

Original

## El sentido en la vida como factor protector de la depresión durante la pandemia del COVID-19: Una perspectiva multidimensional

Elena González-Perpiñá<sup>1</sup>, Pilar Tormo-Irun<sup>3</sup>, Verónica Guillen<sup>1,2</sup>, Sandra Pérez<sup>1</sup>, Jose H. Marco-Salvador<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup> Universidad de Valencia. Facultad de Psicología. Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico, Valencia, España.

<sup>2</sup> Ciber Fisiopatología Obesidad y Nutrición, Madrid, España.

<sup>3</sup> Universidad Internacional de Valencia, España.

### INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

#### Historia del artículo:

Recibido el 25 de enero de 2024

Aceptado el 26 de abril de 2024

#### Palabras clave:

Sentido en la vida

Comprensión

Propósito

Importancia

Depresión

Ruptura de sentido global

COVID-19

### R E S U M E N

La pandemia del COVID-19 tuvo como consecuencia un incremento de los trastornos de ansiedad y depresión. Varios estudios mostraron que el sentido en la vida se mostró como un factor protector de la depresión y la ansiedad durante la pandemia. Sin embargo, hasta la fecha todos los estudios fueron realizados desde una perspectiva unidimensional, sin tener en cuenta el papel diferencial de las tres dimensiones del sentido en la vida: Comprensión, propósito e importancia. Los objetivos del estudio son: a) analizar si la ruptura del sentido global está asociada con depresión; b) analizar si la ruptura del sentido global está asociada con sentido en la vida, y c) analizar cuál de las 3 dimensiones del sentido (comprensión, propósito, importancia) tiene el mayor valor protector en la relación entre la ruptura del sentido global y la depresión. La muestra estaba compuesta por 355 participantes y se emplearon los siguientes cuestionarios: BSI-18, MEMS, GMVS y PIL-10. Se realizaron análisis de moderación. Los resultados indican que: la ruptura del sentido global está positivamente asociada con la depresión; la ruptura de sentido global están baja y negativamente asociado con el sentido en la vida; y finalmente, comprobamos que las dimensiones de propósito (50%), comprensión (49,61%) e importancia (47%) tuvieron un papel amortiguador entre la ruptura de sentido global y la depresión. En conclusión, el sentido en la vida y sus dimensiones amortiguan el impacto de la sintomatología depresiva durante la pandemia del COVID-19.

## The Meaning in Life as a Protective Factor Against Depression During the COVID-19 Pandemic: A Multidimensional Perspective

### A B S T R A C T

The COVID-19 pandemic resulted in an increase in anxiety and depression disorders. Meaning in life was shown to be a protective factor against depression and anxiety during the pandemic. However, to the date, all studies were carried out from a unidimensional perspective, without taking into account the differential role of the three dimensions of meaning in life: Coherence, purpose and importance. The objectives of the study are a) to analyze whether the global meaning violation is associated with depression; b) analyze whether the global meaning violation is associated with meaning in life, and c) analyze which of the dimensions of meaning in life (compression, purpose, importance) has the greatest protective value in the relationship between the global meaning violation and the depression. The sample was made up of 355 participants and the following questionnaires were used: BSI-18, MEMS, GMVS and PIL-10. Moderation analyzes were performed. The results indicate that: global meaning violation is positively associated with depression; global meaning violation are low and negatively associated with meaning in life; We found that purpose (50%), coherence (49.61%) and importance (47%) had a buffering role between the global meaning violation and depression. In conclusion, meaning in life and its dimensions buffer the impact of depressive symptoms during the COVID-19 pandemic.

#### Keywords:

Meaning in life

Coherence

Purpose

Significance

Depression

Global Meaning Violation

COVID-19

\* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: [jose.h.marco@uv.es](mailto:jose.h.marco@uv.es) (J. H. Marco).

## Introducción

La pandemia del COVID-19 y el confinamiento obligatorio ha sido un suceso sobrevenido al que tuvimos que enfrentarnos y que tuvo consecuencia una gran angustia emocional y psicológica (Valenzano et al., 2020). En esta situación sobrevenida la población comenzó a experimentar un aumento de emociones negativas tales como, depresión, ansiedad, irritabilidad o sintomatología de estrés postraumático (Zhang et al., 2022), falta de concentración, así como una disminución de emociones positivas y el nivel de satisfacción con la vida (Brooks et al., 2020). Según Daly y Robinson (2022) durante 2020 se produjo un incremento en los trastornos de ansiedad (27,6%) y depresión (25,6%) principalmente al inicio de la pandemia y en los primeros meses de confinamiento.

Afortunadamente, varios estudios encontraron que, la sintomatología negativa disminuyó en los meses sucesivos, llegando a alcanzar los niveles previos a la pandemia (Aknin et al., 2022). Todo ello nos sugiere que, ante esta situación sobrevenida, hubo factores de protección que amortiguaron los efectos adversos del confinamiento. Numerosos estudios sugieren que el sentido en la vida actuó como un factor mediador y protector de la psicopatología durante la pandemia del COVID-19 y el confinamiento obligatorio (e.g. Boylan et al., 2023).

