



RASGOS DE PERSONALIDAD DEL MODELO DE LOS CINCO GRANDES COMO PREDICTORES DE ANSIEDAD Y DEPRESIÓN: UN ESTUDIO EN ADULTOS ECUATORIANOS

BIG FIVE PERSONALITY TRAITS AS PREDICTORS OF ANXIETY AND DEPRESSION: A STUDY IN ECUATORIAN ADULTS

1 8 7

Carmen Delia Sánchez León¹

Universidad Técnica Particular de Loja,
Ecuador

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo analizar las asociaciones entre los rasgos de personalidad del modelo de los Cinco Grandes y los niveles de ansiedad y depresión en adultos ecuatorianos. Se adoptó un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental, transversal y correlacional. La muestra estuvo conformada por 87 participantes adultos, seleccionados mediante muestreo no probabilístico por

conveniencia, con edades comprendidas entre 18 y 64 años ($M = 36.5$, $DE = 12.8$). Para la recolección de datos se utilizaron el Inventario de Personalidad de Diez Ítems (TIPI-10), el Patient Health Questionnaire (PHQ-4) y un cuestionario sociodemográfico. El análisis de datos incluyó estadísticos descriptivos, correlaciones de Pearson y regresión lineal múltiple. Los resultados evidenciaron asociaciones negativas y significativas entre la responsabilidad y la ansiedad ($r = -.32$, $p < .05$) y la depresión ($r = -.30$, $p < .05$), así como entre la estabilidad emocional y la ansiedad ($r = -.35$, $p < .05$) y la depresión ($r = -.28$, $p < .05$). Los

¹ Departamento de Psicología. Universidad Técnica Particular de Loja. Loja-Ecuador. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0006-6283> cdsanchez@utpl.edu.ec. (593-7) 370- 1444, Universidad Técnica Particular de Loja, Loja-Ecuador.



modelos de regresión indicaron que estos dos rasgos predicen significativamente la varianza en salud mental. En contraste, la extraversión, afabilidad y apertura no mostraron asociaciones significativas. En conclusión, la responsabilidad y la estabilidad emocional actúan como factores protectores frente a la sintomatología ansiosa y depresiva en este contexto. Estos resultados aportan evidencia empírica en población latinoamericana y resaltan la utilidad de instrumentos breves para la detección temprana en entornos clínicos.

Palabras clave: rasgos de personalidad, modelo de los Cinco Grandes, ansiedad, depresión, salud mental, Ecuador.

Big Five Personality Traits as Predictors of Anxiety and Depression: A Study in Ecuadorian Adults

Abstract

This study aimed to analyze the associations between Big Five personality traits and levels of anxiety and depression in Ecuadorian adults. A quantitative approach was adopted, with a non-experimental, cross-sectional, and correlational design. The sample consisted of 87 adult participants, selected through non-probabilistic convenience sampling, aged between 18 and 64 years ($M = 36.5$, $SD = 12.8$). Data were collected using the Ten-Item Personality Inventory (TIPI-10), the Patient Health Questionnaire (PHQ-4), and a sociodemographic questionnaire. Data analysis included descriptive statistics, Pearson correlation coefficients, and multiple linear regression. The results showed significant negative associations between conscientiousness and anxiety ($r = -.32$, $p < .05$) and depression ($r = -.30$, $p < .05$), as well as between emotional stability and anxiety ($r = -.35$, $p < .05$) and depression ($r = -.28$, $p < .05$). Regression models indicated that these two traits significantly predict variance in mental health. In contrast, extraversion, agreeableness, and

openness did not show significant associations. In conclusion, conscientiousness and emotional stability act as protective factors against anxiety and depressive symptoms in this context. These results provide empirical evidence in a Latin American population and highlight the utility of brief instruments for early detection in clinical settings.

Keywords: personality traits, Big Five model, anxiety, depression, mental health, Ecuador.

Introducción

Los rasgos de personalidad constituyen variables clave para explicar la variabilidad en la salud mental, por tanto, el modelo de los Cinco Grandes (Big Five) se mantiene como uno de los marcos teóricos más robustos y empíricamente respaldados para el estudio de la personalidad, al conceptualizarla en cinco dimensiones fundamentales como: neuroticismo, extraversión, apertura a la experiencia, amabilidad y responsabilidad. Por ello, investigaciones recientes han confirmado la validez estructural, estabilidad y aplicabilidad transcultural de este modelo, así como su capacidad predictiva sobre diversos indicadores de bienestar psicológico y psicopatología (Soto, 2021; John & Soto, 2023). En este sentido, se ha evidenciado que los rasgos del Big Five, no solo permiten describir diferencias individuales, sino también comprender la susceptibilidad a trastornos mentales, especialmente aquellos relacionados con la ansiedad y la depresión.

