

## **LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL SENTIDO DEL HUMOR COMO VARIABLES PREDICTORAS DEL BIENESTAR SUBJETIVO**

M. Pilar Berrios-Martos, Manuel Pulido-Martos,  
José María Augusto-Landa y Esther López-Zafra  
*Universidad de Jaén (España)*

### **Resumen**

El objetivo de este trabajo ha sido analizar la relación y la capacidad predictiva de la inteligencia emocional (IE) y el sentido del humor (SH) sobre dos dimensiones del bienestar subjetivo: el bienestar psicológico subjetivo (BPS) y el bienestar material subjetivo (BMS). Los estudios previos han observado una relación entre estos constructos y la inteligencia emocional pero de manera separada. Un total de 113 participantes entre 18 y 27 años ( $M= 19,6$ ;  $DT= 3,9$ ), han completado una medida de habilidad de IE, un cuestionario de SH y una escala de bienestar subjetivo. Nuestros resultados muestran que la creación de humor, la apreciación de humor y el uso del humor en el afrontamiento de problemas predicen el BPS y que la apreciación de humor y el manejo emocional predicen el BMS. Este estudio mostró que el SH y la IE influyen en el bienestar subjetivo y aportó pruebas empíricas acerca del efecto diferencial de los componentes del SH y de la IE en el BPS y en el BMS. PALABRAS CLAVES: *inteligencia emocional, sentido del humor, bienestar psicológico subjetivo, bienestar material subjetivo.*

### **Abstract**

The aim of this study was to analyze the relationship between Emotional Intelligence (EI) and Sense of Humor (SH) and their predictive ability on two dimensions of subjective well-being: Psychological Subjective Well-being (PSW) and Material Subjective Well-being (MSW). Previous studies have noted a relationship between these constructs and emotional intelligence but separately. A total of 113 participants between 18 and 27 years ( $M= 19.6$ ,  $SD= 3.9$ ), have completed an ability measure of EI, a questionnaire about SH and a subjective well-being scale. Our results show that the creating humor, appreciation of humor and use of humor in coping with problems predict the PSW, whereas the appreciation of humor and emotion management predicted the MSW. Our study contributes to knowledge in two important aspects: first, we found that the SH and EI have an impact on the

subjective well-being, and secondly, it also provides empirical evidence about the differential effect of the components of the SH and the IE on the PSW and the MSW. KEY WORDS: *emotional intelligence, sense of humor, subjective psychological well-being, subjective material well-being.*

## Introducción

El estudio del bienestar en el seno de la psicología aparece en la década de los 60 y ha dado lugar a dos tradiciones diferentes: la hedónica y la eudaimónica (Keyes, Shmotkin y Ryff, 2002; Ryan y Deci, 2001). La perspectiva hedónica se ha interesado por el estudio de la felicidad, la satisfacción con la vida y el balance de afectos positivos y negativos y está asociada al concepto de bienestar subjetivo (Argyle, 1999; Bradburn, 1969; Diener, 1984; Diener, Oishi y Lucas, 2003; Fierro, 2006; Lyubomirsky, 2001). Por otra parte, la aproximación eudaimónica se centra en el estudio de las variables que influyen en el desarrollo personal, el afrontamiento de retos vitales y el logro de objetivos y está asociada al concepto de bienestar psicológico (Ryan y Deci, 2001; Ryff, 1989). Existe una cantidad considerable de trabajos en los que se analiza el vínculo entre las habilidades socioemocionales y el bienestar subjetivo y psicológico cuyos resultados ponen de manifiesto que una de las variables que puede explicar las diferencias individuales en el bienestar es la inteligencia emocional, ya que las personas con alta inteligencia emocional presentan más a menudo y durante más tiempo estados emocionales positivos (Mayer y Salovey, 1997; Mikolajczack, Nelis, Hansenne y Quidbach, 2008; Salovey, Bedell, Detweiler y Mayer, 1999; Salovey y Mayer, 1990).

Desde 1990, año en el que Salovey y Mayer publicaron el primer artículo científico sobre inteligencia emocional (IE), hasta la fecha, se han publicado muchos trabajos sobre este tema. Estas dos décadas de investigación han hecho posible un avance teórico y metodológico importante y el modelo de la habilidad de la IE está cada vez más consolidado. En dicho modelo se define este constructo como la capacidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, para acceder o generar sentimientos que faciliten el pensamiento, para comprender emociones y para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual (Mayer y Salovey, 1997).

La IE se ha estudiado en relación con numerosas variables y los hallazgos empíricos indican que se relaciona negativamente con el consumo de drogas, la depresión y el afecto negativo y positivamente con la calidad de las relaciones sociales y las relaciones románticas, el rendimiento laboral y la evaluación positiva por parte de los supervisores y los compañeros de trabajo (Fernández-Berrocal y Extremera, 2010). También se ha comprobado que su relación con el estrés (Augusto, López-Zafra, Berrios y Aguilar-Luzón, 2008; Gohm, Baumann y Sniezek, 2001; Limonero, Tomás-Sábado, Fernández-Castro y Gómez-Benito, 2004; Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai, 1995) y con el desgaste profesional (*burnout*) (Bracket, Palomera, Mojsa-Kaja, Reyes y Salovey, 2010; Chan, 2006; Durán, Extremera y Rey, 2004; Extremera, Durán y Rey, 2010) es negativa.

Los resultados de las investigaciones que analizan el vínculo entre IE y bienestar no permiten establecer conclusiones definitivas. En cuanto a la relación entre IE y bienestar subjetivo, los resultados son contradictorios y poco concluyentes, ya que, si bien en algunos casos se ha encontrado que la claridad emocional predice de forma significativa la satisfacción con la vida (Augusto *et al.*, 2004; Augusto, Pulido-Martos y López-Zafra, 2011; Extremera, Durán y Rey, 2009; Extremera y Fernández-Berrocal, 2005; Palmer, Donaldson y Stough, 2002), en otros estudios, en los que se utilizan medidas de habilidad de IE, no se encuentra ninguna relación entre estas variables o se obtienen relaciones escasas-moderadas (Bastian, Burns y Nettelbeck, 2005; Mayer, Caruso y Salovey, 1999). En lo que respecta a la relación entre IE y bienestar psicológico las correlaciones encontradas han sido significativamente moderadas (Brackett y Mayer, 2003; Brackett, Rivers, Siffman, Lerner y Salovey, 2006). De forma que, existe un mayor apoyo empírico sobre la relación IE-bienestar psicológico que sobre la relación IE-bienestar subjetivo. De hecho, la IE explica más varianza del bienestar psicológico que del subjetivo (Extremera, Ruiz-Aranda, Pineda-Galán y Salguero, 2011).