El sentido en la vida se define como una experiencia en el aquí y ahora, subjetiva, individual y un estado mental del cual se puede informar, pues permite conectar representaciones mentales (de eventos, de relaciones interpersonales y de uno mismo). El sentido en la vida está relacionado con la satisfacción vital, la autorrealización, la percepción positiva de la vida, del futuro y de uno mismo, y con la experiencia de libertad, responsabilidad y autodeterminación (Glaw et al., 2017). Desde el modelo Tripartito del Sentido (Martela y Steger, 2016) se propone que el sentido en la vida se compone de tres dimensiones: la comprensión, es el componente cognitivo del sentido en la vida. El ser humano tiene la necesidad de entender y encontrar patrones, coherencia y significado a los acontecimientos y experiencias de sus vidas. En otras palabras, la persona ha de ser capaz de formarse una representación mental coherente sobre el mundo que da sentido a su experiencia (pasada, presente y futura). La segunda dimensión es el propósito, que es el componente motivacional. Proporciona la direccionalidad (orientada al futuro); son las metas a largo plazo, objetivos por las que las personas sienten pasión y se comprometen. El tercer componente es la importancia existencial y es el componente emocional del sentido en la vida. Se refiere a en qué medida la persona siente que su existencia es importante y valiosa y que, por esto mismo, vale la pena vivir. Por otra parte, sienten que su vida tiene un valor intrínseco y que, si no existieran, el mundo sería diferente, ya que sus acciones hacen una diferencia en el mundo que les rodea.

Existe un amplio consenso en la literatura especializada que sugiere que el sentido en la vida es un factor protector de la psicopatología. Los diferentes estudios demuestran que el sentido en la vida está positivamente asociado a un mejor estado de bienestar, salud física y mental (Sherman et al., 2022), ya que aumenta la autoeficacia y el autocontrol (Schnell y Krampe 2020), reduce la psicopatología de la depresión, ansiedad (Chen et al., 2023), la ideación suicida (Guo et al., 2023), la psicopatología de los trastornos de la conducta alimentaria (Marco et al., 2022), del trastorno límite de la personalidad (Marco et al., 2017) o del estrés postraumático (Kinney et al., 2022).

Un marco adecuado para entender cómo actúa el sentido en la vida como factor protector ante los sucesos sobrevenidos es el Modelo de Elaboración del Sentido (Park, 2010, 2016). Este modelo indica que el sentido global estaría formado por las creencias, tradiciones, cultura, relación, las metas y la sensación subjetiva y

positiva de que todo tiene un sentido (Park, 2010), así pues, cuando una situación sobrevenida que rompe o viola el sentido global de una persona, se ponen en marcha los procesos de elaboración de sentido, de manera que se crea un nuevo sentido vital. Si este nuevo sentido vital es congruente con el sentido global previo, se produce una adaptación al suceso sobrevenido. En el caso contrario, si el sentido vital creado nuevo ante el suceso sobrevenido no es congruente con el sentido global previo se producen una serie de emociones negativas (entre otras, depresión, distrés, vacío, apatía) que pondría en marcha nuevos procesos de elaboración de sentido hasta que se descubre un nuevo sentido vital congruente con el sentido global previo (proceso de acomodación) o por el contrario a través de la experiencia o la psicoterapia se modificaría el sentido global previo generando un nuevo sentido vital global (proceso de adaptación). A pesar de que este modelo ha demostrado su utilidad en personas con trastorno alimentarios (Marco et al., 2021a, 2021b), todavía son necesarios más estudios para comprender el papel protector del sentido en psicopatología ansiosa o depresiva (Park, 2010).

Así pues, una de las hipótesis que surgen del modelo de elaboración de sentido es que la ruptura del sentido global generaría emociones como la depresión. Hasta la fecha solo un estudio ha intentado confirmar esta hipótesis (Milman et al., 2020) encontrando que la ruptura del sentido global explicaba una cuarta parte de la varianza de la depresión. Otra hipótesis del modelo de elaboración de sentido es que la ruptura del sentido global llevaría a una pérdida de sentido en la vida, sin embargo, los estudios que intentan responder a esta pregunta son también escasos (Park, 2016). Finalmente, la hipótesis más general que se desprende del modelo de elaboración de sentido es que el sentido en la vida sería una variable protectora de la psicopatología depresiva. Sin embargo, aunque como hemos visto previamente, esta hipótesis ya ha sido confirmada, hemos de subrayar que, en la mayoría de los estudios, se ha realizado un análisis unidimensional del constructo (Guo et al., 2023), sin analizar qué dimensión del sentido en la vida es la responsable de la protección del estado de ánimo. Descubrir cuál de las dimensiones (comprensión, propósito e importancia) tiene un papel protector o amortiguador de la depresión, nos permitiría mejorar los tratamientos psicológicos que actualmente disponemos para la depresión y su sintomatología.

Teniendo en cuenta lo anterior, los objetivos del estudio fueron: a) analizar si la ruptura del sentido global está asociada con la depresión; b) analizar si la ruptura del sentido global está asociado con sentido en la vida, y c) analizar cuál de las dimensiones del sentido en la vida (comprensión, propósito, e importancia) tiene el mayor valor protector en la relación entre la ruptura del sentido global y la depresión.

Teniendo en cuenta la literatura previamente comentada se hipotetiza que: a) la ruptura del sentido global estará asociada positivamente con depresión, b) la ruptura del sentido global estará asociada negativamente con el sentido en la vida; y c) las tres dimensiones: comprensión, propósito e importancia serán todas variables protectoras de la asociación entre la ruptura del sentido global y depresión.

## Método

### Participantes

La muestra del estudio se compuso de N = 355 participantes con edades comprendidas entre 22 y 66 años (M = 35,55; DT = 6,314). En cuanto al género, n = 248 (69,9%) fueron mujeres. En cuanto a nacionalidad de la muestra el 27,3 % (n= 97) fueron españoles, y el resto 72.7 % (n = 258) fueron americanos o sudamericanos.

