**Titulo**: Aportes de la gaudibilidad y su utilidad en el enfrentamiento a las adicciones.

**Autora**: Lic. Dorta Martínez, Osmara. Centro de Deshabituación del Adolescente. Dpto. Psicología. La Habana. Cuba. [osmaradorta@nauta.cu](mailto:osmaradorta@nauta.cu)

**Co-autor**: Dr.C. Fabelo Roche, Justo Reinaldo. CEDRO. Dpto. de Investigaciones en Adicciones. Universidad Ciencias Medicas de La Habana. La Habana. Cuba. [fabelo@infomed.sld.cu](mailto:fabelo@infomed.sld.cu)

**Co-autor**: MSc. Céspedes Lantigua, Elizabeth. Especialista de Primer Grado en MGI; Especialista de Primer Grado en Psiquiatría. Centro de Deshabituación del Adolescente. Dpto. Psiquiatría. La Habana. Cuba. [elizabeth.ceslan@gmail.com](mailto:elizabeth.ceslan@gmail.com)

**Resumen**

**Introducción:** Desde los albores de la Psicología como ciencia, se han investigado más los trastornos o déficit que las situaciones positivas o de bienestar. La gaudibilidad es el conjunto de moduladores que regulan el disfrute que las personas experimentan. La drogodependencia se ha convertido en un grave problema no solo internacionalmente, sino a nivel nacional. El objetivo del presente trabajo es explorar los aportes de la Gaudibilidad y su utilidad en el enfrentamiento a las adicciones.

**Método:** Se realizó una búsqueda de artículos (en español e inglés) en las bases de datos PsycInfo y Google Académico centrada en la exploración de conceptos clave como Gaudibilidad, “Gaudiebility” y Adicciones, “Addictions”.

**Resultados:** la gaudibilidad es susceptible de ser modificada, podría influir favorablemente en la evolución de los pacientes que se encuentran en proceso terapéutico por drogodependencia. Los moduladores de la Gaudibilidad forman parte de las actividades terapéuticas que se desarrollan en las comunidades terapéuticas para adictos, que van encaminadas a mejorar sus habilidades, a crear competencias para lograr la abstinencia o la reducción del consumo y a enseñarles un estilo de vida diferente, que les permita la reinserción social y evitar nuevas recaídas.

**Conclusiones:** la Gaudibilidad tiene un amplio espectro en su uso, ya que, la capacidad de experimentar disfrute es una de las fortalezas de mayor trascendencia en el enfrentamiento de las situaciones difíciles. Ello legitimiza la posibilidad de intervenir y modificar los principales moduladores de disfrute en los adictos.

**Palabras clave**: Adicciones; Gaudibilidad; moduladores de disfrute.

1. **Introducción**

Desde los albores de la Psicología como ciencia, se asocia más al estudio de los trastornos o déficit, que con las situaciones de agrado o positivas. Solo en los últimos años, bajo el nombre de Psicología Positiva, se ha profundizado en el estudio y promoción del bienestar.

Dentro de esta Psicología positiva, hace dos décadas, en la tesis doctoral de Padrós (1) propone un nuevo concepto, la gaudibilidad. El nombre proviene del latín, gaudiere que significa disfrutar y la terminación bilidad, indica cualidad o virtud (en términos aristotélicos) de modo que podría concebirse como virtud de poder disfrutar. (2)

Padrós expone que, la gaudibilidad es el conjunto de moduladores que regulan el disfrute que las personas experimentan, lo cual repercute en el bienestar y la calidad de vida de las personas. La gaudibilidad es un constructo que incluye habilidades, creencias, estilos cognitivos y estilos de vida. Comprende, por lo tanto, el sentido del humor, la capacidad de concentración, la amplitud de intereses, la capacidad para plantearse retos, la confianza en sí mismo y otras características que hacen que una persona disfrute más que otras en las mismas situaciones. (1)

De manera que a mayor nivel de gaudibilidad mayor probabilidad de presentar mayores niveles de bienestar subjetivo y de calidad de vida. Dichos conceptos generalmente implican emociones positivas. (1)

La gaudibilidad constituye un constructo que engloba todos aquellos procesos que median entre el estímulo y el disfrute que las personas experimentan, es decir, el conjunto de moduladores que regulan las sensaciones subjetivas de vivir experiencias gratificantes en mayor o menor grado de intensidad, en mayor o menor número de situaciones, y durante periodos de tiempos más o menos prolongados.(3)

