

Búsqueda de sensaciones en varones y mujeres jóvenes de Arequipa:

Un estudio cualitativo

Sensation Seeking Among Young Men and Women in Arequipa:
A Qualitative Study

Katy Jharumy Montesinos Aguilar

Universidad Católica San Pablo, Arequipa, Perú

 <https://orcid.org/0009-0002-3003-639X>
Correspondencia: katy.montesinos@ucsp.edu.pe

Ruth Mamani Surco

Universidad Católica San Pablo, Arequipa, Perú

 <https://orcid.org/0000-0009-9889-4965>
Correo electrónico: ruth.mamani@ucsp.edu.pe

Danna Lucia Riega Medrano

Universidad Católica San Pablo, Arequipa, Perú

 <https://orcid.org/0009-0000-6993-1776>
Correo electrónico: danna.riega@ucsp.edu.pe

Karen Allison Zuñiga Revilla

Universidad Católica San Pablo, Arequipa, Perú

 <https://orcid.org/0009-0008-8411-8909>
Correo electrónico: karen.zuñiga@ucsp.edu.pe

Resumen

La búsqueda de sensaciones es un rasgo de personalidad que ha sido recientemente estudiada en la etapa de la adultez temprana. El presente trabajo sienta su enfoque en un análisis cualitativo, fundamental para conocer las diferentes percepciones que distinguen a varones y mujeres con respecto a la búsqueda de sensaciones; y toma como base la teoría de Marvin Zuckerman, por lo cual, se

dispuso de cuatro ejes temáticos: Búsqueda de aventura y emoción, Búsqueda de experiencias, Desinhibición y Susceptibilidad al aburrimiento. Finalmente, los hallazgos obtenidos llegan a corroborarse con el planteamiento teórico de Marvin Zuckerman, al considerar que los varones buscan mayor nivel de excitación, además identificamos que el miedo es una sensación que supera al buscador de sensaciones, así también logrando hallar factores externos que inciden en este rasgo como la opinión de los demás, la presión social y redes sociales; y por último, como factor interno la evitación experiencial displacentera.

Palabras claves: Búsqueda de sensaciones, adrenalina, diversión, miedo, adultez temprana.

Abstract

Research on sensation seeking, during early adulthood, as a personality trait has received limited attention. This study focuses on a qualitative analysis, given the challenges that may arise during this stage of life as individuals begin to explore with greater autonomy and personal responsibility. For this reason, it is essential to understand the different perceptions that distinguish men and women with respect to sensation seeking. The study was based on Marvin Zuckerman's theory and was organized around four thematic axes: Thrill and Adventure Seeking, Experience Seeking, Disinhibition and Susceptibility to Boredom. Each of these axes is analyzed in terms of thoughts, activities and sensations experienced. The findings obtained corroborated Marvin Zuckman's theoretical framework, indicating that men tend to seek a higher level of excitement. Additionally, the study found that fear is a sensation that overcomes the sensation seeker. External factors influencing this trait were also identified, including opinions of others, social pressure and social networks. As an internal factor, the avoidance of unpleasant experience was noted.

Keywords: Sensation seeking, adrenaline, fun, fear, early adulthood.

Introducción

La búsqueda de sensaciones, un rasgo de la persona propuesta por Marvin Zuckerman tuvo gran relevancia en el ámbito de la psicología de la personalidad desde los años 70, distinguiendo a unos de otros por la necesidad de estar en situaciones estimulantes, y que éstas sean variadas y complejas. Desde entonces, fue que se

llevaron a cabo estudios que relacionan esta variable con conductas antisociales, adicciones (alcohol y drogas), impulsividad, y otros en edades tempranas, por lo tanto, la expresión extensa de este rasgo en la personalidad en varones y mujeres jóvenes puede provocar inestabilidad y poner en riesgo sus vidas (Chávez, 2022). Este rasgo está muy presente y activo en la vida cotidiana, y los estímulos que se

buscan llegan a darse de diferentes maneras según el tipo de interés o aficiones. Así, Barrio (2017) expone que los estímulos del ambiente impactan en las necesidades y motivaciones que impulsan a la persona a satisfacer sus deseos y, por tanto, en la búsqueda de éstas, dado a la construcción de pensamientos positivos hacia la aventura y diversión.

A pesar de la vinculación de este rasgo con el riesgo, según Zuckerman (2007, como se citó en Schmidt et al., 2015), no es indispensable para lograr un nivel óptimo de estimulación, ya que no es el riesgo intrínseco a la actividad lo que es gratificante, sino que, lo importante son las sensaciones que se generan en la experiencia. Por lo tanto, no todas las experiencias que se logran en esta búsqueda son negativas o riesgosas. De tal manera, esta búsqueda de sensaciones puede asociarse a intereses y actividades con demandas estimulantes que son atractivas para aquellos buscadores de sensaciones (Roberti, 2004). Las personas buscan experiencias que subjetivamente son gratificantes, según la etapa del desarrollo en que se encuentren. En la adultez temprana se buscan en las áreas que incluyen cosas como elección ocupacional, recreación, elecciones en el estilo de vida, deportes e interacciones sociales (Roberti, 2004), así como el hecho de experimentar nuevas situaciones, involucrarse en experiencias complejas, variadas y cargadas de intensidad emocional (Chávez, 2022).

En la revisión de estudios sobre el tema, se refiere que en los resultados de la aplicación de la Escala de Búsqueda de

Sensaciones de Marvin Zuckerman, los varones generalmente tienen mayores puntuaciones. Igualmente, hay una correlación negativa en cuanto a la edad, haciendo referencia a una mayor expresión de este rasgo en edades tempranas, acreditando así el factor biológico de tal rasgo. Asimismo, Martin et al. y Roth et al. (como se citó en Padróz et al., 2020), señalan que el comportamiento de la búsqueda de sensaciones es más evidente y estudiado en la adolescencia, debido a su relación con la maduración, ya que tiende a atenuarse en etapas posteriores. Sin embargo, se estaría evidenciando un desconocimiento de esta variable en la adultez temprana, por tanto, el presente trabajo de investigación está destinado a conocer las distintas percepciones entre varones y mujeres en la adultez temprana en torno al pensamiento, las actividades y las sensaciones generadas en su búsqueda de sensaciones.

La búsqueda de sensaciones es definida por Zuckerman como la necesidad de experiencias variadas, novedosas y complejas, y una tendencia a involucrarse en situaciones de riesgo para lograr tales experiencias (Zuckerman et al., 1978). Esta teoría surge a partir de un interés por la deprivación sensorial, la cual incrementa la necesidad de recibir estimulación (Alcázar et al., 2015). Zuckerman (1979) demostró que existe una relación entre el nivel de *arousal* y la necesidad de recibir estimulación. En el estudio de la deprivación sensorial surgió la hipótesis de que hay individuos que más allá de las condiciones experimentales requieren de mayor estimulación. Por

ello, Zuckerman elaboró una escala de búsqueda de sensaciones, que ha sido utilizada para la predicción del nivel de *arousal* y de respuestas operantes para la estimulación. De hecho, asumió que un alto buscador de sensaciones sería aquella persona satisfecha y en mejor funcionamiento en cuanto haya un nivel óptimo de estimulación para llegar en consecuencia a un nivel alto de activación. En vista de ello, el individuo buscaría mantener estos niveles, siendo constante en conseguir experiencias nuevas y excitantes.

