



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DEL CUESTIONARIO DE EVITACIÓN Y FUSIÓN COGNITIVA (AFQ-Y) EN ADOLESCENTES DE UN COLEGIO PÚBLICO DEL CALLAO

**Línea de investigación:
Evaluación psicológica y psicométrica**

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Autor

Echinoza Espinoza, Jean Pierre Alessandro

Asesor

Livia Segovia, José Héctor

ORCID: 0000-0003-2226-3349

Jurado

Castillo Gomez, Gorqui Baldomero

Mendoza Huamán, Vicente Eugenio

Reyes Rodriguez, Javier Andrés

Lima - Perú

2026



PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DEL CUESTIONARIO DE EVITACIÓN Y FUSIÓN COGNITIVA (AFQ-Y) EN ADOLESCENTES DE UN COLEGIO PÚBLICO DEL CALLAO

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	6%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	4%
3	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
4	Submitted to Universidad Nacional Federico Villarreal Trabajo del estudiante	1%
5	www.researchgate.net Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad Internacional de la Rioja Trabajo del estudiante	1%
7	alicia.concytec.gob.pe Fuente de Internet	<1%
8	www.coursehero.com Fuente de Internet	<1%
9	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	<1%
10	Fernanda Pâmela Machado, Marcos Hirata Soares, Katya Luciane de Oliveira, Regina Celia Bueno Rezende Machado et al.	<1%



Universidad Nacional
Federico Villarreal

VRIN | VICERRECTORADO
DE INVESTIGACIÓN

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DEL CUESTIONARIO DE
EVITACIÓN Y FUSIÓN COGNITIVA (AFQ-Y) EN
ADOLESCENTES DE UN COLEGIO PÚBLICO DEL CALLAO

Línea de investigación:

Evaluación Psicológica y Psicométrica

Tesis para optar el Título de Licenciado en Psicología

Autor

Echinoza Espinoza, Jean Pierre Alessandro

Asesor

Livia Segovia, José Héctor

ORCID: 0000-0003-2226-3349

Jurado

Castillo Gomez, Gorqui Baldomero

Mendoza Huamán, Vicente Eugenio

Reyes Rodriguez, Javier Andrés

Lima - Perú

2026

Dedicatoria

A mi familia, que ha sido siempre mi soporte y mi refugio. A mis padres, por enseñarme con su ejemplo que el amor y el esfuerzo pueden abrir cualquier camino. A mis abuelas y abuelos; a mis tías y tíos; a mi madrina y mi padrino; y a mis primos, por acompañarme en cada etapa de mi vida, llenándola de afecto, enseñanzas y memorias que guardo con cariño. A quienes ya no están físicamente, pero siguen presentes en mi corazón: a mi abuelo Segundo y a mi hermano Aarón. Este logro también es de ustedes.

Agradecimiento

A mi familia, que desde mi niñez asumió con amor el papel de educadores, cuidadores y guías. Gracias por haberme sostenido aun cuando la vida no fue fácil para ninguno de nosotros. A mi madre, por regalarme una infancia llena de calidez, paciencia y ternura. Gracias por cada gesto pequeño que terminó siendo enorme en mi vida. A mi padre, por acompañarme con tanto amor desde mi adolescencia. Gracias, viejo, por tu esfuerzo silencioso, por todo lo que diste sin decirlo y por asegurarte de que tus hijos fueran felices incluso en los momentos más difíciles. A mis abuelas y a mis tías, que me llenan de amor cada vez que las veo. A mi madrina, por preocuparse siempre por mi salud y mi educación. A mi padrino, por haberme acompañado y apoyado durante mi niñez. A mis tíos, por todos los paseos y momentos que llenaron de alegría mi infancia.