Las personas que están recibiendo tratamiento por drogodependencia parecen exponerse con menor frecuencia a los reforzadores positivos potenciales, pero no se observan diferencias en cuanto a la intensidad o potencial atribuido a dichos reforzadores, según el trabajo de Van Etten, Higgins, Budney & Badger(4).Es razonable pensar, que las personas con menor gaudibilidad tengan mayor riesgo de padecer una drogodependencia, debido a que el hecho de carecer de recursos para obtener refuerzos puede predisponer a obtener bienestar de forma fácil y directa, sin necesidad de moduladores haciendo un mayor uso y abuso de drogas.

Por otro lado, un uso frecuente de drogas puede repercutir negativamente sobre los moduladores del disfrute, atrofiando algunas de las habilidades y favoreciendo la adquisición y/o mantenimiento de creencias y estilos de vida que interfieren en el disfrute experimentado.(1)

En el contexto actual, la drogodependencia se ha convertido en un gran problema no solo a nivel internacional, el último Informe Mundial de Drogas (2020) de la Oficina de Naciones Unidas contra las Drogas y el Delito (UNODC), plantea que, el consumo de drogas en todo el mundo ha ido en aumento, tanto en términos de cifras generales como de proporción de la población mundial que consume drogas. En 2009, los 210 millones de usuarios estimados representaron el 4,8% de la población mundial de entre 15 y 64 años, en comparación con los 269 millones de usuarios estimados en 2018, o el 5,3% de la población.(5) En Cuba este fenómeno también ocurre, como lo argumenta la Dra. C. Aleida Herrera Batista y colaboradores en su estudio realizado en la Clínica de Deshabituación del Adolescente en Playa, con una muestra de 43 pacientes, obteniendo como resultado que, el grupo más numeroso de adictos tenían entre 20 y 25 años y que el inicio del consumo fue mayor entre adolescentes de 17 a 19 años. Se comprobó que 36 de los pacientes mostraron policonsumo con dos, tres y más tipos de drogas, con igual comportamiento para ambos géneros. La droga de inicio y de mantenimiento más consumida fue la marihuana seguida por el alcohol.(6) Cada vez es mayor la cantidad de personas de diferentes edades que se ven involucradas en esta enfermedad crónica, por lo que se hace necesario realizar estudios que ayuden a comprender, analizar y mitigar de alguna manera este mal con consecuencias en los ámbitos individual, familiar y social.

Uno de los objetivo del presente trabajo es explorar los aportes de la Gaudibilidad y su utilidad en el enfrentamiento a las adicciones. Cada vez es más frecuente encontrar en consulta psicológica, síntomas asociados a conductas adictivas. Ante esta situación, con este trabajo se pretende conocer posturas actuales, críticas, reflexivas y propositivas que contribuyan a la difusión de conocimientos en las áreas de aplicación psicológica, con vista a ayudar en la intervención del paciente adicto o para la prevención de las adicciones.

1. **Método**

* Se realizó una búsqueda de artículos (en español e inglés) en las bases de datos PsycInfo y Google Académico centrada en la exploración de conceptos clave como Gaudibilidad, “Gaudiebility” y Adicciones, “Addictions”. Se seleccionaron todos aquellos trabajos que incluían las palabras clave mencionadas. Además se revisó la bibliografía de los artículos a los que se tuvo acceso a texto completo gratuito para localizar nuevas investigaciones primarias.

Los criterios de inclusión fueron los siguientes:

• Población de interés: Adictos en comunidades terapéuticas. • Método: cuantitativos o cualitativo.

• Idioma: inglés y español. • Inclusión de palabras clave mencionadas

• Periodo de publicación: 1998-2021

1. **Resultados.**

Las primeras referencias al término gaudibilidad datan de 1998, cuando inició el doctorado el Dr. Ferrán Padrós Blázquez, cuyo objetivo inicial fue la terapia de gaudibilidad, pero al no poseer las bases empíricas ni teóricas para el desarrollo de la misma, se decidió por realizar la propuesta del constructo y establecer sus bases teóricas, así como la búsqueda de primeras evidencias de tipo empíricas sobre la viabilidad del mismo. Su tesis, Disfrute y Bienestar Subjetivo. Un Estudio Psicométrico de la Gaudibilidad (1), se centró en construir y validar una prueba psicométrica para poder evaluar el grado de gaudibilidad de una persona.