Así, Zuckerman llega a una nueva formulación al encontrarse nuevos hallazgos biológicos, de modo que el nivel de activación pasaría a segundo plano, y de manifestarse que la búsqueda de sensaciones llega a asociarse con una sensibilidad general al refuerzo; por ende, las diferencias entre altos y bajos buscadores de sensaciones dependen en ese sentido del sistema límbico de recompensa (Luengo et al., 1996). En ese sentido, se comprende el rol del sistema límbico como un sistema de búsqueda de sensaciones o de recompensa, con una motivación por la búsqueda de placer que activa el interés del sujeto en el mundo. Asimismo, los circuitos involucrados en este sistema son modulados por la dopamina, es así que, los estímulos placenteros naturales como comida, bebida, sexo, ejercicio, deportes y otras actividades; además de las drogas adictivas, estimulan la liberación de dopamina, y una vez proyectadas al núcleo *accumbens*, esto se traduce en euforia y refuerzo de la conducta (Leira, 2012). Por esta razón, el sistema límbico en su relación con la motivación, específicamente

aquella que dirige hacia la acción, vendría a ser como mediador de lo que se experimenta, por lo que hay una búsqueda activa por maximizar la experimentación del placer.

En suma, el alto buscador de sensaciones es sensible a sus sensaciones internas y elige los estímulos externos que la maximizan, de esta manera, una búsqueda de sensaciones puede derivarse de una tendencia a buscar satisfacción en aquellos estímulos que producen sensaciones placenteras para un nivel óptimo de excitación que es considerablemente alto. Así, en la teoría de la búsqueda de sensaciones, existe una vinculación entre el sistema nervioso y la personalidad, puesto que posee una base biológica de la necesidad de operar con este rasgo, pero con diferencias en el nivel de excitación que requiera experimentar y de los estímulos a los que se dirige. Asimismo, la persona buscará experimentar estas situaciones interesantes y emocionantes según las circunstancias del lugar y de la personalidad que posea (Chávez 2022), de hecho, en este tipo de situaciones estimulantes se busca experimentar una alteración del estado afectivo en general más que efectos específicos.

Continuando con los aspectos biológicos, la MAO (monoamino oxidasa) tiene un efecto directo sobre el mecanismo biológico de este rasgo. Esta enzima inhibidora de neurotransmisores en bajos niveles indica altos niveles de serotonina, dopamina y noradrenalina, por lo que bajos niveles de MAO conlleva a disfrutar una vida variada de experiencias. En este

sentido, Chico (2000) expone a través de la revisión de estudios sobre este rasgo de personalidad que medidas bioquímicas y psicofisiológicas, tales como los niveles de (MAO) y en suma los niveles altos de testosterona mantienen relación con el rasgo de la búsqueda de sensaciones. Por otro lado, Chávez (2022) explica que las sensaciones no sólo son un mecanismo con base biológica, sino que también, comprenden aspectos psicológicos de la persona, la cual a su vez es estimulada por todo lo que observa y escucha. De esta manera, concluye Chico (2000) que, la hipótesis biológica ya no es considerada como la única o la máxima exponente de este rasgo.

En consecuencia, tomando la búsqueda de sensaciones como rasgo de personalidad, se señala que este constructo se manifiesta cuando la persona desea conocer y/o explorar nuevas cosas, y sentir esas sensaciones, sin embargo, ello podría conllevar riesgos cuando se dirige al extremo, y en consecuencia, complicaciones a nivel social y personal. De este modo, contar con la el rasgo de búsqueda de sensaciones influye en la valoración que se realiza sobre los riesgos y las consecuencias que la atañen, sobre todo ante una situación novedosa. La posibilidad de percibir pocos riesgos en una conducta, provoca implicarse de manera más motivada, sin embargo, no siempre una conducta arriesgada se da como consecuencia de una mala percepción de los peligros que deriva la actividad, sino que, la evaluación en algunas situaciones es posterior a la conducta (González et al., 2014). Al respecto, cuando los sujetos ya han experimentado una

sensación, sumado al hecho de que no acarrea consecuencias negativas o con una valoración de riesgo mínimo, promueven un juicio sobre la peligrosidad real de una conducta arriesgada, de esta manera existe mayor probabilidad de que ésta se repita mediada por una menor percepción de peligro.

Todo esto permite explicar que un sesgo optimista en los buscadores de sensaciones es debido a que perciben menos riesgos por la emoción positiva por el cambio, el peligro, la variedad e imprevisibilidad (Zuckerman, 1994), y por tanto, tienden a involucrarse en este tipo de situaciones. Asimismo, varios estudios documentados refieren que los varones a diferencia de las mujeres perciben menos riesgos y más beneficios en distintas conductas de riesgo, como en el caso del consumo de alcohol (González et al., 2014; Palacios, & Lea, 2020). Otra investigación dirigida por Garrote, Medina y Rubio (2019) sobre el consumo precoz de cannabis en jóvenes, examina las diferencias en impulsividad y búsqueda de sensaciones por género, edad y consumo de cannabis. La muestra incluyó 634 jóvenes de colegios en España, y los resultados indicaron que los varones son más impulsivos funcionalmente y buscan más emociones, aventuras y experiencias que las mujeres. Además, se observa un aumento de la impulsividad disfuncional y susceptibilidad al aburrimiento asociado al consumo en mujeres.

Zuckerman (1994) plantea una clasificación sobre la búsqueda de sensaciones que expresan el deseo de implicarse en situaciones que otorgan excitación,

adrenalina, riesgo y novedad. El primer grupo es sobre la búsqueda de emociones y aventuras, que indica el disfrute en realizar deportes de riesgo y otras experiencias peligrosas, vinculadas con la velocidad, como también sobre desafiar a la gravedad. El segundo grupo refiere la búsqueda de experiencias, esto implica la disposición de vivir experiencias novedosas tanto sensoriales como mentales. El tercer grupo es sobre la desinhibición, que hace alusión a la preferencia por perder el control en eventos sociales, como en fiestas donde se tiene la libertad de consumir bebidas alcohólicas, sustancias ilegales (drogas) e incluso a tener relaciones sexuales. Y el último grupo, sobre la susceptibilidad al aburrimiento, refiere el hecho de aversión a conductas repetitivas y a extensas jornadas de trabajo y/o estudio, más bien hay gusto por contar con amistades que cuentan con los mismos gustos o que prefieran realizar actividades sin previa planificación.