A mis hermanos, por ser parte esencial de mi vida. A las personas que conocí en la universidad, en especial los kings cara de kongs, que hicieron que este camino de la vida fuera más llevadero, gracioso y lleno de amor. A mi grupo de estudio PSIAC, que me acogió durante dos años y me regaló momentos de aprendizaje, compañía y amistad, tanto en alegrías como en tristezas. A mis mentores de ACT y DBT, que me impulsaron a seguir creciendo. A mi asesor el Dr. Jose Livia, por sus enseñanzas durante y después de la carrera. Y a One Piece, por recordarme —entre luchas, sueños y locuras— que siempre vale la pena seguir adelante, incluso cuando el mar se ponga difícil

ÍNDICE

Resumen.....	vii
Abstract.....	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
1.1.Descripción y formulación del problema	1
1.2.Antecedentes	3
1.2.1. <i>Antecedentes nacionales</i>	3
1.2.2. <i>Antecedentes internacionales</i>	4
1.3.Objetivos	6
1.3.1. <i>Objetivo general</i>	6
1.3.2. <i>Objetivos específicos</i>	6
1.4.Justificación.....	6
1.5.Hipótesis.....	7
II. MARCO TEÓRICO.....	9
2.1.Inflexibilidad psicológica	9
2.2.Evitación.....	10
2.3.Fusión cognitiva	11
2.4.Flexibilidad psicológica	11
2.5.Terapia de Aceptación y Compromiso.....	13
2.6.Teoría de Marcos Relacionales	14
2.7.Contextualismo funcional	16
III. MÉTODO	18
3.1.Tipo de investigación	18
3.2.Ámbito temporal y espacial.....	18
3.3.Variable.....	18
3.4.Población y muestra	18
3.5.Instrumento.....	19
3.6.Procedimientos	20
3.7.Análisis de datos.....	21
3.8.Consideraciones éticas	21
IV. RESULTADOS.....	22

4.1.Análisis de ítems	22
4.2.Análisis de estructura interna	23
4.3.Análisis de validez de criterio	24
4.4.Confiabilidad.....	25
V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	26
VI. CONCLUSIONES	29
VII.RECOMENDACIONES	30
VIII.REFERENCIAS.....	31
IX. ANEXOS	36

ÍNDICE DE TABLAS

Número	Pág.
Tabla 1. Estadísticos Descriptivos del AFQ-Y.....	22
Tabla 2. Índices de ajuste de los modelos de medida del AFQ-Y.....	24
Tabla 3. Correlación entre el AFQ-Y y las subescalas del DAS-21.....	24

Resumen

Esta investigación tuvo como objetivo analizar las propiedades psicométricas del Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) en adolescentes de secundaria de un colegio público del Callao. Se realizó un estudio instrumental con 211 estudiantes entre 13 y 18 años. Se evaluó la estructura interna mediante análisis factorial confirmatorio, comparando dos modelos: unifactorial y bifactorial. El modelo unifactorial mostró mejores índices de ajuste (CFI=0.966, TLI=0.961, RMSEA=0.065, SRMR=0.075). La confiabilidad se confirmó mediante el coeficiente omega de McDonald ($\omega=.836$) y alfa de Cronbach ($\alpha=.830$). La validez convergente se evidenció a través de correlaciones significativas con las subescalas de depresión ($r=.609$), ansiedad ($r=.650$) y estrés ($r=.690$) del DAS-21. Los resultados sugieren que el AFQ-Y es un instrumento válido y confiable para evaluar la inflexibilidad psicológica en adolescentes del Callao, presentando una estructura unifactorial robusta y adecuadas propiedades psicométricas.

Palabras clave: Inflexibilidad psicológica, Adolescentes, Propiedades psicométricas, Callao

Abstract

This study aimed to analyze the psychometric properties of the Avoidance and Fusion Questionnaire (AFQ-Y) in secondary school adolescents from a public school in Callao, Peru. An instrumental study was conducted with students 211 aged 13-18 years. The internal structure was evaluated through confirmatory factor analysis, comparing two models: unifactorial and bifactorial. The unifactorial model showed better fit indices (CFI=0.966, TLI=0.961, RMSEA=0.065, SRMR=0.075). Reliability was confirmed using McDonald's omega coefficient ($\omega=.836$) and Cronbach's alpha ($\alpha=.830$). Convergent validity was evidenced through significant correlations with the DAS-21 subscales of depression ($r=.609$), anxiety ($r=.650$), and stress ($r=.690$). Results suggest that the AFQ-Y is a valid and reliable instrument for assessing psychological inflexibility in adolescents from Callao, presenting a robust unifactorial structure and adequate psychometric properties.