Particularmente, el neuroticismo ha sido identificado como un predictor robusto de la ansiedad y la depresión, debido a su asociación con la inestabilidad emocional, la reactividad al estrés y la tendencia al afecto negativo. En contraste, rasgos como la extraversión, la responsabilidad y la amabilidad, han mostrado relaciones inversas con la sintomatología ansiosa y depresiva, actuando como factores protectores (Nikčević et al., 2021; Soto, 2021).



Sin embargo, aunque existe una base empírica sólida a nivel internacional, aún se requieren estudios que profundicen en estas relaciones en contextos específicos, especialmente en población adulta de países latinoamericanos como Ecuador, donde los factores socioculturales podrían influir en la expresión de la personalidad y la salud mental.

Por otra parte, la relación entre los rasgos de personalidad y la salud mental, ha sido ampliamente documentada en la literatura científica reciente. Diversos estudios han confirmado que el modelo de los Cinco Grandes, constituye un marco explicativo sólido para comprender la variabilidad en los síntomas de ansiedad y depresión.

Según, Nikčević et al. (2021) encontraron que el neuroticismo se asocia positivamente con la ansiedad y la depresión, mientras que la extraversión, la amabilidad y la responsabilidad, presentan relaciones negativas con dichos síntomas. Estos hallazgos han sido consistentes en estudios posteriores, los cuales evidencian que el neuroticismo representa un factor de riesgo significativo para el desarrollo de trastornos emocionales, mientras que otros rasgos actúan como factores protectores (Soto, 2021).

Asimismo, investigaciones recientes han señalado que la relación entre personalidad y salud mental, no es exclusivamente directa, sino que puede estar mediada por variables como la regulación emocional, la resiliencia y la rumiación cognitiva (Rohrer et al., 2021). En esta línea, se ha propuesto que los rasgos de personalidad influyen en la forma en que los individuos perciben, interpretan y afrontan situaciones estresantes, lo que a su vez impacta en su bienestar psicológico.

Por otro lado, estudios con muestras amplias, han demostrado que los rasgos del Big Five, no solo se asocian con la presencia de síntomas de ansiedad y depresión, sino también con su

intensidad y persistencia a lo largo del tiempo, lo que refuerza su relevancia en el estudio de la psicopatología (Kotov et al., 2021).

En el contexto ecuatoriano, aunque la producción científica sobre este tema es aún incipiente, existen investigaciones que evidencian la relación entre los rasgos de personalidad y variables asociadas a la salud mental.

Por ejemplo, estudios realizados en población universitaria, han encontrado asociaciones significativas entre los rasgos del modelo Big Five y el estrés percibido, el cual constituye un factor de riesgo relevante para el desarrollo de ansiedad y depresión (Guamán et al., 2022). En particular, se ha observado que niveles elevados de neuroticismo, se relacionan con mayor malestar psicológico, mientras que la extraversión y la responsabilidad se asocian con menores niveles de estrés.

De manera similar, investigaciones en población adulta ecuatoriana, han evidenciado que la estabilidad emocional, como dimensión opuesta al neuroticismo, se relaciona negativamente con la sintomatología ansiosa y depresiva, lo que respalda los hallazgos reportados en la literatura internacional (Carrión et al., 2023).

También, estudios correlacionales han identificado que los rasgos de personalidad influyen en la forma en que los individuos afrontan situaciones adversas, lo cual impacta directamente en su bienestar psicológico. Estos resultados sugieren que la personalidad constituye un factor relevante en la comprensión de la salud mental en el contexto ecuatoriano, aunque aún se requieren más investigaciones centradas específicamente en ansiedad y depresión en población adulta.

El estudio de las Asociaciones entre los rasgos de personalidad del modelo de los Cinco Grandes y la ansiedad y la depresión en adultos ecuatorianos, resulta relevante, tanto a nivel teórico, como aplicado.



Desde una perspectiva teórica, permite profundizar en la comprensión de los factores psicológicos que subyacen a la ansiedad y la depresión, integrando dimensiones estables de la personalidad con variables clínicas. Esto contribuye al desarrollo de modelos explicativos más completos dentro del enfoque biopsicosocial de la salud mental.