La literatura científica demuestra que personas que puntúan alto en esta variable como lo expresan Luengo, Otero, Romero y Gómez (1996), tienden a implicarse en experiencias que son intensas, impredecibles y de tomar riesgos físicos y sociales más que aquellas personas que puntúan bajo. Estos buscadores de sensaciones tienen una mayor tolerancia al dolor, a los ruidos fuertes y a estímulos nuevos, son personas con rasgos de extroversión y con un alto nivel de creatividad. Los buscadores de sensaciones intensas son más propensos a caer en la promiscuidad sexual, como también son arriesgados en su alimentación, asimismo tienden

aburrirse fácilmente de una rutina diaria o de personas cercanas (Castañeda, 2018). En añadidura, las personas con este rasgo cuando se encuentran en situaciones que atañen algún tipo de riesgo por lo habitual dan siempre lo mejor de sí, sacando el mayor beneficio posible, y a la vez sintiendo placer al alcanzar el nivel de recompensa esperado.

Este constructo cuenta con diversos estudios en el campo de la investigación asociados a conductas problema, así como se halla en los antecedentes de investigación en el estudio de Chávez (2022), donde la búsqueda de sensaciones guarda relación con distintas conductas disociales e impulsivas. Acotando a lo expresado, cabe mencionar que la asunción de riesgos es mayor en etapas tempranas y que disminuyen en la edad adulta, de manera que durante la adolescencia y en el transcurso de la década de los 20 años se va desarrollando la capacidad de autorregulación de la propia conducta (Pascual, & Conejero, 2019), debido a la maduración de las conexiones neurales entre la corteza prefrontal y el sistema límbico, posibilitando de esta manera una mejor coordinación de la emoción y la cognición (Alcázar et al., 2015). Dicho de otra manera, se encuentran menores comportamientos disruptivos cuando se alcanza una mayor edad.

Asimismo, la búsqueda de sensaciones se ha vinculado a experiencias óptimas sin el estigma de ser negativas y riesgosas, con la posibilidad de involucrarse en actividades atractivas y de interés (Schmidt et al. 2015). En efecto, este rasgo

de personalidad bien orientado resulta positivo. Por ejemplo, en una muestra de 186 adolescentes en Argentina entre 12 a 20 años, las formas no socializadas e impulsivas no se relacionaron con experiencias óptimas (estado de *flow*), además en las mujeres hubo una mayor probabilidad de experiencias óptimas en actividades no riesgosas, específicamente en la búsqueda de riesgo y novedad. Asimismo, se reportó que las mujeres pueden canalizar su necesidad de sensaciones intensas, variadas y complejas de una manera óptima y socialmente aceptada, esto debido a una perspectiva cultural sobre las características atribuidas a varones y mujeres (Schmidt et al. 2015).

Por consiguiente, esta variable se adapta en un amplio rango de actividades que pueden o no implicar correr riesgos, por lo cual, no representa necesariamente una conducta antisocial o que pone en riesgo la integridad de la propia persona. De ahí que Zuckerman (1994) propone dos formas de búsqueda de sensaciones: búsqueda de sensaciones socializada no impulsiva y búsqueda de sensaciones no socializada impulsiva. La investigación de Ledesma, Poó y Peltzer (2007) logró identificar que los varones son los que puntúan más alto en búsqueda de acontecimientos que impliquen cierto nivel de riesgo debido a una mayor sensación de impulsividad. Por otro lado, se halló que, en la población de las mujeres, el hecho de conocer nuevas cosas se da en mayor medida por las influencias sociales, la opinión de las amistades y las redes sociales.

Acorde a lo expuesto, sobre la vinculación de la búsqueda de sensaciones con experiencias óptimas, según la investigación realizada por Cajina-Guedeat y Reyes-Bossio (2021) sobre la experiencia subjetiva emocional de 8 deportistas extremos, se menciona que tener el control, no buscar imprudentemente el peligro y que ser conscientes de las posibles desventajas, indicaron que la actividad deportiva extrema se asocia con mayor acercamiento hacia la vida. Mientras que, la experiencia emocional subjetiva del miedo hace que describan este sentimiento como gratificante, aceptada y útil. Adicionalmente, se percibe a la experiencia emocional como generadora de libertad, transformación y necesaria para desarrollar una comprensión de sus propios recursos y las capacidades emocionales, cognitivas, físicas y espirituales.

En el contexto peruano, los hallazgos por Aquino (2003), señalan que las mujeres limeñas muestran ser emocionalmente más expresivas que los varones, así como tener una mayor comprensión de las emociones y que suelen mostrar mayor habilidad en ciertas competencias interpersonales. Al respecto se interpretó que el origen de estas diferencias está en la infancia, dado que las relaciones entre el sexo femenino y las competencias emocionales en la crianza han sido más estrechas debido a una socialización interpersonal más en contacto con los propios sentimientos y sus respectivas expresiones. Asimismo, Gutiérrez (2019) realizó un estudio en Arequipa, cuyos resultados destacan el nivel de protagonismo de la mujer ante las situaciones sociales a pesar

de enfrentar más obstáculos culturales y familiares. Lo importante a resaltar de este resultado es el valor de la responsabilidad que asume la mujer en su participación social y política, que podría asociarse con la búsqueda de sensaciones socializada no impulsiva.

De este modo, puede decirse que la búsqueda de sensaciones no ha sido suficientemente estudiada en el país, por lo que el presente estudio pretende conocer las diferentes percepciones en la búsqueda de sensaciones entre varones y mujeres jóvenes de 18 a 25 años en Arequipa, siendo relevante para este análisis indagar en lo que piensan o sienten, y las actividades que realizan en función de este rasgo, en base a las cuatro dimensiones de la Escala Búsqueda de Sensaciones de Zuckerman. Por último, la finalidad de esta investigación es proveer información de la manera en que un grupo de varones y mujeres jóvenes buscan sensaciones, y que los hallazgos puedan ser relevantes para diseñar programas de concientización y de prevención e intervención en salud y bienestar para varones y mujeres.

Método

Diseño de investigación

El diseño utilizado fue cualitativo, ya que para nuestro objeto de estudio este modelo permitió explorar y entender la complejidad del mundo subjetivo (Álvarez-Gayou, 2003).

Participantes

Se elaboró el muestreo no probabilístico bola de nieve de tipo descriptivo en

jóvenes con un rango de edad que oscila entre los 18 a 25 años (adultez temprana) de la ciudad de Arequipa. La muestra estuvo constituida por ocho personas, cuatro varones y cuatro mujeres. Se consideró los siguientes criterios de inclusión: ser mayor de edad, residir en la ciudad de Arequipa y afirmar requerir mayores estímulos para obtener un nivel óptimo de bienestar. Los criterios de exclusión fueron: personas que no se encuentren con la disponibilidad de brindar información.