Respecto a la situación laboral y nivel de estudios, en el momento de la evaluación de la muestra trabajaban  $n = 351$  (98,9%), tenía estudios secundarios  $n = 1$  (0,3%), estudios superiores  $n = 83$  (23,4%) y postgrado  $n = 271$  (76,3%). En cuanto a los datos de salud,  $n = 324$  (91,3%) no informó de ningún trastorno mental diagnosticado, ni tampoco de problemas de salud  $n = 324$  (91,1%), entre ellos tener el COVID-19  $n = 313$  (88,2%). Tampoco habían recibido ningún tratamiento psicológico/psiquiátrico  $n = 352$  (99,2%) ni tomaban medicación  $n = 334$  (94,1%). Por otra parte,  $n = 186$  (52,4%) tenía hijos. Respecto al estado civil,  $n = 68$  (19,2) eran solteros/divorciados,  $n = 21$  (5,9%) viudos/as y  $n = 266$  (74,9%) casados o en pareja.

Los criterios de inclusión para el estudio fueron: tener más de 18 años, ser hispanoparlante y vivir en un país en el que se hubiera impuesto la medida del confinamiento. Por otra parte, el estudio fue aprobado por el comité ético de la Universitat de Valencia.

La recogida de la muestra se realizó a través de una encuesta online creada ad hoc por el equipo de investigación. Para ello se empleó la técnica de bola de Nieve (*snowball*). El procedimiento para recoger la muestra fue el siguiente. El equipo investigador compartió la encuesta con sus compañeros, y alumnos de los grados y másteres en los que impartían docencia. Estos contactos se comprometieron a conseguir cada uno 5 personas a las que les propusieron participar en la investigación. Uno de los investigadores participaba en un máster con alumnado procedente de estados unidos, otro de países sudamericanos y el otro de alumnado español. El protocolo de evaluación estuvo en activo durante un año. Empezó en mayo del 2020 y acabó en mayo del 2021. La participación fue totalmente voluntaria y no recibieron ninguna compensación. Antes de participar en el estudio se les pidió que leyeran una hoja de información sobre el estudio y, en el caso de aceptar, rubricaran el consentimiento informado.

### Cuestionarios y medidas

'Inventario breve de síntomas' (*The Brief Symptom Inventory-18*, BSI-18; Derogatis, 2000) para medir la angustia psicológica en los últimos 7 días. Se puntúa mediante una escala Likert de 5 puntos (0 = en absoluto; 4 = extremadamente) y está formado por 3 escalas: Somatización (6 ítems), Depresión (6 ítems) y Ansiedad (6 ítems). Sin embargo, para el estudio solamente se empleó la escala de Depresión. Dicha escala evalúa los síntomas de desafección y estado de ánimo disfórico, así como autodesprecio, anhedonia, desesperanza e ideación suicida. Se utilizó la validación española realizada por Andreu y colaboradores (2008). En cuanto a la consistencia interna obtenida en el presente estudio se ha mostrado adecuada con un coeficiente  $\alpha = 0,96$ .

'La Escala Multidimensional del Sentido Existencial' (*The Multidimensional Existential Meaning Scale*, MEMS; George y Park, 2017) evalúa las dimensiones del sentido en la vida mediante una escala tipo Likert de 7 puntos (1 = muy en desacuerdo; 7 = muy de acuerdo). Dichas dimensiones son: comprensión (5 ítems), propósito (5 ítems) e importancia (5 ítems). Se utilizó la versión española (Marco et al., 2022). Mostró una adecuada consistencia interna en nuestra muestra,  $\alpha = 0,91$  en la subescala de Comprensión,  $\alpha = 0,91$  en la subescala de Propósito y  $\alpha = 0,96$  en la escala de Importancia.

'Escala de Ruptura del Sentido Global' (*Global Meaning Violation Scale*, GMVS; Park et al., 2016) y es un instrumento basado en el MMM (Park 2010, 2016). Está formado por 3 escalas tipo Likert de 7 puntos (0 = nada cierto; 6 = totalmente cierto): ruptura intrínseca de los objetivos (5 ítems), ruptura de sentido global (5 ítems) y ruptura de objetivos extrínsecos (3 ítems). Sin embargo, para el estudio, solo se empleó la escala de ruptura de Sentido Global, la cual hace referencia a creencias tales como seguridad y la justicia. Al no haber

una versión validada en español se ha utilizado una versión traducida experimental ad-hoc para este estudio, la cual se está validando en estudios paralelos a este. En cuanto a la consistencia interna obtenida en el presente estudio se ha mostrado adecuada con un coeficiente  $\alpha = 0,81$ .

'Propósito en la vida-10' (*Purpose in Life-10*, PIL-10; Crumbaugh y Maholick, 1969). Es un instrumento que mide el sentido en la vida. Se compone de dos escalas de tipo Likert de 7 puntos (1 = muy en desacuerdo; 7 = muy de acuerdo): sentido y satisfacción (5 ítems) y metas vitales (5 ítems). La puntuación de cada subescala se computa con el sumatorio de cada uno de los ítems, a mayor puntuación mayor sentido y satisfacción, y mayores metas vitales. Se empleó la versión y adaptación española realizada por García-Alandete y colaboradores (2013). En cuanto a la consistencia interna obtenida en el presente estudio se ha mostrado una adecuada con un coeficiente  $\alpha = 0,94$ .