Keywords: Psychological inflexibility, Adolescents, Psychometric properties, Callao

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Descripción y formulación del problema

Datos internacionales estiman que 1 de cada 7 adolescentes entre 10 y 19 años experimenta algún tipo de trastorno mental; sin embargo, es una problemática que frecuentemente no es detectada ni tratada de manera oportuna. Cuando estos trastornos inmersos en los adolescentes no son atendidos, los jóvenes quedan expuestos a múltiples consecuencias como: exclusión social, discriminación, estigmatización, problemas educativos, comportamientos riesgosos, deterioro de su salud física y vulneración de sus derechos fundamentales (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2021). En esta etapa, los adolescentes atraviesan cambios significativos a nivel físico, cognitivo y psicosocial que influyen en su manera de sentir, pensar, decidir e interactuar con su entorno. Aunque se considera una etapa generalmente saludable de la vida, también se asocia con una proporción considerable de muertes, enfermedades y traumatismos, muchos de los cuales son prevenibles o tratables.

Esta realidad global también se refleja en el contexto peruano. De acuerdo con información periodística reciente, durante el año 2023 se identificaron 1.7 millones de menores de edad con diagnóstico de depresión en el país, constituyendo una cifra sin precedentes en las últimas décadas (Infobae, 2024). Este crecimiento exponencial en los casos de depresión juvenil evidencia la imperante necesidad de profundizar en el estudio de los factores vinculados al bienestar psicológico de los adolescentes, destacando entre ellos el constructo teórico de la inflexibilidad psicológica.

Dentro del contexto de estas transformaciones y retos emocionales propios de la adolescencia, resulta particularmente relevante examinar la inflexibilidad psicológica como variable psicológica clave. Este concepto, que constituye un elemento central dentro del

modelo de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), alude a patrones rígidos en el funcionamiento psicológico que obstaculizan la habilidad del individuo para ajustarse de manera efectiva ante las exigencias variables de su contexto. La literatura científica ha documentado vínculos consistentes entre la inflexibilidad psicológica y diversos cuadros psicopatológicos en población adolescente, tales como sintomatología depresiva, trastornos ansiosos, abuso de sustancias psicoactivas y alteraciones en la conducta alimentaria (Levin et al., 2024). Investigaciones previas, como la realizada por Cobos et al. (2017) en España, han demostrado que acciones dirigidas a mejorar la flexibilidad psicológica resultan en mejoras significativas para el individuo.

En el Callao, una región caracterizada por elevados índices de violencia y problemas sociales, configuraría un entorno especialmente adverso para el desarrollo del adolescente, lo que puede exacerbar las vulnerabilidades en salud mental. Según el Análisis de Situación de Salud (2022) de la región, se atendieron 54,549 adolescentes por problemas de salud mental, con una distribución desigual entre distritos que refleja las complejidades socioeconómicas de la zona. Los diagnósticos más frecuentes incluyen trastornos mentales y del comportamiento (36.63%), trastornos de ansiedad (18.95%) y trastornos depresivos (14.08%). Destaca además que en Ventanilla se concentró el 42.10% de los casos de conducta suicida de toda la región, mientras que en Mi Perú se registró una alta incidencia de problemas relacionados con el consumo de sustancias. Estos datos, junto con los factores de riesgo específicos de la región como el pandillaje, la violencia y la drogadicción, subrayan la urgente necesidad de contar con herramientas validadas y adaptadas al contexto local para evaluar y abordar las necesidades de salud mental en este grupo poblacional en situación de vulnerabilidad.