### *Sentido del humor y bienestar psicológico*

El sentido del humor (SH) se valora en muchas culturas, está considerado como una de las principales fortalezas humanas, merece un gran protagonismo dentro de la psicología positiva y se ha relacionado con el bienestar psicológico, físico y social (Carbelo y Jaúregui, 2006). Simpson y Weiner (1989) lo definen como “cualquier acción, discurso o escritura que provoca la risa o la hilaridad; excentricidad, jocosidad, guasa, comicidad, diversión; y la capacidad para percibir lo que es absurdo o divertido” (p. 486). Teniendo en cuenta esta definición, es evidente que se trata de un concepto amplio que hace referencia a cualquier cosa que diga o haga la gente que se perciba como graciosa y provoque la risa en los demás (componente conductual), así como al proceso mental de crear y apreciar tal estímulo como divertido (componente cognitivo) y a la respuesta afectiva que implica su disfrute (componente emocional).

Los resultados empíricos sugieren que el sentido del humor no es un constructo unitario sino que puede conceptualizarse y medirse de diversas formas (Martin, 2008). Por ejemplo, García-Larrauri (2008) plantea que para definir el SH hay que tener en cuenta cuatro dimensiones: creación de humor, apreciación de humor, uso del humor para afrontar los problemas y uso del humor en las relaciones interpersonales. La creación de humor se refiere a las habilidades para percibir estímulos de forma insólita y comunicarlos de manera que provoque la risa en los demás. La apreciación de humor se define como el conjunto de estrategias que utiliza una persona para disfrutar riendo, tomarse la vida con humor y apreciar y disfrutar del humor creado por los demás. El uso del humor en el afrontamiento de problemas se define en este caso como la capacidad para usar el humor con el objetivo de hacer frente a las contrariedades y adversidades. La última dimensión hace referencia a la capacidad para usar el humor con el fin de facilitar y mejorar las relaciones con los demás.

A partir de los años 70, las investigaciones sobre el humor se desarrollan en diferentes disciplinas como la psicología, medicina, biología, sociología y la educación (Carbelo, 2005).

Los estudios empíricos más recientes han permitido concluir que las emociones positivas, en las que se incluye la hilaridad, tienen una serie de funciones psicológicas importantes entre las que destacan: la influencia positiva en el procesamiento de la información (Fredrickson, 1998; Isen, 2003), en las relaciones interpersonales (Kane, Suls y Tedeschi, 1977; Lyubomirsky, King y Diener, 2005; Shiota, Campos, Keltner y Hertenstein, 2004) y en el afrontamiento del estrés y la adversidad (Frederickson y Levenson, 1998; Henman, 2001; Lefcourt, 2001; Lefcourt y Martin, 1986; Moreno-Jiménez, Morante, Hudnall y Sanz, 2007; Moreno-Jiménez, Morante, Rodríguez-Muñoz y Rodríguez-Carvajal, 2006). Además, en lo que respecta al componente cognitivo del SH se ha comprobado que la capacidad para producir o crear humor predice el éxito en encontrar pareja (Greengoss y Miller, 2011). Por otra parte, se han llevado a cabo tanto investigaciones experimentales como estudios correlacionales sobre humor y bienestar psicológico. Según Martin (2008), los estudios de laboratorio han mostrado un efecto significativo del SH en el bienestar y el estado de ánimo positivo a corto plazo, sin embargo existe poca evidencia de los beneficios psicológicos del humor a largo plazo. Por otra parte, los resultados de los estudios correlacionales indican que las relaciones entre las dimensiones del SH y las del bienestar psicológico varían según los estudios y esto puede deberse a que en muchos casos se parte de definiciones del SH distintas y se utilizan instrumentos diferentes para medirlo. Este mismo autor señala que, aunque en la literatura se indica que el humor en general es beneficioso para el bienestar psicológico y que los individuos con más sentido del humor tienden a ser menos depresivos, ansiosos y pesimistas, menos propensos a “quemarse” y a desarrollar trastornos psiquiátricos y más optimistas, con una mayor autoestima y sentimientos globales de bienestar, se puede decir que las correlaciones encontradas son débiles y los resultados son contradictorios.

Hay que tener en cuenta que la mayoría de estos trabajos se han centrado en los aspectos positivos y deseables del humor; sin embargo también se han identificado funciones negativas y socialmente indeseables de este constructo y en muchas de estas investigaciones no se ha tenido en cuenta esta diferencia. En esta línea, Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray y Weir (2003) han identificado cuatro estilos de humor, dos de los cuales son saludables y adaptativos (humor de afiliación y de autoafirmación) y otros dos son insanos y potencialmente perjudiciales (humor agresivo y autodemoledor). El “humor de afiliación” se refiere a la tendencia a decir cosas graciosas, contar chistes y recurrir a bromas ingeniosas con objeto de divertir a los demás, facilitar las relaciones sociales y reducir tensiones interpersonales. El “humor de autoafirmación” se define como la tendencia a divertirse frecuentemente con las incongruencias de la vida, mantener una mirada humorística incluso en las situaciones de estrés o adversidad hacia la vida y usar el humor como mecanismo regulador de emociones. El “humor agresivo” es la tendencia a usar el humor con el propósito de criticar o manipular a otros, como el sarcasmo, la burla, la ridiculización, la irrisión o el humor despectivo, así como el uso del humor poten-

cialmente ofensivo. También incluye la expresión compulsiva del humor incluso cuando es socialmente inapropiado. Por último, el "humor autodemoledor" se refiere al uso del humor para congraciarse con otros, intentar divertir a los demás al hacer cosas graciosas a expensas de uno mismo, el humor excesivamente autodespectivo y reírse con los demás al ser ridiculizado o menospreciado.