Desde una perspectiva aplicada, la identificación de rasgos de personalidad como factores de riesgo o protección, facilita el diseño de intervenciones psicológicas más eficaces y personalizadas, orientadas a la prevención y el tratamiento de trastornos emocionales. En este sentido, comprender el papel del neuroticismo, así como el de otros rasgos protectores, puede optimizar las estrategias de intervención clínica.

Adicionalmente, la generación de evidencia empírica en contextos latinoamericanos, como Ecuador, resulta fundamental para comprender las particularidades culturales y sociales que influyen en la relación entre personalidad y salud mental, contribuyendo así al desarrollo de conocimiento contextualizado y pertinente.

En función de lo expuesto, y considerando la relevancia de los rasgos de personalidad como factores asociados a la salud mental, resulta pertinente profundizar en el análisis de su relación con la sintomatología emocional en población adulta. En este marco, el presente estudio tiene como objetivo analizar las asociaciones entre los rasgos de personalidad del modelo de los Cinco Grandes y los niveles de ansiedad y depresión en adultos ecuatorianos, con el propósito de identificar posibles patrones de riesgo y protección que contribuyan a una mejor comprensión del bienestar psicológico.

El estudio de la personalidad, ha adquirido una relevancia creciente en la comprensión de la salud mental desde enfoques dimensionales que permiten explicar diferencias individuales en la experiencia emocional, cognitiva y conductual. En este contexto, el modelo de los Cinco Grandes

(Big Five) se ha consolidado como uno de los marcos teóricos más robustos y empíricamente validados, al organizar la personalidad en cinco dimensiones fundamentales: neuroticismo, extraversión, apertura a la experiencia, amabilidad y responsabilidad.

La evidencia contemporánea ha confirmado la validez estructural, estabilidad temporal y aplicabilidad transcultural de este modelo en diversas poblaciones (Soto, 2021). Además, investigaciones recientes han reforzado su utilidad predictiva sobre múltiples indicadores de bienestar y ajuste psicológico, incluyendo la sintomatología ansiosa y depresiva (Kotov et al., 2021; Bleidorn & Hopwood, 2023). En esta línea, la personalidad no solo describe patrones relativamente estables, sino que también constituye un sistema dinámico de vulnerabilidad y protección frente a distintos trastornos mentales (Allemand & Flückiger, 2022).

En la actualidad, la relación entre personalidad y psicopatología se comprende predominantemente desde un enfoque dimensional, en el cual los rasgos de personalidad representan continuos que se extienden hacia manifestaciones clínicas. Modelos recientes plantean que los trastornos mentales pueden conceptualizarse como expresiones extremas de rasgos normales, particularmente del neuroticismo (Kotov et al., 2021).

Desde esta perspectiva, la ansiedad y la depresión no constituyen entidades completamente independientes, sino que comparten bases disposicionales comunes. Estudios recientes han evidenciado que el neuroticismo se asocia de manera consistente con una mayor propensión a experimentar afecto negativo, preocupación excesiva y sintomatología depresiva (Hakulinen et al., 2022; Weiss & Costa, 2022). En contraste, rasgos como la responsabilidad y la estabilidad emocional, se han vinculado con una mayor



capacidad de autorregulación, afrontamiento adaptativo y resiliencia psicológica.

Asimismo, se reconoce que la personalidad no solo actúa como factor de riesgo, sino también como un elemento protector frente a la psicopatología. Por ejemplo, niveles elevados de responsabilidad, se asocian con mayor control conductual, adherencia a hábitos saludables y planificación, lo que contribuye a reducir la probabilidad de desarrollar sintomatología emocional (Nikčević et al., 2021).

Por otra parte, la ansiedad y la depresión, constituyen trastornos emocionales altamente prevalentes y frecuentemente comórbidos, caracterizados por alteraciones significativas en el estado de ánimo, los procesos cognitivos y el comportamiento. Estas condiciones representan una de las principales causas de discapacidad a nivel global, afectando de manera significativa el funcionamiento individual, social y laboral (World Health Organization [WHO], 2022).

Desde una perspectiva actual, se reconoce que ambos trastornos comparten factores etiológicos comunes, entre los cuales destacan variables disposicionales relativamente estables, como los rasgos de personalidad. La identificación de estos factores resulta fundamental no solo para comprender la aparición de los trastornos, sino también su curso, severidad y persistencia (Naragon-Gainey et al., 2022).