En este sentido, para evaluar la inflexibilidad psicológica en adolescentes, se ha desarrollado el Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y, por sus siglas en

inglés). No obstante, la falta de una versión validada de este instrumento para la población adolescente del Callao representa una limitación para que tanto investigadores como profesionales de la salud puedan diagnosticar y atender adecuadamente este problema en esta población específica. Ante esta situación, se plantea el siguiente cuestionamiento: ¿Cuáles son las propiedades psicométricas del Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) para medir la inflexibilidad psicológica en adolescentes de un colegio público en el Callao?

1.2. Antecedentes

1.2.1. Antecedentes nacionales

Amaya (2023) evaluó las propiedades psicométricas del Cuestionario de fusión cognitiva y evitación experiencial (AFQ-Y) en una muestra de 273 estudiantes de secundaria en la ciudad de Piura. El análisis de ítems reveló valores de asimetría y curtosis dentro del rango aceptable (-2, +2) para todos los ítems. La validez de estructura interna, evaluada mediante Análisis Factorial Confirmatorio, mostró índices de ajuste adecuados tanto en el modelo original (CFI = .97, TLI = .97, SRMR = .058, RMSEA = .090) como en el modelo re-especificado (CFI = .99, TLI = .98, SRMR = .048, RMSEA = .074), con este último presentando un mejor ajuste. La confiabilidad se evaluó mediante el coeficiente alfa de Cronbach y el coeficiente omega, obteniendo valores de .73 y .74 respectivamente para la dimensión de fusión cognitiva, y .78 y .79 para evitación experiencial. Para el cuestionario en su totalidad, ambos coeficientes alcanzaron un valor de .85, indicando consistencia interna del instrumento.

Celestino y Purizaca (2023) analizaron las propiedades psicométricas del cuestionario AFQ-Y en una muestra de 379 estudiantes de 12 a 17 años, en hombres y mujeres de la ciudad de Piura. El instrumento evidenció validez de contenido teniendo

una V de Aiken de 1. Se identificaron dos dimensiones para un total de 17 ítems, obteniendo un KMO de .90 y cargas factoriales entre .47 y .68 para la dimensión de fusión cognitiva, y entre .49 y .69 para la dimensión de evitación experiencial. Y la estructura fue confirmada mediante un análisis factorial confirmatorio, mostrando un SRMR de 0.0463, un RMSEA de 0.057, un CFI de 0.90 y un TLI de 0.88. La confiabilidad, estimada con alfa y omega, fue de .86 en el puntaje total, .77 en fusión cognitiva y .76 en evitación experiencial.

Pérez (2021) tuvo como objetivo adaptar y evaluar las propiedades psicométricas del AFQ-Y con una muestra de 628 estudiantes peruanos en la ciudad de Lima, de edades comprendidas entre los 12 y 18 años, de ambos géneros. Los resultados obtenidos indican que el AFQ-Y es un instrumento confiable, con un coeficiente alfa de Cronbach de .81 y un coeficiente alfa ordinal de .84. Asimismo, se observó validez de contenido, con valores de V de Aiken que oscilan entre .82 y .91, y validez de estructura interna, con índices de bondad de ajuste adecuados (RMSEA = .033; SRMR = .045; CFI = .978; TLI = .975), lo que confirma un modelo unifactorial para la prueba.

1.2.2. Antecedentes internacionales

Greco et al. (2008) desarrollaron el AFQ-Y de acuerdo con el modelo de flexibilidad e inflexibilidad psicológica propuesto por la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT). La muestra que utilizaron fue un total de 1188 adolescentes estadounidenses, tanto de sexo masculino como femenino, quienes tuvieron 12 años como edad promedio, este desarrollo implicó la construcción del test y la determinación de sus propiedades psicométricas. Se evaluó con el análisis factorial confirmatorio, teoría clásica de ítems y el modelado. Se realizaron distintos estudios con diferentes muestras para desarrollar los ítems, reducir la cantidad de ítems propuestos y, luego, obtener evidencias de confiabilidad y validez con los ítems finales. Como resultado, la versión final de 17 ítems mostró una consistencia interna

dentro de lo establecido ($\alpha = .90$). No obstante, el test presenta una validez de constructo factorial que no se adecua satisfactoriamente a un modelo de análisis factorial confirmatorio de una sola dimensión aun cuando presenta un índice de ajuste aceptable (CFI = .90). En conclusión, aunque el AFQ-Y demostró confiabilidad, los resultados sugieren la necesidad de revisar su estructura factorial para mejorar su validez de constructo.