### *Inteligencia emocional y sentido del humor*

Existen pocos estudios que analicen las relaciones entre IE y SH y sería interesante abordar empíricamente esta relación, porque ambos constructos ocupan un lugar importante en el ámbito de la psicología positiva<sup>1</sup>. Además, sabemos que cuando las personas experimentan humor y risa suelen sentirse más alegres y menos deprimidas, ansiosas, irritables y tensas. De forma que, al menos a corto plazo, el humor parece estimular estados de ánimo positivos y contrarrestar emociones negativas. Por tanto, el SH puede ser beneficioso para la salud mental y el bienestar psicológico al contribuir a la habilidad para regular o manejar emociones (Gross y Muñoz, 1995), un aspecto esencial de la IE. Yip y Martin (2006) también han señalado que muchos de los usos socialmente relevantes del SH tienen que ver con habilidades propias de la IE, como por ejemplo la conciencia emocional y la regulación de emociones.

Estos planteamientos nos llevan a pensar que el SH puede estar relacionado con la IE y estos a su vez con el bienestar psicológico. Sin embargo, son escasos los estudios que abordan estas relaciones. En Canadá, Yip y Martin (2006) realizaron una investigación con 111 estudiantes universitarios, utilizando el "Test de inteligencia emocional de Mayer-Salovey-Caruso" (*Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test*, MSCEIT; Mayer, Salovey y Caruso, 2002) para evaluar la IE y hallaron que la habilidad para manejar emociones se relacionaba positivamente con el humor de afiliación y de autoafirmación, mientras que la habilidad para percibir emociones mostró una relación negativa con el humor agresivo y autodemoledor. Además, encontraron que los estilos de humor positivo (de afiliación y de autoafirmación) correlacionaban positivamente con la competencia social y los estilos de humor negativo (agresivo y autodemoledor) lo hacían de forma negativa. En Reino Unido, Greven, Chamorro-Premuzic, Arteche y Furnham (2008) realizaron un estudio con 1038 estudiantes universitarios cuyos resultados pusieron de manifiesto que la relación entre los rasgos de personalidad y la salud general está mediada por la IE y el SH.

Teniendo en cuenta que los estudios que analizan la relación entre IE, evaluada con una prueba de habilidad y bienestar subjetivo obtienen resultados poco concluyentes; que en la mayoría de estos estudios se trabaja con puntuaciones generales en IE sin tener en cuenta las puntuaciones específicas en percepción, facilitación, comprensión y manejo de emociones; que los resultados de los estudios correlacio-

---

1 Desde que Seligman y Csikszentmihalyi en su trabajo del año 2000, propusieran el concepto de "psicología positiva" como una nueva forma de analizar los procesos básicos frente a los traumas, trastornos y patologías (o psicología "negativa"), el estudio de las emociones placenteras, el desarrollo de las capacidades y la búsqueda de la felicidad se han convertido en aspectos centrales de la Psicología.

nales sobre SH y bienestar también son contradictorios; y que existen muy pocos estudios que aborden la relación entre IE y SH, se pone de manifiesto la necesidad de llevar a cabo estudios que aclaren y analicen más profundamente dicha relación. Por ello, este trabajo tiene como principales objetivos: 1) comprobar si existen relaciones positivas significativas entre las dimensiones de la IE, el SH y el bienestar subjetivo y 2) analizar la capacidad de cada uno de los componentes de la IE (percepción, facilitación, comprensión y regulación emocional) y del SH (creación y apreciación de humor, uso del humor en el afrontamiento de problemas y en las relaciones interpersonales) para predecir el bienestar subjetivo.

## Método

### *Participantes*

En este estudio participaron 113 estudiantes universitarios de primer curso del Grado de Psicología de los cuales 90 eran mujeres (79%) y 23 eran hombres (21%) con edades comprendidas entre los 18 y 27 años ( $M= 19,6$ ;  $DT= 3,9$ ).

### *Instrumentos*

1. "Test de inteligencia emocional de Mayer-Salovey-Caruso" (*Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test; MSCEIT, v. 2.0*; Mayer, Salovey y Caruso, 2002), adaptación española de Extremera y Fernández-Berrocal (2009). Este instrumento es una medida de ejecución compuesta por 141 ítems que evalúa la capacidad para: a) percibir emociones de manera eficaz, b) usar emociones para facilitar el pensamiento, c) comprender las emociones y d) manejar emociones (Mayer y Salovey, 1997). El MSCEIT proporciona una puntuación total en IE, dos puntuaciones referidas a las áreas experiencial (formada por los dos primeros factores del modelo, percepción y asimilación emocional, que están más relacionados con los sentimientos) y estratégica (formada por la comprensión y manejo de emociones, que tienen que ver con la capacidad para evaluar y planificar acciones basadas en la información que proporcionan las emociones y sentimientos), cuatro puntuaciones específicas referidas a cada una de las habilidades o ramas del modelo (percepción, asimilación, comprensión y manejo de emociones) y, finalmente, puesto que cada una de las cuatro ramas es evaluada a través de dos tareas, también proporciona ocho puntuaciones, una para cada tarea (la capacidad para percibir emociones es evaluada mediante una tarea de percepción de emociones en rostros faciales y otra con fotografías de paisajes y diseños; el factor de asimilación emocional se evalúa a través de las tareas de sensación y facilitación; la capacidad de comprensión de emociones es evaluada a través de una tarea de combinación de emociones y otra de cambios o transformaciones emocionales; y, finalmente, la capacidad para manejar emociones es evaluada mediante una tarea de manejo emocional y otra tarea de relaciones

emocionales). Los índices de fiabilidad son los siguientes: en la rama de identificación/ percepción de emociones se obtiene una fiabilidad de consenso de 0,91, en la rama de asimilación emocional 0,79, la de comprensión de emociones de 0,80 y la de manejo de emociones de 0,83.