Por tanto, el neuroticismo ha sido consistentemente identificado como el rasgo de personalidad más estrechamente asociado con la ansiedad y la depresión. Este rasgo se caracteriza por una tendencia a experimentar emociones negativas intensas, como ansiedad, tristeza e irritabilidad, así como por una elevada reactividad ante el estrés.

La evidencia empírica reciente respalda de manera consistente esta relación, señalando que el neuroticismo constituye un predictor robusto de sintomatología ansiosa y depresiva

(Hakulinen et al., 2022; Nikčević et al., 2021). Además, se ha demostrado que este rasgo no solo se asocia con la presencia de síntomas, sino también con su intensidad, cronicidad y recurrencia, lo que refuerza su papel como un factor central de vulnerabilidad psicológica (Weiss & Costa, 2022).

En contraste con el neuroticismo, otros rasgos del modelo Big Five, han sido identificados como factores protectores frente a la ansiedad y la depresión. La extraversión, caracterizada por la sociabilidad, el afecto positivo y la búsqueda de estímulos, se ha asociado con menores niveles de sintomatología emocional.

De igual forma, la responsabilidad y la amabilidad han mostrado relaciones inversas con estos trastornos, sugiriendo que estos rasgos favorecen la regulación emocional, el afrontamiento adaptativo y la estabilidad psicológica (Soto, 2021). Estudios recientes confirman que niveles elevados en estos rasgos se vinculan con menor malestar psicológico y mayor bienestar subjetivo (Nikčević et al., 2021; Bleidorn & Hopwood, 2023).

Por otra parte, la literatura contemporánea ha señalado que la relación entre los rasgos de personalidad y la salud mental, no es exclusivamente directa, sino que está mediada por diversos procesos psicológicos. Entre los principales mecanismos identificados se encuentran la rumiación, la regulación emocional y la resiliencia.

En particular, se ha evidenciado que la rumiación actúa como un mecanismo mediante el cual el neuroticismo incrementa el riesgo de depresión, mientras que la resiliencia puede amortiguar este efecto, facilitando la adaptación psicológica (Rohrer et al., 2021). Asimismo, variables como la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento influyen en la forma en que los rasgos de personalidad se traducen en bienestar o malestar psicológico, evidenciando



la complejidad de esta relación (Naragon-Gainey et al., 2022).

A partir de la evidencia revisada, se propone un modelo integrador en el que los rasgos de personalidad del Big Five actúan como factores de riesgo y protección frente a la ansiedad y la depresión. En este modelo, el neuroticismo se configura como un factor de vulnerabilidad central, mientras que la extraversión, la amabilidad y la responsabilidad, desempeñan un papel protector.

La interacción entre estos rasgos y diversos mecanismos mediadores, permite explicar la variabilidad en la sintomatología emocional en adultos, destacando la importancia de incorporar la personalidad como una variable clave en el estudio de la salud mental, desde un enfoque dimensional y multicausal.

En función de lo expuesto, el presente estudio tiene como objetivo analizar las asociaciones entre los rasgos de personalidad del modelo de los Cinco Grandes y los niveles de ansiedad y depresión en adultos ecuatorianos

Metodología

La presente sección describe los procedimientos y fundamentos metodológicos empleados para dar cumplimiento al objetivo de analizar las asociaciones entre los rasgos de personalidad del modelo de los Cinco Grandes y los niveles de ansiedad y depresión en adultos ecuatorianos.

Diseño

El estudio se enmarca en un enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, con un diseño transversal y correlacional. Esta decisión responde a la naturaleza de las variables estudiadas, las cuales son características inherentes a los participantes que no pueden ser manipuladas por el investigador (Cerdeña, 2011). El diseño transversal permite conocer la relación entre las variables en un periodo específico, mientras que el componente correlacional mide

el grado de relación entre los rasgos de los Cinco Grandes y los niveles de ansiedad y depresión (Hernández-Sampieri et al., 2014).

Participantes

La muestra estuvo conformada por 87 adultos, seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando la accesibilidad y disposición de los participantes. Como criterios de inclusión, se establecieron: (a) tener una edad comprendida entre 18 y 64 años y (b) aceptar participar voluntariamente. Como criterios de exclusión se incluyeron: (a) ser menor de edad, y (b) tener más de 64 años. La edad de los participantes osciló entre 18 y 64 años ($M = 36.5$, $DE = 12.8$).

Instrumentos

Para la recolección de datos se utilizaron los siguientes instrumentos:

Cuestionario sociodemográfico. Elaborado ad hoc, compuesto por preguntas cerradas para recoger información sobre edad, género y estado civil.