Salazar et al. (2019) investigaron la adaptación del AFQ-Y en ciudadanos colombianos con una muestra de 1127 participantes de 8 a 18 años. Se demostró invariancia de medición según género y grupo de edad, con las niñas obteniendo puntuaciones más altas que los niños. El AFQ-Y mostró una buena consistencia interna, con valores alfa de .88 y .82. Los análisis factoriales confirmatorios proporcionaron pruebas sólidas para ambas estructuras, con índices de ajuste excelentes (para un factor: RMSEA = .046, CFI = .99, NNFI = .99, SRMR = .042; para dos factores: RMSEA = .041, CFI = .99, NNFI = .99, SRMR = .039). Aunque ambos modelos factoriales mostraron buenos ajustes, se seleccionó el modelo unifactorial debido a las pequeñas diferencias en los índices de ajuste (RMSEA y CFI) y a la alta correlación entre los factores de fusión cognitiva y evitación experiencial ($r = .92$), lo que sugiere que el modelo unifactorial es el más parsimonioso para el AFQ-Y. La adaptación del AFQ-Y en la muestra colombiana demostró ser un instrumento confiable y válido para medir la flexibilidad/inflexibilidad psicológica en niños y adolescentes.

Valdivia-Salas et al., (2017) adaptaron el Cuestionario de Evitación y Fusión para Jóvenes (AFQ-Y) al contexto español, con el objetivo de analizar las propiedades psicométricas del instrumento para adolescentes españoles. La muestra fue de 483 estudiantes de España, con una edad media de 13.89 años. Los investigadores realizaron dos análisis confirmatorios de factores (AFC). El primer AFC consideró la inflexibilidad psicológica como un factor único, similar a la validación original del instrumento. El

segundo AFC probó dos factores: Fusión Cognitiva (CF) e Evitación Experiencial (EA). Los resultados mostraron un mal ajuste de bondad para ambas soluciones factoriales. El estudio reveló que las puntuaciones totales de inflexibilidad psicológica se correlacionaron positivamente con la depresión y negativamente con la satisfacción vital. En el modelo de dos factores, la Fusión Cognitiva mostró una relación positiva significativa con la depresión y negativa con la satisfacción vital. La Evitación Experiencial solo presentó una relación positiva significativa con la satisfacción vital.

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

- Analizar las propiedades psicométricas del Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) en adolescentes de un colegio público del Callao

1.3.2. Objetivos específicos

- Analizar la validez de contenido los ítems del Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) en adolescentes de secundaria de un colegio público del Callao.
- Determinar la validez de estructura interna del Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) en adolescentes de un colegio público del Callao.
- Determinar la validez de criterio del Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) en adolescentes de un colegio público del Callao.
- Evaluar la consistencia interna del Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) en adolescentes de un colegio público del Callao.

1.4. Justificación

La validación del Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) en adolescentes de la región callao es necesaria debido a la falta de instrumentos específicos

que midan la inflexibilidad psicológica en esta población. La adolescencia será una etapa donde predominan los cambios a nivel emocional, social y conductual, los cuales se presentarán de forma intensas.

Aunque el cuestionario ha demostrado consistencia interna y validez de constructo en estudios anteriores realizados en Perú, específicamente en la ciudad de Lima metropolitana y Piura, este trabajo permitirá determinar si dichas propiedades psicométricas se mantienen en el contexto de un colegio de la provincia del Callao.

En el caso del Callao, los adolescentes se encuentran expuestos a situaciones particulares que pueden influir en cómo interpretan sus experiencias internas. Validar una herramienta como el AFQ-Y en este entorno permite asegurar que realmente mide aquello que pretende evaluar y que sus resultados pueden utilizarse con confianza en intervenciones más efectivas, programas preventivos mejor enfocados y decisiones pedagógicas o clínicas basadas en evidencia.