Instrumentos

La técnica de investigación empleada fue *focus group* por tratarse de un estudio cualitativo, permitiendo la interacción de los participantes con los investigadores (Gutiérrez, 2008). Para la recolección de estos datos el instrumento consistió en un cuestionario semi estructurado que consta de preguntas abiertas y cerradas, de las cuales hubo 12 preguntas principales y 7 fueron secundarias, la aportación de estas últimas por si las preguntas principales no serían respondidas adecuadamente. Para el registro de audio de las narraciones dentro del *focus group* se usó un celular Redmi Note 10S, modelo M2101K7B1 del año 2021.

La estructura de las preguntas va en función a los tres objetivos específicos de esta investigación: Conocer la concepción con respecto a la búsqueda de sensaciones, las actividades que se consideran estimulantes y las sensaciones generadas. Asimismo, estos tres aspectos forman parte de cada uno de nuestros cuatro ejes temáticos, los cuales corresponden a las

cuatro dimensiones que conforman la *Escala Búsqueda de Sensaciones (Forma V) de Zuckerman*: Búsqueda de aventura y emoción, Búsqueda de experiencias, Desinhibición y Susceptibilidad al aburrimiento. Para el análisis de validez de contenido se contó con la colaboración de tres jueces expertos, los cuales calificaron bajo tres aspectos: Coherencia, relevancia y claridad, en cada una de las preguntas en una escala de 1 (No cumple el criterio), 2 (Presenta un nivel bajo), 3 (Presenta un nivel moderado) y 4 (Presenta un nivel alto). La calificación de los jueces pasó a procesarse mediante el estadístico V de Aiken, donde se optó por el criterio liberal en la elección de los ítems válidos considerando el límite inferior ≥ 0.5 , con un intervalo de confianza de 90%. Este proceso nos indicó que todas las preguntas eran válidas.

Procedimiento

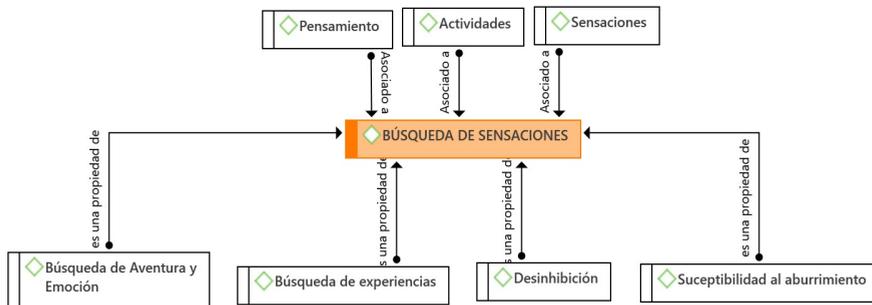
El primer paso para acceder a la muestra trató en buscar jóvenes de la ciudad de Arequipa (varones y mujeres) que practiquen actividades considerablemente estimulantes. Luego, de manera individual se dieron a conocer los fines de dicha investigación y se les preguntó si se deseaba ser partícipe de la misma. Si la respuesta era la esperada, se procedía a coordinar la fecha y hora adecuada. Posterior a ello, se comunicó al participante los aspectos generales para llevar a cabo el estudio, en la cual se hizo mención de que la investigación tendría lugar en un aula otorgada por la Universidad Católica San Pablo, y que tendría una duración aproximada de 45 minutos. Así también, se comunicó

que consistía en un *focus group* y que iba a contar con la presencia de dos investigadores. Luego, se brindó el consentimiento informado para confirmar su participación y, además se solicitó el permiso para la grabación de audio de la información, explicando que esta será codificada, y que su identidad se mantendría en el anonimato. El presente trabajo tuvo un tiempo total aproximado de 1 hora y media, el cual fue dividido en dos tiempos (45 minutos aproximados cada uno), el primero destinado a las mujeres y el segundo a los varones con la intención de ahondar en sus percepciones. Finalmente, se ejecutó la transcripción del audio de manera literal a través de tres instancias: codificación abierta, axial y selectiva.

Análisis de datos

En este apartado de análisis cualitativo, las percepciones registradas por ambos sexos en correspondencia a las respuestas referidas a los objetivos específicos (pensamientos, actividades y sensaciones) acorde a las cuatro dimensiones (ejes temáticos) de la búsqueda de sensaciones, fueron comparadas para conocer las diferencias por sexo. De modo que, cada miembro del equipo procesó la información mediante el programa ATLAS.ti, y así obtener datos relevantes de manera agrupada y ordenada. Seguidamente, se analizó la información conjuntamente con el equipo de investigación con el fin de reducir los sesgos de interpretación. El análisis de los datos se dio en función y en contraste con la literatura en la que se basa nuestro estudio, siendo indispensable una adecuada interpretación para llegar a conclusiones verídicas.

Figura 1.
Esquema de búsqueda de sensaciones según las dimensiones de Zuckerman



Resultados

A continuación, se muestran los hallazgos obtenidos con respecto a la búsqueda de sensaciones en varones y mujeres por separado en cada una de las dimensiones propuestas para el análisis.

Búsqueda de aventura y emoción - mujeres

La respuesta general que las mujeres emiten sobre lo que piensan de la práctica de deportes extremos y de manejar a velocidad es que, estas actividades son percibidas como medios de entretenimiento que ayudan a distraerse, y se disfruta de estas actividades por sus efectos para aliviar el estrés y la tensión emocional. De esta manera, las integrantes señalan un interés sobre esta dimensión de deportes y aventuras. Al respecto K de 21 años dice lo siguiente “Creo que generan una experiencia única en cada una de las personas, ya que gracias a las diversas actividades puede generar diversas emociones y esto ayuda a que liberes el estrés, la tensión dependiendo de cómo lleves tu vida”. Por

otro lado, J de 21 años refiere “...este tipo de deportes extremos se realizan para salir de la realidad, o sea como un modo de escape, y al extremismo producen emociones muy fuera de lo común que normalmente no se suele tener en la vida diaria”.

Ambas posturas llegan a coincidir en que dichas actividades generan emociones diversas, novedosas y complejas en señal de que son fuera de lo común, sin embargo, es importante resaltar que la participante que se expresa sobre una conducta al extremo con los deportes, lo hace desde un punto de vista para los demás, es decir, que en ocasiones las personas jóvenes tienden a aventurarse en los deportes sin medir las consecuencias de sus actos, porque éstos les permiten zafarse de los problemas y de la inestabilidad que pueden estar vivenciando. Ahora bien, las actividades que en mayoría practican las mujeres son: Manejar medios de transporte como moto, auto, bicicleta y cuatrimoto, también canotaje y el paracaidismo, además del taekwondo por una sola participante. Las sensaciones que generan estas actividades son la adrenalina, euforia, felicidad, y una

de ellas expresa sentir un estado de ánimo muy activo. Es importante mencionar que previo a la actividad, dos mujeres dicen sentir miedo, y por este mismo relato se comprende la superación de riesgo físico que presenta el buscador de sensaciones.