### Procedimiento y Análisis estadístico

Previamente a la recogida de la muestra se calculó el tamaño muestral ( $N = 300$ ) para que proporcionara una potencia adecuada y así detectar correlaciones significativas de 0,31 ( $\alpha = 0,05$ ,  $1-\beta = 0,80$ ) a 0,37 ( $\alpha = 0,01$ ,  $1-\beta = 0,80$ ) o superior (Glantz, 2006). Para registrar los valores del tamaño de la muestra y la potencia estadística se empleó el G-Power. Se realizaron análisis de correlación de Pearson para medir las asociaciones y un análisis de moderación utilizando la macro PROCESS para SPSS28 (Hayes, 2012). Los tamaños del efecto de las correlaciones fueron interpretados siguiendo los puntos de corte propuestos por Cohen (1988). Finalmente, el análisis de las variables del presente estudio se realizó utilizando el programa estadístico SPSS V.28.

### Resultados

Como podemos ver en la [Tabla 1](#), sentido en la vida se correlacionó alta y positivamente con comprensión, propósito e importancia, moderada y negativamente con depresión, y bajo y negativamente con ruptura del sentido global. Ruptura del sentido global se relacionó alta y positivamente con depresión y baja y negativamente con comprensión y propósito, pero no con importancia. En el caso de las variables del sentido en la vida, se encontró que comprensión, propósito e importancia se relacionaban alta y positivamente entre ellas. comprensión, propósito se asociaron moderada y negativamente con depresión. Finalmente, importancia se relacionó baja y negativamente con depresión (véase [Tabla 1](#)).

En el análisis de moderación encontramos que la dimensión comprensión (MEMS) resultó ser una variable moderadora entre ruptura del sentido global (GMVS) y depresión (BIS-18) ( $F_{(3,310)} = 101,71$ ,  $p < 0,001$ ), explicando el 49,61% de la varianza de depresión ( $R^2 = 0,4961$ ). Una vez controlada ruptura del sentido global, la variable comprensión predijo depresión por ella misma. Además, cuando interaccionó con ruptura del sentido global se demostró el impacto moderador de comprensión entre ruptura del sentido global y depresión (véase [Tabla 2](#)). En la [Figura 1](#) podemos ver que los participantes con altos niveles de comprensión, a pesar del incremento de las puntuaciones de ruptura del sentido global, los aumentos en depresión fueron más pequeños en comparación con los participantes con baja comprensión (véase [Figura 1](#)).

En cuanto a la variable propósito (MEMS), fue una variable moderadora entre ruptura del sentido global (GMVS) y depresión (BIS-18) ( $F_{(3,310)} = 103,64$ ,  $p < 0,001$ ), explicando el 50% de la varianza de depresión ( $R^2 = 0,50$ ). Una vez controlada ruptura del sentido global, la variable propósito predijo depresión por ella misma. Además, cuando

**Tabla 1**  
Media, desviación típica y correlaciones de Pearson entre las variables

	Media (DT)	2	3	4	5	6
1.Sentido en la vida	53.93(10.72)	-0,20*	0,87*	0,87**	0,78**	-0,42**
2.RSG	17.38 (6.1)		-0,18**	-0,23**	0,02	0,62**
3.Comprensión	28.4 (5.54)			0,98**	0,89**	-0,43**
4.Propósito	30.12 (5.15)				0,85**	-0,47**
5.Importancia	26.45 (7.4)					-0,24**
6.Depresión	7.78 (5.89)					

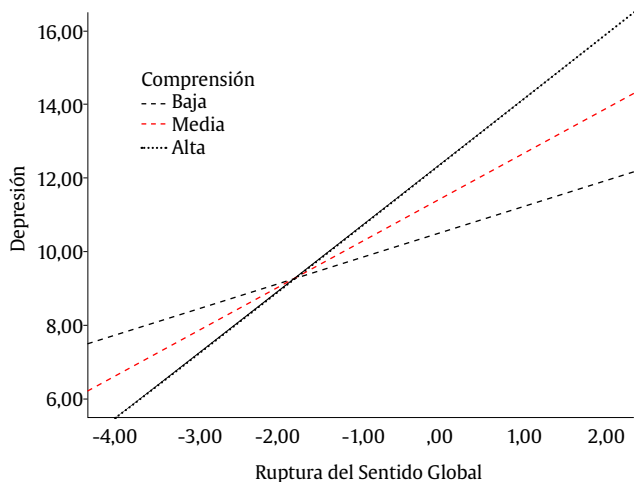
Nota. RSG = Ruptura del sentido global. DT: Desviación típica.  
\* $p < 0,05$ . \*\* $p < 0,01$ .

**Tabla 2**  
Estadísticos del efecto moderador de la variable Comprensión en la asociación entre Depresión y la Ruptura del sentido global.

Variable	B	Error Estándar	t	p
1.Constante	11,455	0,207	55,136	0,001
2.RSG	1,229	0,097	12,58	0,001
3.Comprensión	-0,186	0,041	-4,544	0,001
4. Comprensión x RSG	-0,100	0,0202	-4,992	0,001

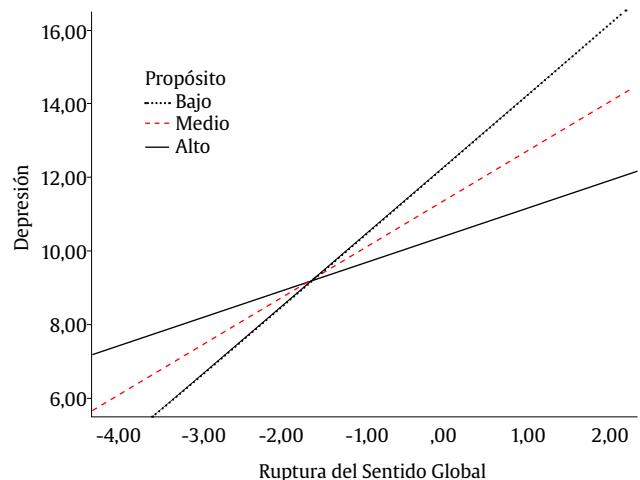
Nota RSG = Ruptura del sentido global. DT: Desviación típica.

propósito interaccionó con ruptura del sentido global se demostró el impacto moderador de propósito entre ruptura del sentido global y represión (véase [Tabla 3](#)). En la [Figura 2](#) podemos ver que, a pesar del incremento de las puntuaciones de ruptura del sentido global, los aumentos en depresión fueron más pequeños en comparación con los participantes con bajo propósito (véase [Figura 2](#)).