Inventario de Personalidad de Diez Ítems (TIPI-10): Se utilizó el Ten-Item Personality Inventory (TIPI-10) desarrollado por Rammstedt y John (2007), el cual evalúa los cinco grandes rasgos de personalidad: extraversión, afabilidad, responsabilidad, estabilidad emocional y apertura a la experiencia.

El instrumento consta de 10 ítems con una escala tipo Likert de 7 puntos (1 = "totalmente en desacuerdo" a 7 = "totalmente de acuerdo"), donde cada dimensión es evaluada mediante dos ítems, uno de ellos con puntuación inversa. Puntajes más altos indican mayor presencia del rasgo evaluado. El TIPI-10 ha mostrado propiedades psicométricas aceptables, con coeficientes de fiabilidad reportados de .77 para extraversión, .76 para estabilidad emocional, .71 para afabilidad, .70 para responsabilidad y



.62 para apertura a la experiencia (Rammstedt & John, 2007). A pesar de su brevedad, es ampliamente utilizado en investigaciones donde se requiere una evaluación rápida de la personalidad.

Patient Health Questionnaire (PHQ-4): Para la evaluación de la sintomatología ansiosa y depresiva, se utilizó el Patient Health Questionnaire-4 (PHQ-4), desarrollado por Kroenke et al. (2009). Este instrumento breve está compuesto por cuatro ítems: dos que evalúan ansiedad (GAD-2) y dos que evalúan depresión (PHQ-2).

Las respuestas se registran en una escala tipo Likert de 4 puntos (0 = "nunca" a 3 = "casi todos los días"). Puntajes más altos indican mayor presencia de síntomas de ansiedad y depresión. El PHQ-4 ha demostrado adecuada validez y confiabilidad en diferentes contextos, siendo una herramienta eficiente para la detección de malestar psicológico en población general.

Procedimiento

La recolección de datos se realizó mediante la aplicación de un formulario en línea que incluyó el cuestionario sociodemográfico, el Inventario de Personalidad de Diez Ítems (TIPI-10) y el Patient Health Questionnaire (PHQ-4).

Los participantes fueron seleccionados en función de los criterios de inclusión establecidos (edad entre 18 y 64 años y aceptación voluntaria de participación). Antes de completar los instrumentos, se les informó sobre el objetivo del estudio y el carácter anónimo y confidencial de la información.

La aplicación de los instrumentos tuvo una duración aproximada de 10 a 15 minutos. Posteriormente, los datos fueron depurados y analizados mediante el programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). Se realizaron análisis descriptivos (medias y desviaciones estándar) y correlacionales

mediante el coeficiente de Pearson, y de regresión lineal múltiple para determinar el valor predictivo de los rasgos. Se estableció un nivel de significancia de $p < .05$.

Resultados

Los resultados se organizan en cuatro apartados: características sociodemográficas, medias y desviaciones estándar de rasgos de personalidad, correlaciones entre personalidad y salud mental, y regresión lineal múltiple: rasgos de personalidad como predictores de ansiedad y depresión.

En la tabla 1, se presentan los datos sociodemográficos de la muestra. Participaron un total de 87 adultos, de los cuales el 55.2% correspondió al género femenino y el 44.8% al masculino, evidenciando una distribución relativamente equilibrada. En cuanto al estado civil, la mayoría de los participantes se identificó como soltero/a (49.4%), seguido de aquellos en condición de casado o en unión (40.2%), mientras que un 10.3% reportó otras categorías. Respecto a la edad, la media fue de 36.5 años (DE = 12.8), lo que indica que la muestra estuvo conformada principalmente por adultos jóvenes y de mediana edad, con una variabilidad moderada. En conjunto, estos resultados sugieren que la muestra presenta características heterogéneas, lo que permite una aproximación general al comportamiento de las variables estudiadas en población adulta.



Tabla 1: Datos Sociodemográficos de la Muestra (N = 87)

Variable	Categoría	n	%
Género	Masculino	39	44.8
	Femenino	48	55.2
Estado Civil	Soltero/a	43	49.4
	Casado/Unión	35	40.2
	Otro	9	10.3
Edad	M (DE)	36.5 (12.8)	

Nota. Elaboración propia

La tabla 2, muestra las medias y desviaciones estándar de los rasgos de personalidad evaluados mediante el TIPI-10. Se observa que la responsabilidad presenta la media más alta (M = 10.89; DE = 2.40), seguida de la estabilidad emocional (M = 10.15; DE = 2.40). Por otro lado, la extraversión registra la media más baja (M = 7.79; DE = 2.15).