2. "Cuestionario de autoevaluación del sentido del humor" (CASH; García-Larrauri *et al.* 2005). Es una medida de autoinforme compuesta por 32 ítems con un formato de respuesta tipo Likert de cuatro puntos, en el que 1= "casi nunca" y 4= "siempre". El CASH está formado por cuatro subescalas y proporciona una puntuación específica para cada una de las dimensiones que definen el SH: creación de humor, apreciación de humor, uso del humor para afrontar problemas y uso del humor en las relaciones interpersonales (García-Larrauri, 2008). Cada una de estas dimensiones es evaluada a través de ocho ítems, como por ejemplo: "Me resulta fácil sacarle *chispa* a las cosas", "Se me ocurren ideas para que la gente lo pase bien", "Me río con facilidad", "Cuando algo me sale mal trato de encontrarle el lado divertido", "Me gusta estar con personas divertidas". En nuestro estudio, los valores de alfa de Cronbach para cada una de las subescalas son 0,75 para la dimensión creación de humor, 0,73 para la apreciación de humor, 0,80 para el uso del humor en el afrontamiento de problemas y 0,72 para el uso del humor en las relaciones interpersonales.
3. "Escala de bienestar psicológico" (EBP; Sánchez-Cánovas, 2007). Permite medir el grado de bienestar psicológico subjetivo que experimenta un individuo. Está formada por 65 ítems con un formato de respuesta tipo Likert de cinco puntos, que conforman cuatro subescalas: 1) Bienestar psicológico subjetivo (BPS): resultado de la reflexión subjetiva sobre la felicidad personal (satisfacción con la vida), sin incluir en dicha reflexión factores laborales, materiales, familiares, sexuales o afectivos, 2) Bienestar material subjetivo (BMS): resultado de la reflexión personal subjetiva sobre la frecuencia e intensidad de las emociones positivas procedentes de los bienes materiales de los que dispone el individuo, con independencia de la cantidad, calidad o valor económico de los mismos, 3) Bienestar laboral subjetivo (BLS): resultado de la reflexión personal subjetiva sobre la frecuencia e intensidad de las emociones positivas procedentes del desempeño de la actividad profesional del individuo y 4) Bienestar subjetivo con las relaciones sexuales y afectivas de pareja (BSR): resultado de la reflexión personal subjetiva sobre la frecuencia e intensidad de las emociones positivas procedentes de las relaciones sexuales y afectivas con la pareja en convivencia estable. Se puede obtener tanto una puntuación global como una puntuación específica para cada uno de los factores. Los valores de alfa de Cronbach para cada una de las subescalas son: 0,92 para el bienestar psicológico subjetivo; .90 para el bienestar material; 0,73 para el bienestar laboral y 0,87 para el bienestar con la pareja. Al igual que Goñi, Rodríguez-Fernández y Ruiz de Azúa (2004), en este estudio hemos utilizado una versión reducida de 40 ítems, como por ejemplo: "Me gusta transmitir mi felicidad a los demás", "Me siento bien conmigo mismo", "Tengo muchas ganas de vivir", "Me gusta lo que hago", "Creo que tengo lo necesario para vivir cómodamente", "Estoy tranquilo/a sobre mi futuro económico", que se corresponden con las subescalas BPS y BMS, cuyos índices de alfa de Cronbach han sido 0,93 y 0,88 respectivamente.

### Procedimiento

Se solicitó la participación voluntaria de los sujetos y los cuestionarios se cumplieron en clase en una aplicación colectiva supervisada por dos colaboradores de nuestro grupo de investigación. Antes de contestar, todos los participantes fueron informados de que iban a participar en una investigación sobre bienestar psicológico llevada a cabo por el departamento de Psicología de la Universidad de Jaén. El tiempo de aplicación de los instrumentos fue de 70 minutos.

Para analizar los datos se utilizó el paquete estadístico SPSS 17.0 y se llevaron a cabo análisis descriptivos, de correlación y diferentes análisis de regresión jerárquica siguiendo el método de pasos sucesivos.

## Resultados

### Análisis descriptivos

Las medias, desviaciones típicas y alfa de Cronbach para las variables utilizadas en este estudio se presentan en la tabla 1.

### Análisis de correlaciones

Las intercorrelaciones entre las variables estudiadas se presentan en la tabla 2.

**Tabla 1**

Medidas de tendencia central y nivel de consistencia interna de los instrumentos

Escalas	<i>M</i>	<i>DT</i>	$\alpha$ de Cronbach
EBP			
Bienestar psicológico	111,22	17,67	0,93
Bienestar material	37,85	7,07	0,88
CASH			
Creación humor	2,41	1,31	0,75
Apreciación humor	2,32	1,27	0,73
Humor en afrontamiento de problemas	2,15	1,19	0,80
Humor en las relaciones	2,60	1,37	0,72
MSCEIT			
Percepción de emociones	107,48	11,40	-
Facilitación emocional	96,80	9,53	-
Comprensión de emociones	105,77	12,68	-
Manejo de emociones	103,81	11,30	-

Notas: EBP= "Escala de bienestar psicológico"; CASH= "Cuestionario de autoevaluación del sentido del humor". No se informa de las dimensiones del "Test de inteligencia emocional de Mayer-Salovey-Caruso" (MSCEIT) puesto que la forma de corrección es *on line* y no se indica el alfa en el procedimiento.