**Figura 1.** La dimensión comprensión modera la asociación entre la Ruptura del sentido global y la Depresión.

Por último, en la [Tabla 4](#) se observa que la variable importancia (MEMS) fue una dimensión moderadora entre ruptura del sentido global (GMVS) y depresión (BIS) ( $F_{(3,310)} = 90,96, p < 0,001$ ), explicando el 47% de la varianza de depresión ( $R^2 = .47$ ). Una vez controlada ruptura del sentido global, la variable importancia predijo depresión por ella misma. Además, cuando interaccionó con ruptura del sentido global se demostró el impacto moderador de importancia entre ruptura del sentido global y depresión (véase [Tabla 4](#)). En la [Figura 3](#) se puede ver que los participantes con altos niveles de importancia, a pesar del incremento de las puntuaciones de ruptura del sentido global, los aumentos en depresión fueron más pequeños en comparación con los participantes con baja importancia (véase [Figura 3](#)).



**Figura 2.** La dimensión propósito modera la asociación entre la Ruptura del sentido global y la Depresión.

**Tabla 3**  
Efecto moderador de la variable Propósito en la asociación entre Depresión y la Ruptura del sentido global.

Variable	B	Error Estándar	t	p
1.Constante	11,333	0,215	52,582	0,001
2.RSG	1,316	0,115	11,3967	0,001
3.Propósito	-0,182	0,040	-4,463	0,001
4. Propósito x RSG	-0,108	0,0215	-5,017	0,001

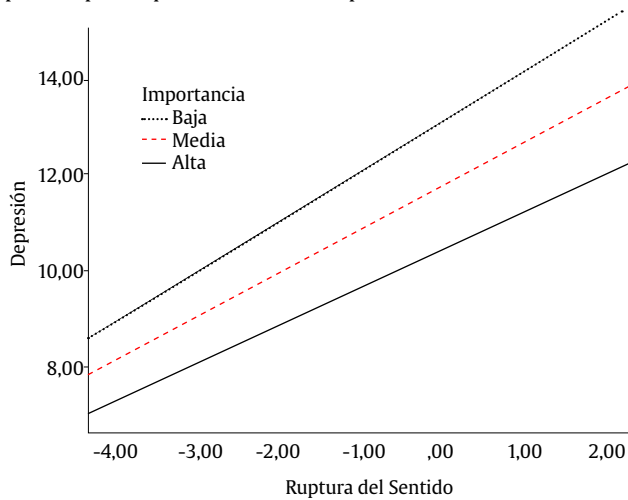
Nota. RSG = Ruptura del sentido global. DT: Desviación típica.

**Discusión/Conclusiones**

Los objetivos del estudio fueron: a) analizar si la ruptura del sentido global está asociada con la depresión; b) analizar si la ruptura del sentido global está asociada con sentido en la vida, y c) analizar cuál de las dimensiones del sentido en la vida (comprensión, propósito, importancia) tiene el mayor valor protector en la relación entre la ruptura del sentido global y la depresión.

En cuanto al primer objetivo, encontramos que la ruptura del sentido global está alta y positivamente asociada con depresión.

Nuestros resultados, apoyan los estudios realizados por Milman y colaboradores (2020) quienes encontraron que la ruptura de esquemas explicaba una cuarta parte de la varianza de la depresión y de la ansiedad. Por tanto, los datos sugieren que la ruptura de esquemas llevados a cabo durante situaciones traumáticas (en este caso fue la pandemia del COVID-19) pueden ser una causa de la sintomatología depresiva, por lo que se confirmó la hipótesis 1.



**Figura 3.** La dimensión importancia modera la asociación entre la Ruptura del sentido global y la Depresión.

**Tabla 4**  
Efecto moderador de la variable Importancia en la asociación entre Depresión y la Ruptura del sentido global.

Variable	B	Error Estándar	t	p
1.Constante	11,739	0,203	57,615	0,001
2.RSG	0,922	0,064	14,388	0,001
3.Importancia	-0,317	0,047	-6,694	0,001
4. Importancia x RSG	-0,031	0,015	-2,037	0,001

Nota. RSG = Ruptura del sentido global. DT: Desviación típica.

Con respecto al segundo objetivo, averiguar si la ruptura del sentido global se asocia con el sentido en la vida, los datos mostraron que ruptura del sentido global estaba baja y negativamente relacionada con el sentido en la vida. En cuanto a las dimensiones, se encontró que estaba baja y negativamente relacionada con propósito y con comprensión, sin embargo, con la dimensión importancia no estuvo relacionada. Como se indicó en la hipótesis 2, se esperaba que hubiese una relación negativa, ya que según el Modelo de Elaboración de Sentido (Park, 2010, 2016) los sucesos traumáticos pueden cambiar el sentido global, el cual incluye las creencias, objetivos y el sentido en la vida. En este caso, la pandemia del COVID-19 habría provocado que las personas se tengan que cuestionar y abandonar los esquemas de comprensión del mundo que hasta el momento eran firmes y coherentes, así como de los propósitos con los que estaban comprometidos. Por ende, es probable que la ausencia de relación de la variable importancia se deba a que los procesos de creación de sentido son mayoritariamente cognitivos (lo que correspondería con comprensión) y motivacionales (lo que correspondería con propósito) y no valorativos (lo que correspondería con importancia) (Park, 2010). De hecho, Sherman y colaboradores (2022) encontró que las personas que presentaban altos niveles de sentido global eran capaces de amortiguar los efectos adversos debido a que habían conservado un sentido de compromiso y propósito más amplio. Así pues, la hipótesis 2 ha sido parcialmente confirmada.

