, 5, 6	La Escala Breve de Estrés de Aculturación (EBEA) (Urzúa et al., 2021) validada por ellos mismos.	Ordinal
	Preocupaciones socioeconómicas	Ítems: 7, 8, 9, 10		
	Adaptación a la sociedad receptora	Ítems: 11, 12, 13, 14		
Sociodemográficas	Edad	Adultez emergente (20 a 29 años), Adultez temprana consolidada (30 a 39 años)	Ficha de datos sociodemográficos	Nominal
	Tiempo de permanencia	Crisis (menos de 8 meses), meseta (8 meses a 2 años), desarraigo (2 años a 4 años), adecuación (más de 4 años)		Nominal
	Ocupación	Empleado, desempleado, estudiante, turista u otra situación		Nominal

Anexo 5. Carta de aprobación de comité de ética

UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

CONSTANCIA-CIEI-197-08-26

El Presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación (CIEI) de la Universidad Peruana Cayetano Heredia hace constar que el proyecto de investigación señalado a continuación fue **APROBADO** de manera unánime por el Comité de Ética.

Título del Proyecto:	**"INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS POR ACULTURACIÓN EN ADULTOS JÓVENES PERUANOS MIGRANTES EN ESPAÑA"**
Código SIDISI:	**215753**
Investigador(a) principal(es):	**Merjildo Rojas Brad Adrian**

La **aprobación** incluyó los documentos finales descritos a continuación:

1. **Protocolo de investigación, versión 4.0 de fecha 19 de marzo del 2026**.
2. **Consentimiento informado, versión 4.0 de fecha 20 de marzo del 2026**.

La **APROBACIÓN** considera el cumplimiento de los estándares de la Universidad, los lineamientos científicos y éticos, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo investigador y la confidencialidad de los datos, entre otros.

Cualquier enmienda, desviaciones, eventualidad deberá ser reportada de acuerdo a los plazos y normas establecidas. El investigador reportará cada seis meses el progreso del estudio y alcanzará un informe al término de éste. La aprobación tiene vigencia desde la emisión del presente documento hasta el **Jueves 25 de marzo del 2027**.

El presente proyecto de investigación sólo podrá iniciarse después de haber obtenido la(s) autorización(es) de la(s) institución(es) donde se ejecutará.

Si aplica, los trámites para su renovación deberán iniciarse por lo menos 30 días previos a su vencimiento.

Lima, 25 de marzo del 2026

COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA EN INVESTIGACIÓN
Universidad Peruana Cayetano Heredia
CIEI

Manuel Raul Perez Martinot
Presidente
Comité Institucional de Ética en Investigación
Universidad Peruana Cayetano Heredia

Av. Honorio Delgado 430
San Martín de Porres
Apartado postal 4314
319 0000 Anexo 201355
orvei.ciei@oficinas-upch.pe
www.cayetano.edu.pe