En ese sentido, esta investigación es pertinente porque no solo aporta datos psicométricos necesarios para el uso responsable del AFQ-Y en el contexto local, sino que también contribuye al fortalecimiento de la evaluación psicológica en adolescentes peruanos. Asimismo, el estudio abre la posibilidad de generar futuras investigaciones y aplicaciones prácticas que promuevan el bienestar emocional en esta población.

1.5. Hipótesis

- El Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) presenta homogeneidad en sus ítems.
- El Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) se ajusta a un modelo unifactorial en adolescentes de un colegio público del Callao.

- El Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) presenta una consistencia interna en adolescentes de un colegio público del Callao con un coeficiente alfa de Cronbach ≥ 0.70 .
- El Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) presenta una correlación alta-moderada con las Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21).

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Inflexibilidad psicológica

Hayes et al. (2014) explican que la IP, antes denominado trastorno de evitación experiencial, se relaciona con la dificultad para reconocer que el malestar forma parte de la vida humana. Desde esta perspectiva, las personas suelen guiarse por reglas internas rígidas, lo que limita su capacidad para adaptarse a las circunstancias y las lleva a centrarse más en “resolver” el malestar que en avanzar hacia una vida significativa. Como consecuencia, la evitación experiencial se vuelve un patrón frecuente.

En una línea complementaria, Törneke et al. (2016) describen la inflexibilidad psicológica como una forma de responder automáticamente a los eventos privados, es decir, pensamientos, emociones y sensaciones, sin tomar en cuenta las acciones valiosas que puede hacer el individuo. Según los autores, estas respuestas se activan de acuerdo con la función emocional del evento (buscando evitar lo desagradable o acercarse a lo placentero) y no en función de lo que la persona considera importante para su vida. En términos simples, se actúa para reducir el malestar inmediato, aunque ello implique alejarse de los propios valores.

Delgado et al. (2020) conceptualizan la inflexibilidad psicológica (IP) como un patrón rígido de comportamientos que impulsan las acciones individuales en función de experiencias privadas momentáneas, en lugar de valores elegidos por la persona. En el marco de esta terapia (ACT), se destaca la IP como la tendencia a evitar o escapar de experiencias internas aversivas (pensamientos, recuerdos, sentimientos, sensaciones, etc.), incluso cuando tales comportamientos funcionen como barreras para vivir una vida guiada por aquello que realmente les importa.

2.2. Evitación

Pérez (2014) define la evitación experiencial como el esfuerzo por modificar o eliminar pensamientos, emociones, sensaciones corporales o recuerdos que generan malestar, incluso cuando esta estrategia resulta poco útil, costosa o contraproducente. Y es que, la mayoría de las personas están acostumbradas a resolver situaciones externas desagradables alejándose o eliminando aquello que causa malestar; sin embargo, cuando intentan aplicar esa misma estrategia a su mundo interno, generalmente los resultados no son los esperados.

Kashdan y Rottenberg (2010) señalan que evitar ciertas experiencias puede otorgar alivio a corto plazo, a largo plazo tiende a aumentar el malestar psicológico. Estos intentos de suprimir pensamientos o emociones, solo ocasionaría intensificarlos, creando un ciclo en el que la persona se siente obligada a evitar cada vez más situaciones internas o externas que le generan malestar.

Es importante reconocer que la evitación no se limita únicamente a emociones negativas. Como indica Spinhoven et al. (2014), algunas personas también pueden evitar experiencias agradables debido al miedo a la decepción o a la pérdida. Esta dinámica ocasionaría que la persona se sienta menos satisfecha con su vida, y también se vea mermada la participación en actividades significativas.

Finalmente es necesario señalar que la tendencia a evitar ciertas experiencias no es por sí misma "negativa" o "anormal"; de hecho, es algo común. Solo se considera problemática o disfuncional solo cuando la evitación se manifiesta de manera constante y rígida, llegando a interferir con una vida plena y significativa (Harris, 2021).