**Tabla 2**  
Intercorrelaciones entre las medidas de IE, del sentido del humor y medidas de bienestar

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Bienestar psicológico	-									
2. Bienestar material	0,61**	-								
3. Creación humor	0,53**	0,16	-							
4. Apreciación humor	0,62**	0,40**	0,59**	-						
5. Humor en afrontamiento problemas	0,64**	0,36**	0,41**	0,68**	-					
6. Humor en las relaciones	0,46**	0,21*	0,64**	0,60**	0,49**	-				
7. Percepción de emociones	-0,08	-0,09	-0,07	-0,05	-0,06	-0,00	-			
8. Facilitación emocional	0,00	0,01	-0,20*	-0,13	-0,13	-0,16	0,44**	-		
9. Comprensión de emociones	-0,06	-0,04	-0,15	-0,10	-0,00	-0,02	0,21*	0,31**	-	
10. Manejo de emociones	0,16	0,22*	0,04	0,05	0,12	0,10	0,32**	0,29**	0,29**	-

Nota: \*\* $p \leq 0,01$ ; \* $p \leq 0,05$

Más allá de las relaciones entre las dimensiones del sentido del humor, la creación de humor aparece asociada positiva y significativamente con el bienestar psicológico y negativa y significativamente con la facilitación emocional. La apreciación de humor presenta correlaciones positivas y significativas con el bienestar psicológico y con el bienestar material. El uso del humor en el afrontamiento de problemas, igual que la apreciación del humor, se relaciona positiva y significativamente con el bienestar psicológico y con el bienestar material. Por último, el uso del humor en las relaciones interpersonales también muestra correlaciones significativas y positivas con el bienestar psicológico y con el bienestar material. En cuanto a las conexiones entre el bienestar y las dimensiones de la inteligencia emocional, solo el manejo emocional se relaciona de forma positiva con el bienestar material.

### *Análisis de regresión*

Para analizar el porcentaje de varianza de las dimensiones de bienestar explicado por las variables predictoras consideradas de manera conjunta, se llevaron a cabo análisis de regresiones múltiples empleando el método de pasos sucesivos. Teniendo en cuenta los resultados de los análisis de correlación, se han introducido como predictores las variables que han mostrado asociaciones significativas en las correlaciones de Pearson. Los resultados más relevantes derivados de los análisis se incluyen en la tabla 3.

En el primer modelo de regresión se introdujo el bienestar psicológico subjetivo como dependiente y todas las dimensiones del SH como variables predictoras y mostró que la relación es significativa ( $R^2 = 0,52$ ;  $F_{[3, 109]} = 39,07$ ;  $p < 0,001$ ). En cuanto a los parámetros del modelo, se explica un 52% de la varianza del bienestar psicológico subjetivo. En concreto, se retienen la creación de humor ( $\beta = 0,25$ ;  $p < 0,01$ ) que explica un 28%, la apreciación de humor ( $\beta = 0,21$ ;  $p < 0,05$ ) explicando un 15,3% y el uso del humor en el afrontamiento de problemas ( $\beta = 0,40$ ;  $p < 0,001$ ) que explica un 8,5% de la varianza.

**Tabla 3**

Análisis de regresión sobre el bienestar psicológico y el bienestar material

	$\beta$	$R^2$	$\Delta R^2$
VD: Bienestar psicológico subjetivo		0,52	
1. Creación de humor	0,25**		0,28***
2. Apreciación de humor	0,21*		0,15***
3. Uso de humor en afrontamiento problemas	0,40***		0,08***
VD: Bienestar material subjetivo		0,20	
1. Apreciación humor	0,39***		0,16***
2. Manejo de emociones	0,19*		0,03*

Notas: VD= Variable dependiente. \*\*\* $p \leq 0,001$ ; \*\* $p \leq 0,01$ ; \* $p \leq 0,05$ .

Estos resultados ponen de manifiesto que los sujetos que obtienen puntuaciones altas en creación y apreciación de humor y usan con frecuencia el humor en el afrontamiento de problemas experimentan mayor bienestar psicológico subjetivo.

En el segundo modelo de regresión se introdujo el bienestar material subjetivo como variable dependiente y la apreciación de humor, el uso del humor en el afrontamiento de problemas, el uso del humor en las relaciones interpersonales y el manejo emocional como variables predictoras. El modelo total fue significativo ( $R^2 = 0,20$ ;  $F_{[2, 110]} = 13.57$ ;  $p < 0,001$ ) y explica un 20% de la varianza de los niveles de bienestar material informados por los participantes en el estudio. Las dos variables que realizaban una aportación significativa al modelo eran la apreciación de humor ( $\beta = 0,39$ ;  $p < 0,001$ ) y el manejo emocional ( $\beta = 0,19$ ;  $p < 0,05$ ). Concretamente, la apreciación de humor explica un 16% de la varianza del bienestar material subjetivo y, aunque el manejo emocional sólo añade un 3,7% de varianza adicional, cuando se tiene en cuenta esta dimensión de la IE se incrementa de forma significativa la capacidad predictiva del modelo. De forma que, puntuaciones elevadas en apreciación de humor y en manejo emocional se han asociado a puntuaciones elevadas en bienestar material subjetivo.

## Discusión

Los principales objetivos de este estudio han sido comprobar si existe relación entre el SH, la IE y el BP y si las dimensiones del SH y de la IE tienen algún valor predictivo en el bienestar subjetivo. En cuanto a las relaciones entre el SH y el BPS, hemos encontrado que todos los factores del SH analizados se asocian con altos niveles de las dimensiones del bienestar subjetivo estudiadas (BPS y BMS), excepto el factor creación de humor que sólo se relaciona de forma positiva y significativa con el BPS. Además, todas las correlaciones que obtenemos son altas, salvo para la dimensión uso del humor en las relaciones interpersonales, que presenta una correlación más débil con el BMS. Estos resultados, según los cuales el SH correlaciona positivamente con el bienestar subjetivo, coinciden con los de Celso, Ebener y Burkhead (2003), Dienstbier (1995), y Vilaythong, Arnau, Rosen y Marcaro (2003). Sin embargo, no son congruentes con el planteamiento de Martin (2008), según el cual las relaciones entre SH y BP son débiles y confusas porque las medidas de auto-informe utilizadas en la mayoría de estos estudios no distinguen entre estilos de humor positivo y sano y estilos de humor negativo e insano. Este autor añade que se obtienen resultados más concluyentes cuando se utilizan escalas como el "Cuestionario de estilos de humor" (*Humor Styles Questionnaire*, HSQ; Martin et al. 2003), que discrimina entre los diferentes estilos de humor, ya que en estos casos se comprueba que tanto el humor de autoafirmación como el de afiliación (los dos estilos de humor positivos) presentan índices de correlación elevados con el BP, mientras que el humor autodemoledor correlaciona negativamente con el BP y con el humor agresivo no encuentra relación alguna. En nuestro caso, a pesar de no haber evaluado los diferentes estilos de humor en este estudio, en general

encontramos altas correlaciones porque la medida del SH que hemos utilizado solo recoge dimensiones del humor positivo.