El proceso de elaboración y validación de esta escala, la Escala de Gaudibilidad de Padrós (EGP), ha requerido la exploración de diversas variables psicológicas en varias muestras de participantes que suman 901 sujetos en total. La EGP es una escala de 23 ítems, con una estructura interna de un factor y una alta consistencia interna (con valores de alfa de Cronbach de entre 0.84 y 0.86),(1) para posteriormente proponer la intervención que era el objetivo original.

Analizó las relaciones de la EGP con escalas que evalúan el estado de ánimo, depresión, bienestar personal, calidad de vida y mediciones generadas para cuantificar el disfrute experimentado, así como las diferencias entre muestras específicas (drogodependientes, esquizofrénicos y personas con un déficit grave en el aparato motor, tetrapléjicos y parapléjicos) y la muestra general. Se concluye que la EGP es una escala de evaluación fiable y estable en el tiempo, que está relacionada de manera positiva con el bienestar subjetivo y la calidad de vida y que muestra una relación inversa con la depresión. (1)

Define la gaudibilidad como “un constructo que engloba todos aquello procesos que median entre el estímulo y el disfrute que las personas experimentan”, es decir, el conjunto de moduladores que regulan las sensaciones subjetivas de vivir experiencias gratificantes en mayor o menor grado de intensidad, en mayor o menor número de situaciones, y durante periodos de tiempos más o menos prolongados. (1)

Montoya y colaboradores,(7) definen que la gaudibilidad es: “Un grupo de moduladores que ajustan el disfrute que los individuos experimentan, lo cual repercute en la calidad de vida y el bienestar de los seres humanos. La gaudibilidad tiene como base la Psicología Positiva y puede ser concebida como el grupo de moduladores que ajustan las actividades placenteras “placer hedónico”. (8)

Las actividades placenteras han sido identificadas como una de las rutas que conlleva al bienestar y dado que la gaudibilidad hace alusión a los moduladores que ajustan el disfrute, si un sujeto tiene altos indicadores de gaudibilidad ello lo predispone a disfrutar frecuentemente con mucha intensidad y frente a una gran cantidad de situaciones gratificantes que generan felicidad al individuo”.(9)

Moduladores de la gaudibilidad determinados por Padrós (1)(10) . Estos autores los agrupan de la siguiente manera:

1. Habilidades: Humor, Imaginación, Concentración e Interés
2. Creencias y Estilos Cognitivos: Creencias irracionales generales, Competencia percibida y Estilos Cognitivos.
3. Estilo de Vida: este grupo incluye los ámbitos Soledad/con gente donde se evalúa la potencialidad de disfrute estando con gente y estando solo y la perspectiva Pasado/ presente y futuro donde se evalúa la capacidad de disfrutar sobre experiencias ya vividas, futuras y presentes, y de esta manera observar la dimensión temporal que es presente en todas las situaciones y puede dar lugar a importantes diferencias en el disfrute experimentado.

En los pacientes con trastornos adictivos suelen afectarse sus motivaciones e intereses, por lo que se alejan de la comunidad y de la familia, buscando relacionarse con personas que presenten comportamientos similares y cambian completamente su estilo de vida. Ello conlleva a la pérdida de responsabilidades y valores, dificultades para la concentración, disminución del rendimiento estudiantil o laboral y con frecuencia al desempleo. Entre los efectos nocivos de las adicciones se encuentran las afectaciones en las habilidades y a la productividad en general. Dichos trastornos producen un fuerte impacto en los adictos, que se extiende desde el ámbito familiar hasta el social, determinando la pérdida de ingresos, el estrés y conflictos interpersonales. Como puede apreciarse en múltiples estudios, la deserción escolar, la inestabilidad en las relaciones de pareja y la desvinculación laboral predominan como evidencias perceptibles de la repercusión del uso indebido de drogas en todas las esferas de la vida individual y social.