Búsqueda de aventura y emoción - varones

En el caso de los varones con respecto a los deportes extremos y manejar a velocidad, su respuesta general en cuanto a lo que piensan sobre estas actividades, es que ayudan a liberar las tensiones, ya sea por el ajeteo y/o la presión que personalmente cada uno de ellos experimenta. En lo particular, el participante J de 25 años expresa que *“se llegan a hacer cosas que tu cabeza no llegaba a pensar que ibas a lograr a hacer”*, *“te dices wow cómo pude hacer eso”*. Por su parte aclara que, sobre estos deportes extremos, da lo mejor de sí, por lo que considera a estas actividades como parte de su realización y superación. Por otro lado, tres integrantes refieren que los deportes o actividades extremas que realizan los hacen sentir más vivos, por las sensaciones que llegan a experimentar. Es más, el sujeto G de 23 años declara *“...decisiones riesgosas uhmm tal vez son imprudentes, pero riesgosas, pero bueno es como una adicción”*, en suma *“es una sensación bonita porque te sientes más vivo”*. De esta manera, expresa su disposición a asumir riesgos cuando tiene la noción de obtener recompensas a pesar de llevar a cabo una conducta poco prudente. Las actividades que comparten los varones de este estudio son: Manejar autos a velocidad, además de conducir en

terrenos inestables, canopy y parapente. Otras actividades son boxeo, prueba de tiros y escalar roca.

Las sensaciones que experimenta cada sujeto con su afición es, por lo general la adrenalina, otras que se generan son agrado, satisfacción y una vez en ejecución sienten mayor confianza en sí mismos, como también una amplia gama de sensaciones intensas y emociones fuertes. Sobre lo mencionado el sujeto E de 21 años manifiesta *“Ese golpe de sensaciones que tú tienes de estar a punto de, no sé, de sentirte al borde de un accidente, hace sentir bien, es genial y que más a velocidad, es meterte a terrenos inestables, tú te metes y bush! la sensación es parecido a una montaña rusa, y tú pruebas poquito, poquito, pero mientras vas avanzando más, quieres sentir más esa sensación, tú quizás has tenido una primera sensación y te dejó eso marcado, vuelves a hacer lo mismo o que ya no, ya no te llena, tú estás buscando un poquito más o sea algo más extremo, y luego vas avanzando así...”*. Así también, los varones sienten miedo frente a estas actividades, pero como emoción básica lo superan para aventurarse en la experiencia.

Búsqueda de experiencias - mujeres

Las mujeres indican que estas actividades les resultan interesantes, ya que entran a una etapa de exploración, permitiéndoles tener motivación por conocer y ampliar sus conocimientos a través de experiencias sensoriales. Otro pensamiento presente son las situaciones motivacionales, esto hace referencia a la necesidad de querer

conocer lugares nuevos teniendo una influencia importante de las redes sociales y las amistades. En cuanto a la apertura experiencial, las mujeres mencionaron que esto les permite tener la mente abierta, por lo que se involucran en situaciones nuevas. Y por último, se tiene la concepción de un conocimiento de sí mismo. En cuanto a las situaciones motivacionales A de 19 años declaró: *“En el Tik Tok me salen muchos videos de lugares, por ejemplo, me salen videos que dicen a quince minutos de Arequipa o cosas así”*. De esta manera se logró demostrar que dichas situaciones motivacionales incitan a las personas a querer tener esas ganas de conocer nuevos horizontes (lugares).

Ahora bien, en cuanto a las actividades, la mayoría de las participantes aluden que les gusta conocer lugares nuevos y hacer actividades como trotar o manejar bicicleta. Como segunda actividad se mencionó el probar nuevas comidas, al respecto K de 21 años menciona *“En lo personal a mí me gusta la comida picante, por ejemplo, las sopas coreanas, siempre las paro cambiando, pero necesariamente tienen que ser picantes”*. Como tercera actividad está el escuchar diversos estilos de música con un nivel alto de volumen, una de ellas indica que escuchar la música de esa manera le genera emociones y sensaciones variadas. Así, entre todas las evaluadas se identificó que las actividades que realizan son estimulantes importantes, incluso una participante declaró que no tiene ningún tipo de preferencia el hacer estas actividades sola o acompañada de sus amigos o familiares debido a que su propósito es divertirse. Las sensaciones

y/o emociones que generan estas actividades en las participantes son alegría, satisfacción y curiosidad.

Búsqueda de experiencias - varones

En el caso de los varones con respecto a esta dimensión, tienen como primer pensamiento el tomar decisiones extremas para realizar actividades riesgosas. En lo particular G de 23 años mencionó: *“Me gusta tomar decisiones extremas”*. Luego está la concepción de tratarse de experiencias nuevas, riesgosas y excitantes, este hace referencia que en su mayoría, los varones tienden a vivenciar este tipo de situaciones sin medir el nivel del riesgo, debido a que prefieren realizar ello para sentir sensaciones y emociones fuertes. Como tercer pensamiento está el mantener el cuerpo activo, para ello, la mayoría refirió que les gustaba la idea de estar activos en su día a día. Y por último está la constancia, para esto, es importante mencionar que este está muy relacionado con el segundo pensamiento, ya que, dichas experiencias son las que provocan en la persona el deseo de ser constante, con ello se puede mencionar que los varones declaran que una vez que ellos logran experimentar situaciones nuevas, esto genera el deseo de querer repetirlo.

En cuanto a las actividades, se identificó que los evaluados suelen escalar sobre todo en lugares arriesgados y/exóticos. A continuación, E de 21 años mencionó *“Cuando yo viaje a Huaraz, allí encontré una montaña que se llama el Callejón de Huaylas, esta montaña es*

muy conocida debido a que hay nieve y el paisaje es genial, pero escalar ahí es un poco complicado sobre todo si hay mucha nieve y hielo”. Otra actividad es realizar viajes, probar nuevas comidas, J de 21 años dijo “Yo le temo mucho a la comida exótica, pero me atreví a probar lo que es el sushi, yo no sabía si me gustaría o tal vez si me sabría feo, pero pues no sabe tan mal”. También está manejar a velocidad, al respecto C de 25 años declaró “Personalmente pienso que antes de conducir un auto a alta velocidad, primero uno se tiene que percatarse si está en buen estado todos los aspectos del carro, porque no puedes correr en cualquier vehículo, es decir, tienes que revisar si las llantas o los frenos están bien y así”. Continuando con la misma actividad J de 21 años expresó “Tengo la experiencia de haber manejado cuatrimotos y sobre todo tubulares en Ica a mucha velocidad, y te puedo decir que concuerdo con lo que se mencionó anteriormente, uno tiene que estar a la expectativa del funcionamiento del tipo de transporte que estés conduciendo”. Por último, cada participante nos proporcionó a lo que se dedicaban (estudiar aviación, trabajar de seguridad, trabajar con autos y ser instructor de escalamiento). Finalmente, las sensaciones y/o emociones que se experimentan son bienestar y deseo de atrevimiento, identificando que los participantes tienen las ansias de realizar alguna actividad que creían no poder hacer en un primer momento. Asimismo, se siente miedo, pero es aceptado, ya que es parte de la constante búsqueda de experiencias, así como la sensación de gusto y competitividad.