Por otra parte, hemos comprobado que la única dimensión de la IE que correlaciona positivamente con el bienestar, concretamente con el BMS, es el manejo emocional. Esto es, los individuos que tienen más capacidad para manejar sus emociones están más contentos y más satisfechos con los bienes materiales que poseen, independientemente del valor económico que tengan. Si bien contamos con resultados según los cuales tanto la puntuación total en el MSCEIT (Brackett *et al.*, 2006; Brackett y Mayer, 2003) como la puntuación total en el MEIS (Ciarrochi, Chan y Caputi, 2000) se relacionan positivamente con el bienestar psicológico y con el bienestar subjetivo (Extremera *et al.*, 2011). En España, en un estudio en el que se evaluó la IE con el MSCEIT en 382 estudiantes de secundaria se comprobó que ni la percepción, ni la facilitación, ni la comprensión ni el manejo emocional se relacionaban con el BP (Mestre, Guil y Gil-Olarte, 2004). Estos resultados nos llevan a pensar que sería necesario seguir investigando en esta línea para poder obtener resultados más concluyentes y comprobar si cada una de las habilidades socioemocionales contempladas en el modelo de Mayer y Salovey (1997) se relaciona de manera diferente con el bienestar psicológico (perspectiva eudaimónica) y con el bienestar subjetivo (perspectiva hedónica). No obstante, nuestros resultados apoyan la idea de que el manejo emocional es la única dimensión de la IE asociada al bienestar subjetivo, en concreto al BMS, lo que indica que las personas que tienen más capacidad para manejar sus emociones valoran más lo que tienen y experimentan más emociones positivas por ello. Este planteamiento está en consonancia con los resultados de Lyubomirsky (2008) según los cuales el hecho de valorar lo que posees y sentirte agradecido por ello contribuye al bienestar y la felicidad subjetiva.

En cuanto a la relación entre las dimensiones de la IE y las del SH, hemos encontrado que las únicas dimensiones que están relacionadas son la creación de humor y la facilitación emocional, estableciéndose entre ellas una correlación negativa. Es posible que las personas que tienen más tendencia a usar sus emociones en los procesos de razonamiento consideren que el SH con su estado emocional positivo les lleve a cometer más errores en la solución de problemas (Caruso y Salovey, 2005). Puesto que son muy pocos los estudios en esta línea y los resultados encontrados son dispares, por ejemplo, en este trabajo hemos encontrado una relación negativa entre facilitación emocional y creación, mientras que Yip y Martín (2006) obtuvieron una relación positiva entre manejo emocional y el humor positivo, se plantea la necesidad de llevar a cabo más investigaciones que tengan en cuenta las dimensiones específicas para poder explicar mejor las conexiones entre estos constructos.

Los análisis de regresión han aportado resultados según los cuales la apreciación de humor, la creación de humor y el uso del humor en el afrontamiento de problemas explican un porcentaje considerable de varianza del BPS. Así que, a la luz de estos resultados podemos decir que las personas que disfrutan riendo, se toman la vida con humor, aprecian el humor de los demás y disfrutan con ello, usan el humor para afrontar problemas y adversidades y son graciosos y ocurentes experimentan mayor bienestar subjetivo y están más satisfechas con la vida. Por otra parte, cabe señalar que la apreciación de humor y el manejo emocional

explican un 20% de la varianza del BMS. Por lo tanto, de acuerdo con estos resultados, las personas que aprecian y disfrutan con el humor de los demás y saben regular sus emociones y las de los demás, moderando las emociones negativas e intensificando las positivas, valoran más sus bienes materiales, e independientemente de la cantidad y el valor económico que tengan, experimentan más emociones positivas por lo que poseen.

En general, en este trabajo obtenemos resultados congruentes con los de Martin y cols. (2003), según los cuales las personas con alto SH positivo experimentan más bienestar psicológico. En lo que respecta a la influencia de la IE, el único factor asociado al bienestar subjetivo es el manejo o regulación emocional, lo que está en consonancia con los resultados de otros estudios (Extremera, Salguero y Fernández-Berrocal, 2011; Thompson, Waltz, Croyle y Pepper, 2007). Aunque hay que tener en cuenta que en dichos estudios se utilizaron medidas subjetivas de la IE. Por ello y puesto que los estudios que analizan la relación entre las dimensiones específicas de la IE utilizando medidas de ejecución y el bienestar subjetivo son escasos, es necesario seguir investigando en esta línea.

No obstante, los resultados de este estudio indican que la habilidad de las personas para resolver situaciones emocionales en contextos personales e interpersonales (manejo/regulación emocional) es el único factor de la IE que predice parte del bienestar subjetivo. Por lo tanto, el manejo de emociones no solo tiene mayor capacidad predictiva que el resto de las dimensiones para explicar el funcionamiento social e interpersonal (Extremera y Fernández-Berrocal, 2004; Lopes *et al.*, 2004; Lopes, Salovey y Straus, 2003), sino que también la tiene para explicar el bienestar subjetivo. Esto nos lleva a plantear que en el estudio del bienestar es necesario centrar nuestro interés en el efecto diferencial de cada una de las dimensiones de la IE prestando especial atención al manejo/regulación de emociones.

Por último, en lo que respecta a las limitaciones de este estudio a tener en cuenta de cara a futuras investigaciones, cabe mencionar que sería necesario realizar otras investigaciones en esta línea en la que participen muestras más amplias y heterogéneas que vayan más allá del ámbito académico y más igualadas en cuanto al sexo; utilizar medidas del SH adaptadas y validadas para muestras españolas; llevar a cabo más estudios que utilicen medidas de ejecución de la IE, tengan en cuenta las puntuaciones específicas en cada una de las habilidades socio-emocionales, empleen otras escalas de bienestar subjetivo y lleven a cabo análisis mediacionales que ayuden a entender mejor las relaciones entre IE, SH y bienestar subjetivo.