### Desde el surgimiento de la Gaudibilidad se han realizado diversos estudios sobre la misma, en diferentes ámbitos, haciendo énfasis en los relacionados con los trastornos adictos, algunos de los más destacados han sido los siguientes:

* + - * A Proposal to Measure a Modulator of the Experience of Enjoyment: The Gaudiebility Scale.(10)
      * Estudios comparativos entre una población general y personas diagnosticados con esquizofrenia.(11)
      * Estudio del nivel de gaudibilidad en pacientes con diagnóstico de trastorno por dependencia de sustancias.(3

El objetivo de dicho estudio, es evaluar el nivel de gaudibilidad en pacientes con trastorno de dependencia de sustancias y observar si es diferente al de la población general. En los resultados se observó una media de gaudibilidad en la muestra escogida con trastornos de drogodependencia de sustancias, significativamente menor respecto a la observada en la muestra de la población general.

* + - * La Gaudibilidad y el bienestar subjetivo en la salud: una revisión sistemática.(12)
      * Gaudibilidad en varones con y sin trastorno antisocial de la personalidad.(13)
      * Gaudibilidad y percepción de estado de salud en una muestra mexicana (14)
      * Gaudibilidad y síntomas psicopatológicos en la población mexicana. (15)
      * Rasgo antisocial y afecto positivo y negativo en población penitenciaria de México.(16)
      * Masculinidad-Feminidad y Gaudibilidad (Moduladores del Disfrute) en Jóvenes Michoacanos.(17)
      * Moduladores del disfrute (Gaudibilidad) en hipertensos vs normotensos.(18)
      * Recursos Psicológicos y gaudibilidad en adolescentes y jóvenes mexicanos de una localidad semi rural.(19)
      * Felicidad y Gaudibilidad en Estudiantes Universitarios de Nayarit (MÉXICO).(20)
* Gaudibilidad y bienestar psicológico en jóvenes con trastornos adictivos.  
  La Habana, 2019. (21)

El objetivo del referido estudio es, evaluar la Gaudibilidad y su relación con el Bienestar Psicológico en jóvenes adictos ingresados en servicios de deshabituación a drogas en La Habana. Los resultados obtenidos tanto en la escala de Gaudibilidad como en la de Bienestar Psicológico se corresponden con niveles medios en ambos instrumentos. Los hallazgos obtenidos parecen estar relacionados con avances en el proceso terapéutico en el que están inmersos. Los niveles de gaudibilidad y bienestar psicológico obtenidos de manera general son coincidentes, lo que pudiera confirmar que ambos constructos, a pesar de centrarse en aspectos diferentes, se basan en indicadores similares.

* Moduladores de disfrute en pacientes adictos procedentes de comunidades terapéuticas de Cuba y Colombia, 2019.(22)

Los objetivos de dicho estudio fue,identificar las particularidades de los moduladores de disfrute en pacientes adictos participantes en comunidades terapéuticas de Cuba y Colombia y determinar el nivel de gaudibilidad general y específico de ambos grupos de estudio. Se obtuvieron resultados similares en ambos grupos de estudio. Las diferencias mínimas fueron en la edad promedio y en el tiempo de consumo superior de los colombianos. En cuanto al nivel de gaudibilidad en ambas comunidades se precisaron valores medios. Entre los moduladores de disfrute fue predominante el interés, la imaginación, la competencia percibida y la perspectiva futura.

* Relación de la androginia con la gaudibilidad y la escolaridad en la población Michoacana.(23)
* Apropiación del Cuerpo: Autoerotismo y Machismo Sexual. (24)
* Propiedades psicométricas de la Escala de Gaudibilidad (Moduladores de Disfrute) para Niños y Adolescentes (EGNA). (25)
* Psicología, adicciones y COVID-19: lecciones aprendidas para la recuperación y afrontamiento a otras situaciones críticas. (26)

Puesto que, el disfrute pertenece a la gama de afectos positivos tanto en intensidad como en frecuencia, lo que sería lo mismo que decir, que la Gaudibilidad se relaciona positivamente con el bienestar psicológico; así como con la satisfacción con la vida.(27) Siendo la gaudibilidad susceptible de ser modificada(28), podría influir favorablemente en la evolución de los pacientes que se encuentran en proceso terapéutico por drogodependencia.

En la atención a pacientes adictos se prioriza aspecto emocional dado que uno de los elementos de mayor afectación en ellos es precisamente la esfera emocional. Se parte de considerar que promover el disfrute que los individuos experimentan, repercute positivamente en la calidad de vida y el bienestar de los seres humanos (4).La eficacia de las técnicas cognitivos conductuales y los recursos inspirativos empleados suelen actuar como psico-correctores en estos casos, lo que parece manifestarse con mayor énfasis en los pacientes con mayor permanencia en la comunidad. Resultados que se pueden apreciar en los trabajos de, Dorta-Martínez (21) al estudiar la gaudibilidad en una muestra de pacientes con trastornos adictivos inmersos en el proceso terapéutico en La Habanay en, Fabelo Roche y colab.(22) al estudiar los moduladores de disfrute en pacientes adictos procedentes de comunidades terapéuticas de Cuba y Colombia.