Desinhibición - mujeres

De acuerdo a las respuestas de las mujeres en relación a la desinhibición, se halló que no sobrepasan los límites, ya que la pérdida de control en ellas se presenta regularmente y saben sobrellevarla por lo general, como también puede reflejar la necesidad de información detallada sobre el entorno y las personas para planificar y participar en actividades que proporcionen estimulación y novedad, o simplemente evitarse situaciones incómodas que les generen una mala experiencia social. En esta misma línea pone en manifiesto K de 21 años “saber con quién y dónde”, nos da entender cuán relevante es el entorno social en que se van a desenvolver. Las actividades que realizan en esta búsqueda de sensaciones son cantar, bailar, apostar, consumir bebidas alcohólicas y asistir a fiestas; las cuales están relacionadas con la búsqueda activa de estímulos y experiencias sensoriales intensas. Las sensaciones que generan estas actividades en los participantes son alegría, euforia, inquietud, frustración y satisfacción. Sin embargo, la presencia de cierta conciencia y autorregulación indica que la desinhibición no implica necesariamente una falta total de control, sino más bien una apertura a experiencias emocionales intensas dentro de ciertos límites que llega a establecer la mujer.

Desinhibición - varones

En cuanto a los varones en relación a la desinhibición, se puso en manifiesto que tienden a sobrepasar los límites para saber hasta dónde pueden llegar con sus

actos y también para experimentar esa experiencia única del momento, por lo que se comentó en la mayoría de los participantes lo siguiente “*si algo me gusta me quedó*”, “*mi último intento*”. Pero cabe resaltar que por lo usual en estas situaciones sienten la presión social por parte de las personas que son partícipes de dicha actividad. En estas situaciones, si el estímulo es satisfactorio tienden a volver a repetirlo constantemente para satisfacerse. De acuerdo a los hallazgos, las actividades que realizan los varones de este estudio son consumo de bebidas alcohólicas, ir a fiestas, hacer apuestas (con aves finas de combate) y jugar en el casino. Por otro lado, las emociones que les llega a generar estas actividades, dependen de las aficiones que tenga cada uno, pero por lo general los lleva a una pérdida de control de impulsos, ya que no suelen controlar sus aficiones ante los juegos, apuestas, casinos y fiestas. Por esta razón, experimentan distintas sensaciones, buscan experiencias emocionantes y están dispuestos a asumir riesgos para obtenerlas. Estas conductas pueden llevarlos a la pérdida de control, que en un principio los hace sentirse libres ante estímulos excitantes.

Susceptibilidad al aburrimiento - mujeres

De acuerdo a la información obtenida por las mujeres con respecto a la susceptibilidad al aburrimiento, se indica que una rutina de vida muy monótona las incita a hacer cambios por lo que ello las motiva a querer salir de su zona de confort, experimentar actividades nuevas y conocer

nuevas personas. C de 25 años expresó “*yo soy una persona muy abierta (se ríe) y justo lo que yo busco es aventura no, me rodeo de ese tipo de personas, por ejemplo yo tengo amigos que son ciclistas (se ríe) o que manejan moto*”. Las evaluadas afirman que hacer cambios en su rutina es interesante para así poder ampliar su estilo de vida. Las participantes hacen referencia que esto puede ser positivo o negativo, ya que puede generar que no se tenga una estabilidad en la vida. En referencia a lo anterior A de 21 años dice “*Siento que eso de salir de la rutina pues es un arma doble filo pues si no se llegan a establecer rutinas beneficiosas, o sea siempre estas cambiando. Cambiando es como que nunca vas a llegar a ningún lado*”. Las actividades que realizan son rafting, conocer lugares nuevos, pasear, manejar (vehículo, moto), hacer ejercicio y conocer gente. Mencionan que estas actividades generan diversos tipos de sensaciones y/o emociones como la adrenalina, curiosidad y alegría.

Susceptibilidad al aburrimiento - varones

En cuanto a los varones con respecto a la información obtenida en la susceptibilidad al aburrimiento, se menciona que el hecho de estar en la misma rutina les genera estrés, como consecuencia de las largas jornadas de trabajo y estudio. Esta viene a ser una de las razones por las que les gusta cambiar sus actividades. Indican que hacer modificaciones les ayuda a aliviar la tensión que se va generando, es más, refieren contribuir al bienestar de su salud física y mental, así como también

que pueden generar nuevas experiencias personales. Mencionaron una serie de actividades que los ayuda a salir de la rutina, entre ellos jugar fútbol, viajar, mirar películas, leer, pasear, escalar roca, conversar, entre otras. Sin embargo, indican que más allá de estas rutinas tienen la necesidad de buscar y experimentar más actividades. Manifiestan que estas actividades les generan ciertas sensaciones: liberarse del estrés, adrenalina y alegría porque sienten que es un cambio en sus vidas. La expresión de uno de E de 21 años fue: *“yo pienso que cualquiera así no sea una persona que practique netamente deportes de aventura así sea solo un estudiante y dedicarse solo a estudiar igual debería salir de esa rutina porque hace bien”*. Según el evaluado esto se puede dar en cualquier persona ya que todos somos propensos a sufrir de tensión o estrés por tener una vida muy rutinaria.

Discusión

Dentro del primer eje temático búsqueda de aventura y emoción, el análisis del pensamiento, la actividad y la sensación experimentada por varones y mujeres en deportes extremos y de manejar a velocidad, indican que el sexo masculino hay mayor preferencia por las actividades que implican más riesgos, ello con la explicación biológica de un nivel alto de testosterona, a lo que estaría asociado con la competición en cada accionar en forma de superación. En adición, la expresión de sentirse más vivos en la práctica del deporte extremo, como también el sentir miedo frente a estas aficiones, está documentada en el estudio de Cajina-Guedeat y

Reyes-Bossio (2021), en el cual 8 deportistas consideran sentir un mayor acercamiento hacia la vida, y la sensación de sentir miedo les resulta motivante. Además, el hecho de considerar estos deportes como adictivos, puede explicarse por el papel que cumple el sistema límbico en los procesos de reforzamiento y motivación de la conducta (Leira, 2012; Zuckerman, 1979). Aunque, en el caso de las mujeres, no hubo mención de que los deportes sean adictivos o que lleguen al extremo en su ejecución, ya que los practican por diversión y no frecuentemente. Esto fue también congruente con el estudio realizado por Schmidt et al. (2015) en Argentina, donde se concluye que en las mujeres hay menos probabilidad de correr riesgos, ya que canalizan sus sensaciones de maneras óptima y socialmente aceptadas.