## Referencias

- Argyle, M. (1999). Causes and correlates of happiness. En D. Kahneman, E. Diener y N. Schwarz (dirs.), *Well-being: the foundations of hedonic psychology* (pp. 353-373). Nueva York: Russell Sage Foundation.
- Augusto, J. M., López-Zafra, E., Berrios, M. P. y Aguilar-Luzón, M. C. (2008). The relationship between emotional intelligence, occupational stress and health in nurses: a questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*, 45, 888-901.

- Augusto, J. M., Martínez, R., Pulido, M., Berrios, M. P., López-Zafra, E. y Luque, P. (2004). Inteligencia emocional percibida y calidad de vida en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología Social Aplicada*, 14, 61-77.
- Augusto, J. M., Pulido-Martos, M. y López-Zafra, E. (2011). Does perceived emotional intelligence and optimism/pessimism predict psychological well-being? *Journal of Happiness Studies*, 12, 463-474.
- Bastian, V. A., Burns, N. R. y Nettelbeck, T. (2005). Emotional intelligence predicts life skills, but not as well as personality and cognitive abilities. *Personality and Individual Differences*, 39, 1135-1145.
- Bracket, M., Palomera, R., Mojsa-Kaja, J., Reyes, M. R. y Salovey, P. (2010). Emotion-regulation ability, burnout, and job satisfaction among British secondary-school teachers. *Psychology in the Schools*, 47, 406-417.
- Brackett, M. A., Rivers, S. E., Shiffman, S., Lerner, N. y Salovey, P. (2006). Relating emotional abilities to social functioning: a comparison of self-report and performance measures of emotional intelligence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 780-795.
- Brackett, M. A. y Mayer, J. D. (2003). Convergent, discriminant, and incremental validity of competing measures of emotional intelligence. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 1147-1158.
- Bradburn, N. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.
- Carbelo, B. (2005). *El humor en la relación con el paciente. Una guía para profesionales de la salud*. Barcelona: Masson.
- Carbelo, B. y Jaúregui, E. (2006). Emociones positivas: humor positivo. *Papeles del Psicólogo*, 27, 18-30.
- Caruso, D. y Salovey, P. (2005). *El directivo emocionalmente inteligente. La inteligencia emocional en la empresa*. Madrid: Algaba.
- Celso, B. G., Ebener, D. J. y Burkhead, E. J. (2003). Humor coping, health status, and life satisfaction among older adults residing in assisted living facilities. *Aging & Mental Health*, 7, 338-445.
- Chan, D. W. (2006). Emotional intelligence and components of burnout among Chinese secondary school teachers in Hong Kong. *Teaching and Teacher Education*, 22, 1042-1054.
- Ciarrochi, J. V., Chan, A. C. y Caputi, P. (2000). A critical evaluation of the emotional intelligence construct. *Personality and Individual Differences*, 28, 539-561.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Oishi, S. y Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.
- Dienstbier, R. A. (1995). The impact of humor on energy tension, task choices and attributions: exploring hypotheses from toughness theory. *Motivation & Emotion*, 19, 255-267.
- Durán, A., Extremera, N. y Rey, L. (2004). Self-reported emotional intelligence, burnout, and engagement among staff in services for people with intellectual disabilities. *Psychological Reports*, 95, 386-390.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004). Inteligencia emocional, calidad de las relaciones interpersonales y empatía en estudiantes universitarios. *Clínica y Salud*, 15, 117-137.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2005). Perceived emotional intelligence and life satisfaction: predictive and incremental validity using the Trait Meta-mood Scale. *Personality and Individual Differences*, 39, 937-948.
- Extremera, N., Duran, A. y Rey, L. (2009). The moderating effect of trait meta-mood and perceived stress on life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 47, 116-121.

- Extremera, N., Durán, A. y Rey, L. (2010). Recursos personales, síndrome de estar quemado por el trabajo y sintomatología asociada al estrés en docentes de enseñanza primaria y secundaria. *Ansiedad y Estrés*, 16, 47-60.
- Extremera, N., Ruiz-Aranda, D., Pineda-Galán, C. y Salguero, J. M. (2011). Emotional intelligence and its relation with hedonic and eudaimonic well-being: a prospective study. *Personality and Individual Differences* 51, 11-16.
- Extremera, N., Salguero, J. M. y Fernández-Berrocal, P. (2011). Trait meta-mood and subjective happiness: a 7-week prospective study. *Journal of Happiness Studies*, 12, 509-517.
- Fernández-Berrocal, P. y Extremera, N. (2010). Más Aristóteles y menos prozac: la inteligencia emocional y el estudio de la felicidad. *Encuentros en Psicología Social*, 5, 40-51.
- Fierro, A. (2006). Emotional intelligence, does associate to happiness? A province outline. *Ansiedad y Estrés*, 12, 241-249.
- Fredrickson, B. L. (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology*, 2, 300-319.
- Fredrickson, B. L. y Levenson, R. W. (1998). Positive emotions speed recovery from the cardiovascular sequelae of negative emotions. *Cognition & Emotion*, 12, 313-332.
- García-Larrauri, B. (2008). *Programa para mejorar el sentido del humor*. Madrid: Pirámide.
- García-Larrauri, B., Monjas, M. I., Román, J. M., Cuetos, A., Polo, A. y Muñoz, M. I. (2005). *CASH: Cuestionario de autoevaluación del sentido del humor-revisado y adaptado al programa*, Universidad de Valladolid, España.
- Gohm, C. L., Baumann, M. R. y Sniezek, J. A. (2001). Personality in extreme situations: thinking (or not) under acute stress. *Journal of Research in Personality*, 35, 388-399.
- Goñi, A., Rodríguez-Fernández, A. y Ruiz de Azúa, S. (2004). Bienestar psicológico y autoconcepto físico en la adolescencia y juventud. *Psiquis*, 25, 141-151.
- Greengoss, G. y Miller, G. (2011). Humor ability reveals intelligence, predicts mating success, and is higher in males. *Intelligence*, 39, 188-192.
- Greven, C., Chamorro-Premuzic, T., Arteché, A. y Furnham, A. (2008). A hierarchical integration of dispositional determinants of general health in students: the big five, trait emotional intelligence and humour styles. *Personality and Individual Differences*, 44, 1562-1573.
- Gross, J. J. y Muñoz, R. F. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical Psychology: Science & Practice*, 2, 151-164.
- Henman, L. D. (2001). Humor as a coping mechanism: lessons from POWs. *Humor: International Journal of Humor Research*, 14, 83-94.
- Isen, A. M. (2003). Positive affect as a source of human strength. En L. G. Aspinwall y U. M. Staudinger (dirs.), *A psychology of human strengths: fundamental questions and future directions for a positive psychology* (pp. 179-195). Washington, DC: American Psychological Association.
- Kane, T. R., Suls, J. y Tdeschi, J. T. (1977). Humour as a tool of social interaction. En A. J. Chapman y H. C. Foot (dirs.), *It's a funny thing humour* (pp.13-16). Oxford: Pergamon.
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D. y Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007-1022.
- Lefcourt, H. M. (2001). *Humor: The psychology of living buoyantly*. Nueva York: Kluwer Academic.
- Lefcourt, H. M. y Martin, R. A. (1986). *Humor and life stress: antidote to adversity*. Nueva York: Springer-Verlag.
- Limonero, J. T., Tomás-Sábado, J., Fernández-Castro, J. y Gómez-Benito, J. (2004). Influencia de la inteligencia emocional percibida en el estrés laboral de enfermería. *Ansiedad y Estrés*, 10, 29-41.