Respecto al tercer objetivo, se encontró que las dimensiones comprensión, propósito e importancia moderaron la relación entre la ruptura del sentido global y depresión. Los resultados indican que las diferentes dimensiones del sentido en la vida son capaces de amortiguar el proceso del desarrollo de depresión cuando hay una ruptura del sentido global. Asimismo, se encontró que las dimensiones llegan a explicar la mitad de la varianza de depresión, concretamente en orden de mayor a menor fueron propósito explicó el 50%, comprensión explicó el 49,61% e importancia explicó el 47%. Estos resultados confirman lo hallado por otros investigadores sobre el papel amortiguador del sentido en la vida y la psicopatología, por ejemplo, con ideación suicida (Guo et al., 2023), ansiedad (Chen et al., 2023), trastornos de la conducta alimentaria (Marco et al., 2022) estrés postraumático (Sherman et al., 2022) o trastorno límite de la personalidad (Marco et al., 2017). Sin embargo, el presente estudio, hasta donde llega nuestro conocimiento, es el primero que ha tenido en cuenta el estudio multidimensional del sentido en la vida como factor protector de la sintomatología depresiva. La hipótesis tercera fue confirmada.

El presente trabajo tiene limitaciones por lo que los resultados hay que considerarlos como preliminares. En cuanto a las limitaciones del presente estudio hay que indicar que no es un estudio longitudinal sino transversal, lo cual no nos permite hablar de causalidad en las relaciones ni de direccionalidad. Hemos de subrayar que la correlación entre comprensión y propósito fue muy alta, lo que nos indica que podrían estar midiendo el mismo constructo y no podemos asegurar que son dos dimensiones diferentes. En la validación española del MEMS (Marco et al., 2022) se encontró una relación también muy alta entre las dos subescalas, lo que nos sugiere que, aunque son dos subescalas diferentes puede que estén solapadas. Así pues, sería necesario confirmar la estructura factorial y la invarianza del MEMS en nuestros datos, sin embargo, con nuestro tamaño muestral no sería posible. Otra limitación importante es que la muestra estaba compuesta por participantes de diferentes países que realizaron estrategias gubernamentales de afrontamiento de la pandemia muy diferentes, en tiempo y en intensidad. Sin embargo, en el presente trabajo no lo hemos analizado ya que es un objetivo que se escapa a los objetivos originales del estudio, por lo que lo consideramos una posible limitación el no poder saber si hay variables como el tipo de respuesta que se dio a la pandemia de la COVID-19 que podría influir en los resultados. Así pues, en futuros estudios es necesario analizar si hay variables sociodemográficas que influyeron diferencialmente en los factores de protección en los diversos países (por ej. España, Estados Unidos y otros países latinoamericanos). En cuanto a los criterios de exclusión, no se pudo confirmar mediante entrevistas clínicas si los participantes padecían de una enfermedad mental, sino que sólo obtuvimos su propia respuesta y criterio. Además, al utilizar el procedimiento 'bola de nieve' para la recogida de muestra hubo una falta de control sobre cómo se constituía la muestra, lo cual no garantizaba la representatividad ni el grado de precisión de la encuesta (Alloatti, 2014). Finalmente, hemos de subrayar que en este estudio hemos realizado análisis de regresiones, somos conscientes de que hubiera sido mejor utilizar un path análisis o un análisis de ecuaciones estructurales para confirmar el rol moderador de las diferentes dimensiones del sentido en la depresión durante la pandemia. Sin embargo, la muestra no era suficiente para realizar este tipo de análisis, por lo que en futuros estudios es necesario replicar estos análisis con una muestra mayor utilizando estrategias estadísticas más robustas como por ejemplo las ecuaciones estructurales.

Los resultados de este trabajo tienen implicaciones para la evaluación la prevención y el tratamiento de la depresión. Por una parte, subrayan la importancia de evaluar el constructo del Sentido en la vida en personas con sintomatología depresiva (Chen et al., 2023).

Además, trabajar en la construcción de un sentido vital en personas en momentos de transición o de cambios vitales podría ser una adecuada estrategia de prevención de la depresión (Marco et al., 2022). Finalmente, teniendo en cuenta estos resultados, se podría estudiar si el añadir un componente de intervención centrado en mejorar las dimensiones de sentido en la vida podría incrementar la eficacia de los tratamientos basados en la evidencia para la depresión, como son la Terapia Cognitivo-Comportamental, la Terapia de Activación Conductual, la Terapia Interpersonal, la Terapia de Reminiscencia, o la Terapia Dialéctica Comportamental (Cuijpers et al., 2023).

En conclusión, este es un paso más al estudio del sentido en la vida como factor protector de la sintomatología depresiva. Nuestros resultados indican que la ruptura del sentido global está positivamente asociada con la depresión y baja y negativamente con sentido en la vida. Finalmente, hemos comprobado que las tres dimensiones (compresión, propósito e importancia) son variables que juegan un papel amortiguador entre la ruptura de esquemas y la depresión. Todo ello nos sugiere que el sentido en la vida es una variable protectora de la psicopatología, concretamente de la depresión (Chen et al., 2023).