En este segundo eje temático de búsqueda de experiencias, se proyecta que el sexo masculino muestra mayor constancia en buscar situaciones novedosas, riesgosas y excitantes sin la consideración de tomar tanto en cuenta los perjuicios hacia su integridad, dándose este hecho de manera general en los participantes de estudio, donde además se prefiere tener intensas experiencias sensoriales como escalar en lugares arriesgados, realizar viajes, probar comidas nuevas, manejar a velocidad y su vocación, debido a que desean sentir mayor carga de intensidad emocional (adrenalina). Esto se llegó a corroborar en el estudio realizado por Ledesma, Poó y Peltzer (2007), donde los resultados indican que los varones son los más altos buscadores de experiencias que impliquen cierto riesgo, sin tomar en cuenta la peligrosidad, ya que toman ello como una fuente mayor

de estimulación. Asimismo, los varones sienten que realizar este tipo de actividades conlleva a sentir emociones variadas y fuertes tales como la adrenalina, esto les provoca tener sentimientos de bienestar y gusto.

Sin embargo, en el grupo de las mujeres se halla la exploración de nuevas cosas interesantes, situaciones motivacionales, apertura experiencial y conocimiento de sí mismas, refiriendo el hecho de ampliar los conocimientos sobre aquello que motiva su actuar como conocer lugares, probar comidas nuevas, escuchar nuevos estilos de música e ir a lugares distintos para caminar, más que involucrarse en aquello que atañe ciertos riesgos físicos. Cabe mencionar, que según lo hallado en el grupo de las mujeres, la red social de *tik tok* muestra una amplia gama de estímulos que influyen en la toma de decisiones para direccionar la conducta a buscar ciertos estímulos, que son atractivos por su impacto y novedad. De esta manera, surge el interés sobre las implicancias que tienen los factores sociales para propagar la exploración de las sensaciones, puesto que se da la construcción de pensamientos positivos frente a estos estímulos que se imparten en las redes sociales, y al comentario de los pares que se constituyen como otro factor en la búsqueda de experiencias.

Dentro de este tercer eje temático referido a la Desinhibición, el análisis de lo que se piensa al respecto, las conductas que se llevan a cabo y las sensaciones generadas en varones y mujeres indican que los primeros tienden a considerar sobrepasar los límites para saber hasta dónde pueden

llegar, ya que perciben estas situaciones como algo que les hace actuar sin reservas y, por tanto, realizar actos como beber en fiestas y apostar en casinos. Al momento de experimentar situaciones de forma deliberada, los participantes expresan no buscar perjuicios a su integridad de manera intencionada. En ese sentido, en consideración del consumo de alcohol, los varones mencionan tener en cuenta las posibles desventajas de ello, sin embargo, las perciben como una conducta en cierta medida típica de la etapa juvenil, ya que logran pasárselo bien, disponiendo de los medios que tienen al alcance para permitir satisfacer lo deseado. Lo mencionado, es muy similar a lo reportado en el estudio de Gonzáles, Gómez, Gras y Planes (2014), donde jóvenes españoles de entre 18 y 25 años consideran que el consumo de alcohol es una acción socialmente aceptada para hallar satisfacción y olvidar las preocupaciones, sin embargo, por parte de los participantes no hubo mención al respecto sobre este último punto, pero sí señalaron sentir presión por parte de sus amistades.

En el caso de las mujeres, estas son más conscientes de no sobrepasar los límites a diferencia de los varones, tal como lo mencionaron en su estudio Garrote, Pérez, Begoña y Rubio (2019), quienes señalan que los varones son más impulsivos y buscan más emociones, aventuras y experiencias que el sexo femenino. Aunque las mujeres pierden un poco el control al realizar estas actividades, no sobrepasan su límite. Esto sugiere que hay mayor toma de conciencia y autorregulación, lo cual es relevante para entender la desinhibición en este grupo. La pérdida de control puede ser

parte de la experiencia, pero con límites predefinidos. Por lo tanto, la importancia de la planificación y la necesidad de información detallada sobre el entorno y las personas a diferencia de los varones, es importante para una mujer. Según lo mencionan Pascual y Conejero (2019), esto podría interpretarse como un intento de controlar las situaciones para maximizar la experiencia positiva y minimizar la posibilidad de situaciones negativas. Este comportamiento sugiere una búsqueda selectiva de sensaciones, eligiendo actividades que se ajustan a sus límites y preferencias. Asimismo, de acuerdo con Gutiérrez (2019), las mujeres experimentan una constante presión y sentimiento en relación con las responsabilidades.

Susceptibilidad al aburrimiento, es el cuarto eje temático objeto del análisis, en el que se registra que los varones tienden a hacer más cambios y a no contar a menudo con una rutina establecida, ya que según a las características que refiere Castañeda (2018) sobre los buscadores de sensaciones, la expresión de esta dimensión conlleva a aburrirse fácilmente, además de que tienen la necesidad de conocer a personas interesantes y emocionantes. Un punto clave sobre la preferencia de amistades interesantes, fue que los varones de este estudio son más independientes al hacer cambios en su vida, por lo que mencionaron no conocer a nuevas personas para hacer planes o divertirse. En cuanto a las mujeres, se encontró mayor apertura a conocer nuevas amistades y a compartir experiencias en grupos sociales que les generen curiosidad tal como se menciona en el estudio de Aquino (2003), donde se

reportó que las mujeres a diferencia de los varones suelen mostrar mayor habilidad en competencias interpersonales, por el hecho de que reconocen hábilmente las emociones de los demás, como también por ser más perceptivas y empáticas, lo que repercute en una mayor socialización en su entorno.

Ahora bien, el presente estudio tuvo como limitación el hecho de no disponer de investigaciones similares para hacer un contraste adecuado y de no poder generalizar los resultados, dado que se trata de una investigación cualitativa con una muestra pequeña. Finalmente, según lo evidenciado se sugiere fomentar el diseño y la aplicación de programas que tengan la finalidad de concientizar a los jóvenes sobre las implicancias de experimentar sensaciones de forma impulsiva y para intervenir en la autorregulación de la conducta para abrir paso a experiencias óptimas. Podemos concluir que la búsqueda de sensaciones entre varones y mujeres exhibe diferencias sutiles, que implican una mayor impulsividad de parte de los varones y una mayor autorregulación por parte de las mujeres. Este estudio, por tanto, hace un aporte a la temática abordada, por ser poco tratada a nivel nacional y regional.

Financiamiento

La presente investigación fue autofinanciada.

Conflictos de interés

Las autoras declaran que no tienen ningún conflicto de interés.