1. **Conclusiones.**

Como se observa en la revisión bibliografía realizada, la Gaudibilidad tiene un amplio espectro en su uso, ya que, la capacidad de experimentar disfrute es una de las fortalezas de mayor trascendencia en el enfrentamiento de las situaciones difíciles. El deterioro en todas las esferas de la vida al que se enfrenta un paciente adicto se ha demostrado que es profundo, pero no irreversible.

En consecuencia, cabe señalar que los moduladores de la Gaudibilidad (Habilidades, estilos cognitivos así como creencias y estilo de vida), forman parte precisamente de las actividades terapéuticas que se desarrollan en las comunidades terapéuticas para adictos, ya que van encaminadas a mejorar sus habilidades tanto sociales como psicológicas, a crear competencias para lograr la abstinencia o la reducción del consumo. El crecimiento de las expectativas y la eliminación de las creencias erróneas que tenían los pacientes con respecto a la adicción, potencian su regulación emocional y eliminan la necesidad de sustituir esa falta de regulación con el consumo o la conducta adictiva. Así como a enseñarles un estilo de vida diferente, que les permita la reinserción social y evitar nuevas recaídas.

Por todo lo antes expuesto, se legitimiza la posibilidad de intervenir y modificar los principales moduladores de disfrute. Se pueden diseñar programas de intervención donde se aumenten los niveles de disfrute (Gaudibilidad) de los pacientes con trastornos adictivos que así lo necesiten, teniendo en cuenta, que la esfera emocional siempre es afectada considerablemente en estos pacientes, sin olvidar otros factores como el manejo del estrés y las habilidades sociales, que también pueden contribuir a la cesación y control de los trastornos adictivos. La gaudibilidad puede ser de amplia utilidad en el tratamiento de los pacientes adictos.