Estos resultados indican que, en la muestra analizada, predominan niveles relativamente

elevados de responsabilidad y estabilidad emocional, lo que podría asociarse con una mayor capacidad de regulación conductual y emocional. En contraste, los niveles más bajos de extraversión sugieren una tendencia moderada hacia la introversión o menor expresión social en los participantes. Asimismo, las desviaciones estándar reflejan una dispersión moderada en todas las dimensiones, lo que indica variabilidad en los rasgos de personalidad dentro de la muestra.

Tabla 2: Medias y Desviaciones estándar de Rasgos de Personalidad (TIPI-10)

Rasgo	M	DE
Extraversión	7.79	2.15
Afabilidad	9.56	2.30
Responsabilidad	10.89	2.40
Estabilidad Emocional	10.15	2.40
Apertura	9.67	2.65

Nota. Puntajes máximos posibles varían según dimensión. Elaboración propia.

En la tabla 3, se presentan los coeficientes de correlación de Pearson entre los rasgos de personalidad y los niveles de ansiedad y depresión. Los resultados evidencian que la responsabilidad se asocia de manera negativa y significativa, tanto con la ansiedad ($r = -.32$, $p < .05$) como con la depresión ($r = -.30$, $p < .05$). De igual forma, la estabilidad emocional presenta correlaciones negativas significativas con la ansiedad ($r = -.35$, $p < .05$) y la depresión ($r = -.28$, $p < .05$). Estas asociaciones indican que mayores niveles de responsabilidad

y estabilidad emocional se relacionan con menores niveles de sintomatología ansiosa y depresiva, lo que sugiere un posible papel protector de estos rasgos. Por otro lado, la extraversión, la afabilidad y la apertura a la experiencia, muestran correlaciones negativas con la ansiedad y la depresión; sin embargo, estas no alcanzan significancia estadística, lo que indica que, en esta muestra, dichas relaciones no son suficientemente fuertes para establecer una asociación consistente.



En términos de magnitud, las correlaciones significativas observadas pueden considerarse de tamaño pequeño a moderado, lo que sugiere que, si bien los rasgos de personalidad influyen en la salud mental, estos no explican por sí solos la variabilidad total de la ansiedad y la depresión.

En relación con el objetivo del estudio, los resultados evidencian que algunos rasgos del modelo de los Cinco Grandes, particularmente la responsabilidad y la estabilidad emocional, se encuentran significativamente asociados con los niveles de ansiedad y depresión en adultos.

Tabla 3: Correlaciones de Pearson: Personalidad y Salud Mental

Rasgo	Ansiedad (r)	Depresión (r)
Extraversión	-.05	-.08
Afabilidad	-.15	-.10
Responsabilidad	-.32*	-.30*
Estabilidad Emocional	-.35*	-.28*
Apertura	-.15	-.19

Nota. $p < .05$. Elaboración propia.

En la tabla 4, con el fin de profundizar en el análisis de las asociaciones observadas, se realizó un análisis de regresión lineal múltiple para determinar el valor predictivo de los rasgos de personalidad sobre la ansiedad y la depresión. En el modelo de ansiedad, los resultados indicaron que la responsabilidad ($\beta = -.28$, $p < .05$) y la estabilidad emocional ($\beta = -.31$, $p < .05$) fueron predictores significativos, explicando conjuntamente el 21% de la varianza ($R^2 = .21$, $F = 4.12$, $p < .05$). En contraste, los rasgos de

extraversión, afabilidad y apertura, no mostraron efectos significativos. De manera similar, en el modelo de depresión, la responsabilidad ($\beta = -.25$, $p < .05$) y la estabilidad emocional ($\beta = -.27$, $p < .05$) emergieron como predictores significativos, explicando el 18% de la varianza ($R^2 = .18$, $F = 3.45$, $p < .05$). Estos resultados refuerzan los hallazgos correlacionales, evidenciando el papel diferencial de la responsabilidad y la estabilidad emocional como factores protectores, frente a la sintomatología ansiosa y depresiva.

195

Tabla 4: Regresión Lineal Múltiple: Rasgos de Personalidad como Predictores de ansiedad y depresión

Variable Independiente	Ansiedad (β)	Depresión (β)
Extraversión	-.04	-.06
Afabilidad	-.10	-.08
Responsabilidad	-.28*	-.25*
Estabilidad Emocional	-.31*	-.27*
Apertura	-.12	-.15
R^2	.21	.18
F	4.12*	3.45*

Nota. $p < .05$. Elaboración propia.