Referencias

- Alcázar, M., Verdejo, A., Bouso, J., & Ortega J. (2015). Búsqueda de sensaciones y conducta antisocial. *Anuario de Psicología Jurídica*, 25(1), 75-80. <https://doi.org/10.1016/j.apj.2015.01.003>
- Álvarez-Gayou, J. L. (2003). *Cómo hacer investigación cualitativa. Fundamentos y metodología*. Paidós.
- Aquino, A. E. (2003). Diferencias de género y edad en la inteligencia emocional de un grupo de internautas. (Tesis de licenciatura). Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Ica, Perú. https://www.geocities.ws/intelemol/aquino/dif_genero_edad_ie.html
- Barrio, J. (2017). *La influencia de los medios sociales digitales en el consumo. La función prescriptiva de los medios sociales en la decisión de compra de bebidas refrescantes en España*. (Tesis doctoral). Universidad Complutense de Madrid, Madrid, España. <https://eprints.ucm.es/42339/1/T38702.pdf>
- Castañeda, A. (2018). *Búsqueda de sensaciones e inteligencia emocional en adolescentes. Lambayeque, Perú*. (Tesis de licenciatura) Universidad Señor de Sipán, Lambayeque, Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/6934>
- Chico, E (2000). Búsqueda de sensaciones. *Psicothema*, 12(2), 229-235. <https://www.psicothema.com/pdf/282.pdf>
- Chávez, K. (2022). *Búsqueda de sensaciones y conducta antisocial: Una revisión sistemática*. (Tesis de licenciatura). Universidad Señor de Sipán, Lambayeque, Perú. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/9889/Ch%0c3%0aivez%02o%02oKelly%02oPatricia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Canija-Guedeat, M., & Reyes-Bossio, M. (2021). Experiencia emocional subjetiva en deportistas extremos: Estudio cualitativo. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 21(1), 1-17. <https://psycnet.apa.org/record/2021-69200-001>
- Garrote, G., Medina, M., & Rubio, L. (2019). Influencia de la impulsividad y de la búsqueda de sensaciones en el consumo precoz de cannabis: diferencias de género y orientaciones para la prevención. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 30(1) 27-40. <https://doi.org/10.5944/REOP.VOL.30.NUM.1.2019.25192>

- González, B., Gómez, J., Gras, M., & Planes, M. (2014). Búsqueda de sensaciones y consumo de alcohol: El papel mediador de la percepción de riesgos y beneficios. *Anales de Psicología*, 30(3), 1061-1068. <https://doi.org/10.6018/analesps.30.3.170831>
- Gutiérrez, G. (2019) *El protagonismo de las mujeres líderes y toma de decisiones en la municipalidad de cerro colorado periodo 2018*. (Tesis de pregrado). Universidad Nacional de San Agustín, Arequipa, Perú. <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/e571226a-97f1-47ba-82c8-22dfod86a908/content>
- Gutiérrez, J. (2008). *Dinámica de grupos de discusión. Cuadernos Metodológicos*. Centro de Investigaciones Sociológicas.
- Leira, M. (2012). *Manual de bases biológicas del comportamiento*. Universidad de la República. <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/21091>
- Luengo, M., Otero, J., Romero, E., & Gómez, J. (1996). Efectos de la necesidad de búsqueda de sensaciones sobre la involucración en el consumo de drogas de los adolescentes. *Análisis y Modificación de la Conducta*. 22(86), 683-708.
- Morales, M. (2022). Adolescentes en riesgo: Búsqueda de sensaciones, adicción al internet y procrastinación. *Informes Psicológicos*, 22(1), 43-60. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8357795>
- Palacios, J., & Lea, H. (2020). Comparación de la búsqueda de sensaciones en diferentes niveles de la conducta alimenticia de riesgo en jóvenes. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 10(4), 372-383. <https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2020.4.600>
- Pascual, A., & Conejero, S. (2019). Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias. *Revista Mexicana de Psicología*, 36(1), 74-83. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243058940007>
- Plazas, E. A. (2006). B. F. Skinner: la búsqueda de orden en la conducta voluntaria. *Universitas Psychologica*, 5(2), 371-384. <https://www.redalyc.org/pdf/647/64750213.pdf>
- Padrós, F., Chora, D., & González, F. (2020). Escala Búsqueda de Sensaciones (Forma V) de Zuckerman: Estudio psicométrico en población adolescente mexicana. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 13(3), 127-137. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.13308>
- Ledesma, R., Poó, F., & Peltzer, R. (2007). Búsqueda impulsiva de sensaciones y comportamiento de riesgo en la conducción. *Avaliação Psicológica*, 6(2), 117-125. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712007000200002

- Roberti, J. W. (2004). Una revisión de los correlatos biológicos y conductuales de la búsqueda de sensaciones. *Revista de Investigación en Personalidad*, 38(3), 256-279. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(03\)00067-9](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(03)00067-9)
- Rodríguez-Rey, R., & Cantero-García, M. (2020). Albert Bandura: Impacto en la educación de la teoría cognitiva social del aprendizaje. *Journal of Parents and Teachers*, 384, 72-76. <https://doi.org/10.14422/pym.i384.y2020.o11>
- Sánchez, T., Fernández, P., Montañez, J., & Latorre, J. (2008) ¿Es la inteligencia emocional una cuestión de género? Socialización de las competencias emocionales en hombres y mujeres y sus implicaciones. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 6(2), 455-474. <https://www.redalyc.org/pdf/2931/293121924011.pdf>
- Steinberg, L. (2008). Toma de riesgos en la adolescencia: Nuevas perspectivas desde la ciencia cerebral y del comportamiento. *Direcciones Actuales en Ciencia Psicológica*, 28(1), 78-106. <https://www.yourbrainnonporn.com/es/relevant-research-and-articles-about-the-studies/adolescent-brain/a-social-neuroscience-perspective-on-adolescent-risk-taking-2008/>
- Schmidt, V., Leibovich, N., Molina, F., & Giménez, M. (2015). ¿Puede la búsqueda de sensaciones facilitar la experiencia óptima (fluidez) en la adolescencia? *Anuario de Investigaciones*, 22, 343-350. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=369147944036>
- Zuckerman, M. (1979). *Búsqueda de sensaciones: Más allá del nivel óptimo de excitación*. Lawrence Erlbaum Asociados.
- Zuckerman, M. (1994). *Expresiones conductuales y bases biosociales de la búsqueda de sensaciones*. Cambridge University Press.
- Zuckerman, M., Eysenck, S., & Eysenck, H. (1978) Búsqueda de sensaciones en Inglaterra y Estados Unidos. *Revista de Consultoría y Psicología Clínica*, 46, 139-149. https://hanseysenck.com/wp-content/uploads/2019/12/1978_zuckerman_eysenck_et_al_-_sensation_seeking_in_england_and_america_cross-cultural_age.pdf

Recibido: 3 de mayo de 2024

Revisado: 15 de julio de 2024

Aceptado: 26 de agosto de 2024