**Referencias Bibliográficas:**

1. Padrós-Blázquez F. Disfrute y bienestar subjetivo. Un estudio psicométrico de la gaudibilidad [tesis de doctorado].Barcelona: Universidad Autónoma de Barcelona.[Internet]. 2002 [Citado 2021 Oct 12].Disponible en:<https://www.researchgate.net/publication/316975437_Disfrute_y_bienestar_subjetivo_Un_estudio_psicometrico_de_la_gaudibilidad>
2. De la Serna, Moisés, J. Entrevista a Padrós, F. Descubriendo las claves sobre la gaudibilidad y su terapia.[Internet].2018 [Citado 2021 Oct 14] Disponible en: https://juanmoisesdelaserna.es/psicologia/descubriendo las claves sobre la gaudibilidad y su terapia/HTML
3. Padrós-Blázquez F, Martínez-Medina MP, Gonzales-Ramírez V, Rodríguez-Maldonado D, Astals-Vizcaino M. Estudio del nivel de gaudibilidad en pacientes con diagnóstico de trastorno por dependencia de sustancias. Revista Psiquis. [Internet] 2011 [citado 2021 Oct 3] 20(2), 64-69. Disponible en: <https://www.researchgate.net/profile/Ferran_Padros/publication/303936538_Estudio_del_nivel_de_gaudibilidad_en_pacientes_con_diagnostico_de_trastorno_por_dependencia_de_sustancias/links/575f03e808aec91374b430aa/Estudio-del-nivel-de-gaudibilidad-en-pacientes-con-diagnostico-de-trastorno-por-dependencia-de-sustancias.pdf>
4. Van Etten, Higgins, Budney & Badger. Comparison of the frequency and Enjoyability of pleasant events in cocaine abusers vs non- abusers using a standardized behaviolal inventory. Revista *Addiction* [Internet] (1998) [Citado 2021 Oct 6] 93 (11). Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com>
5. Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC) (UNODC). Informe Mundial sobre las Drogas. Servicio de Información de las Naciones Unidas.[Internet]. 2020 [citado 2021 Oct 2]. Disponible en**:** <https://wdr.unodc.org/wdr2020/en/exsum.html>
6. Herrera-Batista C, Ruiz-Candina H, Martínez-Betancourt A. Caracterización del consumo de drogas psicoactivas por jóvenes y adolescentes atendidos en el Centro de Deshabituación de adolescentes del municipio Playa. Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas. [Internet] 2014 [citado 2021 Oct 2] 33(1): 61-69. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubinvbio/cib-2014/cib141g.pdf>
7. Montoya G, Huerta M, Fulgencio M, Correa G, Martínez-Arenas R. Disfruto el poder de ser feliz: experiencia en personas que viven con VIH. Revista Epistemus[Internet] 2016 [citado 2021 Oct 6] 21: 37 – 43. Disponible en: <https://bit.ly/2zC47gX>
8. Padrós-Blázquez F, Herrera-Guzmán I, Gudayol-Ferré E.Propiedades Psicométricas de la Escala de Gaudibilidad en una Población Mexicana. Evaluar. [Internet] 2012 [citado 2021 Oct 3]12: 1–20. Disponible en <https://www.google.com/search?client=firefox-bd&q=Propiedades+Psicom%C3%A9tricas+de+la+Escala+de+Gaudibilidad+en+una+Poblaci%C3%B3n+Mexicana>
9. Izarra-Serva SF. Calidad de vida y gaudibilidad en adolescentes de una institución educativa que han sufrido maltrato psicológico. [tesis en opción al título de Licenciado en Psicología]Piura: Universidad Cesar Vallejo[Internet]. 2018 [Citado 2021 Oct 6]. Disponible en:<http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/29122/Izarra_SSH.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
10. Padrós-Blázquez F, Fernández-Castro JA. A proposal to measure a modulator of the experience of enjoyment: The Gaudiebility Scale. International Journal of Psychology and Psychological Therapy, [Internet] 2008 [citado 2021 Oct 3] 8(3), 413-430. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/560/56080313.pdf>
11. Padrós, F.; Martínez-Medina, M. P & Cruz García, M.A. Estudios comparativos entre una población general y personas diagnosticados con esquizofrenia. Revista Salud Mental, [Internet] 2011[citado 2021 Oct 3] 34: 525-529. Disponible en: [www.revistasaludmental.mx](http://www.revistasaludmental.mx)
12. Sánchez-Teruel D, Robles-Bello MA. La gaudibilidad y el bienestar subjetivo en la salud: una revisión sistemática. Revista Latinoamericana de Psicología Positiva [Internet] 2017 [citado 2021 Oct 6] 3(1), 11-23. Disponible en: <http://psycap.cl/wp-content/uploads/2017/05/La-Gaudibilidad-y-el-bienestar-subjetivo-en-la-salud-una-revisio%CC%81n-sistema%CC%81tica-.pdf>
13. Padrós, F; Magallón Gómez; Villegas Castillo, S.M & Martínez-Medina, M. P. Estudios comparativos entre varones con y sin trastorno antisocial de la personalidad. Acta Psiquiátrica de Psicología de America Latina. [Internet] 2018 [citado 2021 Oct 10] 64(3), 168-175. Disponible en: www.acta.org.ar
14. González-Cantero, J.O; González-Becerra, H. V & Salazar-Estrada, J. G. Gaudibilidad y percepción de estado de salud en una muestra mexicana. Acta Colombiana de Psicología. [Internet] 2018 [citado 2021 Oct 3] 22(2), 13-20. Disponible en: <http://www.doi.org/10.14718/ACP.2019.22.2.2>