## Referencias

- Aknin, L. B., de Neve, J. E., Dunn, E. W., Fancourt, D. E., Goldberg, E., Helliwell, J. F., Jones, S. P., Karam, E., Layard, R., Lyubomirsky, S., Rzepa, A., Saxena, S., Thornton, E. M., VanderWeele, T. J., Whillans, A. V., Zaki, J., Karadag, O., y Ben-Amor, Y. (2022). Mental Health During the First Year of the COVID-19 Pandemic: A Review and Recommendations for Moving Forward. *Perspectives on Psychological Science*, 17(4), 915–936. <https://doi.org/10.1177/1745691621102996>
- Alloati, M. N. (2014). Una discusión sobre la técnica de bola de nieve a partir de la experiencia de investigación en migraciones internacionales. *IV Encuentro Latinoamericano de Metodología de las Ciencias Sociales*. American Psychological Association. (2023). APA Dictionary of Psychology. APA Dictionary of Psychology.
- Andreu, Y., Galdón, M. J., Dura, E., Ferrando, M., Murgui, S., García, A., Ibáñez, E. (2008). Psychometric properties of the Brief Symptoms Inventory-18 (BSI-18) in a Spanish sample of outpatients with psychiatric disorders. *Psicothema*, 20(4), 844–850.
- Appel, J. E., Park, C. L., Wortmann, J. H., Schie, H. T. (2019). Meaning violations, religious/spiritual struggles, and meaning in life in the face of stressful life events. *International Journal for the Psychology of Religion*, 20(30), 1–17. <https://doi.org/10.1080/10508619.2019.1611127>
- Boylan, J. M., Vagnini, K. M., Rush, C. L., Larson, E. K., Adams, M., Wilson, C. L., Shaffer, J. A., y Masters, K. S. (2023). Meaning Salience and Meaning in Life Prospectively Predict Lower Distress During the COVID-19 Pandemic. *Annals of behavioral medicine: a publication of the Society of Behavioral Medicine*. <https://doi.org/10.1093/abm/kaac079>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., y Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395, 912–920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Chen, S., y Bonanno, G. A. (2020). Psychological adjustment during the global outbreak of COVID-19: A resilience perspective. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12, 51–54. <https://doi.org/10.1037/tra0000685>
- Chen, E. M., Chan, B. K. K., y Lee, A. T. C. (2023). Meaning in Life and Depression in Low-Income Families in Hong Kong during the COVID-19 Pandemic. *East Asian archives of psychiatry: official journal of the Hong Kong College of Psychiatrists*, 33(1), 15–20. <https://doi.org/10.12809/eaap2244>
- Chen, Q., Wang, X. Q., He, X. X., Ji, L. J., Liu, M. fan, y Ye, B. Juan. (2021). The relationship between search for meaning in life and symptoms of depression and anxiety: Key roles of the presence of meaning in life and life events among Chinese adolescents. *Journal of Affective Disorders*, 282, 545–553.
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*. Second Edition. Hillsdale, NJ: LEA.
- Cuijpers, P., Miguel, C., Harrer, M., Plessen, C. Y., Ciharova, M., Ebert, D., y Karyotaki, E. (2023). Cognitive behavior therapy vs. control conditions, other psychotherapies, pharmacotherapies and combined treatment for depression: a comprehensive meta-analysis including 409 trials with 52,702 patients. *World Psychiatry*, 22(1), 105–115.
- Daly, M., y Robinson, E. (2022). Depression and anxiety during COVID-19. *Lancet (London, England)*, 399(10324), 518. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(22\)00187-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(22)00187-8)
- Derogatis, L. R. (2000). Brief Symptom Inventory-18 (BSI-18) [Database record]. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t07502-000>
- García-Alandete, J., Rosa, E. y Sellés, P. (2013). Estructura factorial y consistencia interna de una versión española del Purpose-In-Life Test. *Universitas Psychologica*, 12(2), 517–530.
- George, L.S., Park, C.L. (2017). The multidimensional existential meaning scale: a tripartite approach to measuring meaning in life. *J Posit Psychol*, 12, 613–27. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1209546>
- Glantz, A. G. (2006). ¿Qué representa en realidad 'no significativo'? *Bioestadística*. (6ª ed., pp. 179–219). McGraw-Hill Interamericana
- Glaw, X., Kable, A., Hazelton, M., y Inder, K. (2017). Meaning in Life and Meaning of Life in Mental Health Care: An Integrative Literature Review. In *Issues in Mental Health Nursing*, 38(3), 243–252. <https://doi.org/10.1080/01612840.2016.1253804>
- Guo, Z., Yang, T., He, Y., Tian, W., Wang, C., Zhang, Y., Liu, J., Liu, X., Zhu, X., y Wu, S. (2023). The Relationships Between Suicidal Ideation, Meaning in Life, and Affect: a Network Analysis. *International journal of mental health and addiction*, 1–20. <https://doi.org/10.1007/s11469-023-01019-9>
- Hayes, A.F. (2012). PROCESS: A Versatile Computational Tool for Observed Variable Mediation, Moderation, and Conditional Process Modeling. [www.afhayes.com/public/process2012.pdf](http://www.afhayes.com/public/process2012.pdf)
- Kinney, A. R., Schmid, A. A., Henry, K. L., Coatsworth, J. D., y Eakman, A. M. (2022). Protective factors that mitigate the indirect risk of combat exposure upon meaning in life: A longitudinal study of student veterans. *Psychological trauma: theory, research, practice and policy*, 14(5), 795–804. <https://doi.org/10.1037/tra0000512>
- Lin, L. (2021). Longitudinal associations of meaning in life and psychosocial adjustment to the COVID-19 outbreak in China. *British Journal of Health Psychology*, 26(2), 525–534. <https://doi.org/10.1111/bjhp.12492>
- Marco, J. H., García-Alandete, J., Pérez, S., Guillen, V., Jorquera, M., Espallargas, P., y Botella, C. (2015). Meaning in life and non-suicidal self-injury: A follow-up study with participants with Borderline Personality Disorder. *Psychiatry research*, 230(2), 561–566. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2015.10.004>
- Marco, J. H., Cañabate, M., Pérez, S., y Llorca, G. (2017). Associations Among Meaning in Life, Body Image, Psychopathology, and Suicide Ideation in Spanish Participants With Eating Disorders. *Journal of clinical psychology*, 73(12), 1768–1781. <https://doi.org/10.1002/jclp.22481>
- Marco, J. H., Pérez, S., García-Alandete, J., y Moliner, R. (2017). Meaning in Life in People with Borderline Personality Disorder. *Clinical psychology & psychotherapy*, 24(1), 162–170. <https://doi.org/10.1002/cpp.1991>
- Marco, J. H., Cañabate, M., Martínez, C., Baños, R. M., Guillen, V., y Perez, S. (2021). Meaning in Life Mediates Between Emotional Deregulation and Eating Disorders Psychopathology: A Research From the Meaning-Making Model of Eating Disorders. *Frontiers in psychology*, 12, 635742. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.635742>
- Marco, J. H., García-Alandete, J., Pérez Rodríguez, S., Guillén, V., Baños, R. M., y Tormo-Irun, M. P. (2022). Spanish Validation of the Multidimensional Existential Meaning Scale: Which Dimension of Meaning in Life Is More Associated With Psychopathology in People With Mental Disorders. *Frontiers in Psychiatry*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.832934>
- Marco, J. H., Cañabate, M., Martínez, C., Baños, R. M., Guillen, V., y Perez, S. (2022). Corrigendum: Meaning in Life Mediates Between Emotional Deregulation and Eating Disorders Psychopathology: A Research From the Meaning-Making Model of Eating Disorders. *Frontiers in psychology*, 13, 849–974. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.849974>
- Martela, F., y Steger, M. F. (2016). The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *Journal of Positive Psychology*, 11(5), 531–545. <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1137623>
- Milman, E., Lee, S. A., Neimeyer, R. A., Mathis, A. A., y Jobe, M. C. (2020). Modeling pandemic depression and anxiety: The mediational role of core beliefs and meaning making. *Journal of affective disorders reports*, 2, 100–023. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2020.100023>
- Park, C. L. (2010). Making Sense of the Meaning Literature: An Integrative Review of Meaning Making and Its Effects on Adjustment to Stressful Life Events. *Psychological Bulletin*, 136(2), 257–301. <https://doi.org/10.1037/a0018301>
- Park, C. L. (2016). Meaning Making in the Context of Disasters. In *Journal of Clinical Psychology*, 72(12), 1234–1246. <https://doi.org/10.1002/jclp.22270>
- Schnell, T., y Krampe, H. (2020). Meaning in Life and Self-Control Buffer Stress in Times of COVID-19: Moderating and Mediating Effects With Regard to Mental Distress. *Frontiers in Psychiatry*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.582352>
- Sherman, A. C., Williams, M. L., Amick, B. C., Hudson, T. J., Messias, E. L., y Simonton-Atchley, S. (2022). Adjustment to the COVID-19 pandemic: associations with global and situational meaning. *Current psychology (New Brunswick, N.J.)*, 1–16. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03354-x>