Discusión

El presente estudio analizó las asociaciones entre los rasgos del modelo de los Cinco Grandes y los niveles de ansiedad y depresión en adultos ecuatorianos. Los resultados identificaron asociaciones negativas y significativas entre la responsabilidad y la estabilidad emocional con ambas variables de salud mental, mientras que los rasgos de extraversión, afabilidad y apertura, no mostraron relaciones significativas.

En primer lugar, la estabilidad emocional presentó la asociación negativa más fuerte con la ansiedad ($r = -.35$, $p < .05$) y la depresión ($r = -.28$, $p < .05$). Este resultado es consistente con estudios recientes que señalan al neuroticismo, entendido como el polo opuesto de la estabilidad emocional, como un predictor robusto de sintomatología ansiosa y depresiva (Kotov et al., 2021; Hakulinen et al., 2022). Esto respalda la interpretación de la estabilidad emocional como un factor protector transversal a culturas, sugiriendo que la capacidad de regulación emocional es crucial para el bienestar psicológico también en el contexto latinoamericano. De manera similar, la responsabilidad mostró asociaciones negativas significativas con la ansiedad ($r = -.32$, $p < .05$) y la depresión ($r = -.30$, $p < .05$), además de un peso relevante en los modelos de regresión. Este resultado coincide con investigaciones recientes que destacan el papel de la responsabilidad como un factor asociado a una mayor autorregulación, planificación y adherencia a conductas saludables, lo cual contribuye a reducir el malestar psicológico (Nikčević et al., 2021; Bleidorn & Hopwood, 2023). En un contexto donde los recursos de salud mental pueden ser limitados, individuos con mayor responsabilidad podrían desarrollar estrategias de afrontamiento más eficaces por sí mismos.

En contraste, la extraversión, afabilidad y apertura, no mostraron asociaciones

significativas. Este resultado difiere parcialmente de estudios previos donde la extraversión suele actuar como protector (Soto, 2021). Una posible explicación radica en el uso del TIPI-10; al ser un instrumento ultrabreve (2 ítems por dimensión), puede tener menor sensibilidad para capturar facetas específicas que sí correlacionan con la salud mental. Asimismo, factores culturales podrían influir; en contextos colectivistas, la expresión de la extraversión podría no tener el mismo peso protector que en culturas individualistas. Esto sugiere que, para investigaciones clínicas detalladas, se deberían considerar inventarios de personalidad más extensos.

Igualmente, los resultados de los análisis de regresión, indicaron que la responsabilidad y la estabilidad emocional, explican conjuntamente una proporción moderada de la varianza en ansiedad ($R^2 = .21$) y depresión ($R^2 = .18$). Estos valores sugieren que, aunque los rasgos de personalidad son relevantes, no constituyen los únicos factores implicados en la salud mental. Este resultado es coherente con modelos contemporáneos que plantean que la psicopatología resulta de la interacción entre variables disposicionales y factores contextuales, como las estrategias de afrontamiento, la regulación emocional y el apoyo social (Naragon-Gainey et al., 2022).

En conjunto, los resultados del presente estudio confirman el papel diferencial de los rasgos de personalidad en la salud mental, destacando especialmente la estabilidad emocional y la responsabilidad como factores protectores, frente a la ansiedad y la depresión. Estos hallazgos son consistentes con la evidencia empírica reciente y aportan datos relevantes en población adulta latinoamericana, contribuyendo a fortalecer la comprensión de la relación entre personalidad y psicopatología, desde un enfoque dimensional.



Conclusiones

Las características sociodemográficas de la muestra, aportan una base heterogénea y representativa para el análisis de las variables psicológicas estudiadas. Sin embargo, se reconoce que el tamaño muestral (N = 87) constituye un factor que restringe la generalización de los resultados a toda la población ecuatoriana, por lo que se recomienda interpretar los hallazgos como una aproximación exploratoria al fenómeno investigado.

En cuanto al perfil de personalidad observado en la muestra, este se caracteriza por niveles relativamente altos de Responsabilidad y Estabilidad Emocional, junto con una tendencia moderada a la introversión. Estas características constituyen un insumo relevante para interpretar las asociaciones encontradas con variables de salud mental, y resaltan la importancia de considerar el contexto cultural, al analizar la expresión de los rasgos del modelo de los Cinco Grandes, en poblaciones latinoamericanas.