15. González-Cantero, J. O; González-Becerra, H.V; Ramírez-Zamora, L. M; Salazar-Estrada, J.G, Molina del Rio, J, Ortiz Sánchez, D & Villegas Ramírez, A.A. Gaudibilidad y síntomas psicopatológicos en la población mexicana. Psychology. [Internet] 2018 [citado 2021 Oct 6] 9, 925-933. Disponible en: http://www.scirp.org/journal/psych
16. Padrós, F; Rafael Hernández, L.P; Soria Benítez, V.E & Villegas Castillo, S.M. Rasgo antisocial y afecto positivo y negativo en población penitenciaria de México Antisocial. Archivos de Criminología, Seguridad Privada y Criminalística. [Internet] 2018 [citado 2021 Oct 15] Año 6, XI, 143- 151. Disponible en: [www.acspyc.es.tl](http://www.acspyc.es.tl)
17. Padrós, F; Navarro Contreras, G; Peguero Paramo &Gutiérrez Medina, L. Masculinidad - Femineidad y Gaudibilidad (Moduladores del Disfrute). Revista Electrónica de Psicología Iztacala. [Internet] 2019 [citado 2021 Oct 15] 22 (3), 2689- 2704. Disponible en: [www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin](http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin)
18. Padrós, F; Sierra Jiménez, E &Martínez Medina, M.P. Moduladores del disfrute (Gaudibilidad) en hipertensos vs normotensos. Revista Archivos de Medicina (Manizales). [Internet] 2019 [citado 2021 Oct 15] 19(2), 208-5. Disponible en: <https://doi.org/10.30554/archmed.19.2.3299.2019>
19. Rivera Heredia, M. E; Padrós, F & Gil Díaz, M.E. Recursos psicológicos y gaudibilidad en adolescentes y jóvenes mexicanos de una localidad semirural. Riesgo de la Infancia y la adolescencia. Colofón S.A. [Internet] 2019 [citado 2021 Oct 10] 151-173. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/339710654_>
20. Figueroa, M. R; Rivera Heredia, M. E & Sánchez Aranda, M. L. Felicidad y Gaudibilidad en Estudiantes Universitarios de Nayarit. (MÉXICO. Enseñanza e Investigación en Psicología. [Internet] 2019 [citado 2021 Oct 15] Numero especia, 79 – 91. Disponible en: <https://www.revistacneip.org>
21. Dorta-Martínez O. Gaudibilidad y bienestar psicológico en jóvenes con trastornos adictivos. [tesis en opción al título de Licenciado en Psicología] La Habana: Universidad de La Habana, 2020.
22. Fabelo-Roche JR, Rivero Ardila A, Iglesias-Moré S, Dorta-Martínez O. Moduladores de disfrute en pacientes adictos procedentes de comunidades terapéuticas de Cuba y Colombia, 2019. Anales de la Academia de Ciencias de Cuba. [Internet] 2021[citado 2021 Sep 15] 11(2) Disponible en: https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revahttp:/revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar/article/view/20800
23. Navarro Contreras, G; Peguero Paramo, T; Gutiérrez Medina, L.H & Padrós. Relación de la androginia con la gaudibilidad y la escolaridad en la población Michoacana. Revista de Psicología Iztacala. [Internet] 2020 [citado 2021 Oct 15]23(1),291-306.Disponible en: [www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin](http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin).
24. Vilet Carvajal, M.G & Galán Jiménez, J. S. Apropiación del Cuerpo: Autoerotismo y Machismo Sexual. La Ventana. [Internet] 2021 [citado 2021 Oct 20] 53, 342-373. Disponible en: <file:///E:/ARTICULOS%20MIOS/V%20simposio%20Academico%20sobre%20Adicciones/sobre%20gaudibilidad/1405-9436-laven-6-53-342.pdf>
25. Padrós, F; Martínez Medina, P.M; Guardia Olmos, J & Graff Guerrero, A. Propiedades psicométricas de la Escala de Gaudibilidad (Moduladores de Disfrute) para Niños y Adolescentes (EGNA). Anales de Psicología. [Internet] 2021 [citado 2021 Oct 20] 37 (1), 69-76. Disponible en: https://doi.org/10.6018/analesps.392101
26. Fabelo-Roche JR, Iglesias-Moré S & Gomez-Garcia, AM. Psicología, adicciones y COVID-19: lecciones aprendidas para la recuperación y afrontamiento a otras situaciones críticas. Anales de la Academia de Ciencias de Cuba. [Internet] 2021[citado 2021 Sep 15] 11(1) Disponible en: <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2304-01062021000100014>
27. Padrós-Blázquez F, Gutiérrez, CY. & Medina, MA. Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) de Diener en población de Michoacán (México). Avances en Psicología Latinoamericana, [Internet] 2015[citado 2021 Oct 20] 33(2), 221-230. Disponible en: dx.doi.org/10.12804/apl33.02.2015.04
28. Padrós-Blázquez F, Martínez-Medina P, Graff A. Gaudiebility Group Therapy in depressed patients: a pilot study. International Journal of Psychology and Psychological Therapy, [Internet] 2014 [citado 2021 Oct 20] 14(1), 59-69. Disponible en: https://www.ijpsy. com/volumen14/num1/374.html