- Sun, F. K., Wu, M. K., Yao, Y., Chiang, C. Y., y Lu, C. Y. (2022). Meaning in life as a mediator of the associations among depression, hopelessness and suicidal ideation: A path analysis. *Journal of psychiatric and mental health nursing*, 29(1), 57–66. <https://doi.org/10.1111/jpm.12739>
- Valenzano, A., Scarinci, A., Monda, V., Sessa, F., Messina, A., Monda, M., Precenzano, F., Mollica, M. P., Carotenuto, M., Messina, G., y Cibelli, G. (2020). The social brain and emotional contagion: Covid-19 effects. In *Medicina (Lithuania)*, 56(12), 1–10. <https://doi.org/10.3390/medicina56120640>
- Zhang, S. X., Batra, K., Liu, T., Liu, T., Dong, R. K., Xu, W., Yin, A., y Chen, J. (2021). Meta-analytical evidence on mental disorder symptoms during the COVID-19 pandemic in Latin America. Available at SSRN: <https://ssrn.com/abstract=3858820> or <https://doi.org/10.2139/ssrn.3858820>
- Zhang, S. X., y Chen, J. (2021). Scientific evidence on mental health in key regions under the COVID-19 pandemic—meta-analytical evidence from Africa, Asia, China, Eastern Europe, Latin America, South Asia, Southeast Asia, and Spain. *European Journal of Psychotraumatology*, 12(1). <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.2001192>
- Zhang, S. X., Chen, R. Z., Xu, W., Yin, A., Dong, R. K., Chen, B. Z., Delios, A. Y., Miller, S., McIntyre, R. S., Ye, W., y Wan, X. (2022). A Systematic Review and Meta-Analysis of Symptoms of Anxiety, Depression, and Insomnia in Spain in the COVID-19 Crisis. In *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(2). <https://doi.org/10.3390/ijerph19021018>