En relación a la personalidad y salud mental, los resultados proporcionan evidencia empírica de que la Responsabilidad y la Estabilidad Emocional, son los rasgos de personalidad más consistentemente asociados con menores niveles de ansiedad y depresión en adultos ecuatorianos. Estos resultados respaldan la relevancia de integrar la evaluación de la personalidad en estrategias de prevención y promoción de la salud mental, reconociendo que dichos rasgos pueden funcionar como recursos psicológicos que favorecen la resiliencia emocional.

Respecto a los resultados de la regresión lineal múltiple, estos refuerzan y amplían los hallazgos correlacionales: la Responsabilidad y la Estabilidad Emocional, emergen como los únicos predictores significativos de ansiedad y depresión en adultos ecuatorianos. Estos rasgos, al explicar entre el 18% y 21% de la varianza

de los síntomas emocionales, constituyen recursos psicológicos valiosos para el diseño de intervenciones preventivas y terapéuticas.

Referencias bibliográficas

- Allemand, M., & Flückiger, C. (2022). Changing personality traits: A meta-analysis of intervention studies. *Psychological Bulletin*, 148(5–6), 401–449. <https://doi.org/10.1037/bul0000365>
- Bleidorn, W., & Hopwood, C. J. (2023). Using big data to advance personality theory and research. *Nature Reviews Psychology*, 2, 555–566. <https://doi.org/10.1038/s44159-023-00197-7>
- Cerda Gutiérrez, H. (2011). Los elementos de la investigación: Cómo reconocerlos, diseñarlos y construirlos (1.ª ed.). Editorial Magisterio.
- Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., & Swann, W. B., Jr. (2003). A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in Personality*, 37(6), 504–528. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(03\)00046-1](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(03)00046-1)
- Hakulinen, C., Elovainio, M., Pulkki-Råback, L., Virtanen, M., Kivimäki, M., & Jokela, M. (2022). Personality and depressive symptoms: An individual-participant meta-analysis of 10 cohort studies. *Depression and Anxiety*, 39(1), 45–54. <https://doi.org/10.1002/da.23195>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, P. (2014). Metodología de la investigación (6.ª ed.). McGraw-Hill Education.
- Kotov, R., Krueger, R. F., Watson, D., Achenbach, T. M., Althoff, R. R., Bagby, R. M., Brown, T. A., Carpenter, W. T., Caspi, A., Clark, L. A., Eaton, N. R., Forbes, M. K., Forbush, K. T., Goldberg, D., Hasin, D., Hyman, S. E., Ivanova, M. Y., Lynam,



- D. R., Markon, K., ... Zimmerman, M. (2021). The Hierarchical Taxonomy of Psychopathology (HiTOP): A dimensional alternative to traditional nosologies. *Journal of Abnormal Psychology, 130*(4), 334–353. <https://doi.org/10.1037/abn0000631>
- Kroenke, K., Spitzer, R. L., Williams, J. B. W., & Löwe, B. (2009). An ultra-brief screening scale for anxiety and depression: The PHQ-4. *Psychosomatics, 50*(6), 613–621. <https://doi.org/10.1176/appi.psy.50.6.613>
- Naragon-Gainey, K., Rutter, L. A., & Brown, T. A. (2022). The interaction of personality and psychopathology: Current directions and future challenges. *Annual Review of Clinical Psychology, 18*, 317–344. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-072720-014957>
- Nikčević, A. V., Marino, C., Kolubinski, D. C., Leach, D., & Spada, M. M. (2021). Modelling the contribution of the Big Five personality traits, health anxiety, and psychological distress. *Journal of Affective Disorders, 279*, 578–584. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.10.053>
- Rammstedt, B., & John, O. P. (2007). Measuring personality in one minute or less: A 10-item short version of the Big Five Inventory. *Journal of Research in Personality, 41*(1), 203–212. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.02.001>
- Soto, C. J. (2021). Do links between personality traits and life outcomes generalize across cultures? *Journal of Research in Personality, 92*, 104096. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2021.104096>
- Sousa, V. D., Driessnack, M., & Mendes, I. A. C. (2007). An overview of research designs relevant to nursing: Part 1: Quantitative research designs. *Revista Latino-Americana de Enfermagem, 15*(3), 502-507. <https://doi.org/10.1590/S0104-11692007000300022>
- Weiss, A., & Costa, P. T. (2022). Domain and facet personality predictors of depression: A meta-analysis. *Journal of Affective Disorders, 296*, 525–535. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.09.108>
- World Health Organization. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for all* (Report). <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>