- Lopes, P. N., Brackett, M. A., Nezlek, J., Schütz, A., Sellin, I. y Salovey, P. (2004). Emotional intelligence and social interaction. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 1018-1034.
- Lopes, P. N., Salovey, P. y Straus, R. (2003). Emotional intelligence, personality, and the perceived quality of social relationships. *Personality and Individual Differences*, 35, 641-658.
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being. *American Psychologist*, 56, 239-249.
- Lyubomirsky, S. (2008). *La ciencia de la felicidad: un método probado para conseguir el bienestar*. Barcelona: Urano.
- Lyubomirsky, S., King, L. y Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131, 803-855.
- Martin, R. A. (2008). *Psicología del humor. Un enfoque integrador*. Madrid: Orión.
- Martin, R. A., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Gray, J. y Weir, K. (2003). Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: development of the humor styles questionnaire. *Journal of Research in Personality*, 37, 48-75.
- Mayer, J. D. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence. En P. Salovey y D. Sluyter (dirs.), *Emotional development and emotional intelligence: implications for educators* (pp. 3-31). Nueva York: Basic Books.
- Mayer, J. D., Caruso, D. R. y Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27, 267-298.
- Mayer, J. D., Salovey, P. y Caruso, D. (2009). *Test de inteligencia emocional Mayer-Salovey-Caruso (MSCEIT)*. Adaptación española de N. Extremera y P. Fernández-Berrocal. Madrid: TEA.
- Mestre, J. M., Guil, M. R. y Gil- Olarte, P. (2004). Inteligencia Emocional: algunas respuestas empíricas y su papel en la adaptación escolar en una muestra de alumnos de secundaria. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, 6.
- Mikolajczak, M., Nelis, D., Hansenne, M. y Quoidbach, J. (2008). If you can regulate sadness you can probably regulate shame: associations between trait emotional intelligence, emotion regulation and coping efficiency across discrete emotions. *Personality and Individual Differences*, 44, 1356-1368.
- Moreno-Jiménez, B., Morante, M. E., Hudnall, B. y Sanz, A. I. (2007). Estrés traumático secundario: personalidad y sacudida de creencias. *Psicología Conductual*, 15, 427-439.
- Moreno-Jiménez, B., Morante, M. E., Rodríguez-Muñoz, A. y Rodríguez-Carvajal, R. (2006). La influencia de variables de personalidad en el estrés traumático secundario. *Psicología Conductual*, 14, 201-214.
- Palmer, B., Donaldson, C. y Stough, C. (2002). Emotional intelligence and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 33, 1091-1100.
- Ryan, R. M. y Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Salovey, P. y Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211.
- Salovey, P., Bedell, B., Detweiler, J. B. y Mayer, J. D. (1999). Coping intelligently: emotional intelligence and the coping process. En C. R. Snyder (dir.), *Coping: the psychology of what works* (pp. 141-164). Nueva York: Oxford University.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C. y Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. En J. W. Pennebaker (dir.), *Emotion, disclosure & health* (pp. 125-154).



- Sánchez-Cánovas, J. (2007). *EBP: Escala de bienestar psicológico* (2ª ed.). Madrid: TEA.
- Seligman, M.E.P. y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: an introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Shiota, M. N., Campos, B., Keltner, D. y Hertenstein, M. J. (2004). Positive emotion and the regulation of interpersonal relationships. En P. Philippot y R. S. Feldman (dirs.), *The regulation of emotion* (pp. 127-155). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Simpson, J. A. y Weiner, E. S. C. (1989). *The Oxford English dictionary* (2<sup>nd</sup> ed., vol. 7). Oxford: Clarendon.
- Thompson, B., Waltz, J., Croyle, K. y Pepper, A. (2007). Trait meta-mood and affect as predictors of somatic symptoms and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 43, 1786-1795.
- Vilaythong, A. P., Arnau, R. C., Rosen, D. H. y Marcaro, N (2003). Humor and hope: can humor increase hope? *Humor: International Journal of Humor Research*, 16, 79-89.
- Yip, J. A. y Martin, R. A. (2006). Sense of humor, emotional intelligence, and social competence. *Journal of Research in Personality* 40, 1202-1208.

RECIBIDO: 28 de abril de 2011

ACEPTADO: 10 de diciembre de 2011