2.3. Fusión cognitiva

Pérez (2014) describe la fusión cognitiva como aquella situación en la cual, el lenguaje ejerce un control excesivo sobre el comportamiento de las personas. Si bien las reglas, juicios o instrucciones pueden facilitar la forma en como nos orientamos en el mundo, también pueden convertirse en un obstáculo cuando se aplican de manera rígida o automática, sirviendo como barrera para la flexibilidad ante las circunstancias del momento

Gillanders et al. (2014) mencionan a la FC como un fenómeno psicológico en el que los pensamientos de un individuo adquieren un peso desproporcionado, tomándolos como verdades absolutas debido a que la persona les presta una gran cantidad de atención. Esta percepción de los pensamientos como hechos, influirá en la toma de decisiones en su vida.

Luoma et al. (2017) nos menciona que la FC puede manifestarse de distintas maneras, estos incluyen ciclos de pensamientos repetitivos sobre problemas pasados o futuros, evaluaciones negativas persistentes sobre uno mismo, juicios constantes de situaciones o personas, o creación de escenarios hipotéticos que generarían ansiedad o miedo.

2.4. Flexibilidad psicológica

La flexibilidad psicológica puede entenderse como aquel proceso contrario a la inflexibilidad. Podríamos señalarlo de la forma técnica, como la siguiente, una clase funcional relacional que implica enmarcar los eventos privados actuales en una jerarquía con el deíctico "Yo", es decir, que la persona sea capaz de observar sus pensamientos y emociones. Esto reduce las funciones discriminativas de la conducta en curso y aumenta la respuesta relacional que especifica funciones apetitivas y las acciones conectadas a ellas (Törneke et al, 2016). O en otras palabras más simples, esto significa que la persona sea capaz de observar sus pensamientos y emociones desde la perspectiva de un "Yo"

observador, disminuyendo las reacciones automáticas y alineando sus acciones con sus valores personales y objetivos a largo plazo

Hayes et al. (2012) explican la flexibilidad psicológica como la habilidad de ajustar o mantener nuestro comportamiento de acuerdo con los valores que hemos elegido. Esta flexibilidad psicológica sería el resultado de la interacción de seis procesos, los cuales se definen de la siguiente manera (Hayes y Twohig, 2019; Bermejo y Gamarra, 2023; Maero, 2022):

- **Aceptación:** La aceptación es el proceso que implica el reconocimiento de los pensamientos, sentimientos y sensaciones físicas tal como ocurren en el momento presente, sin intentar cambiarlos. A diferencia de la resignación, que significa rendirse al malestar. La aceptación permite relacionarse con el sentir propio desde una postura consciente. Este proceso no exige sentir agrado hacia el malestar, sino que nos permitamos que esté presente para poder elegir con mayor libertad cómo actuar.
- **Defusión:** La defusión es el proceso que se centra en cambiar la relación que tiene la persona con sus pensamientos. Teniendo como eje, que la persona pueda notar un pensamiento, pudiendo elegir si obedecerlo o no. Para lo anterior, se utilizará una serie de ejercicios, tanto a nivel verbal como experiencial.
- **Yo como contexto:** Esta capacidad implica reconocer que el observador de los eventos internos y externos es siempre el mismo, independientemente de las experiencias observadas. Esa perspectiva del “yo que observa” permanece estable, incluso cuando cambian los contenidos internos. De esta forma, el entender que los pensamientos y emociones no controlan nuestra identidad, permitirá actuar con mayor flexibilidad y reducirá la tendencia a fusionarse con narrativas sobre uno mismo.

- Momento presente: La mayor parte del tiempo, las personas suelen pensar por las situaciones que pasaron en el pasado o sucederán en el futuro. Estar en contacto con el momento implica dirigir la atención hacia lo que está ocurriendo aquí y ahora, en lugar de a través de la conducta simbólica proyectada por uno mismo.
- Valores: Los valores son áreas de importancia que guían el comportamiento, pero no pueden ser alcanzados o poseídos como objetos. Son guías para la conducta, distintas de objetivos concretos, sentimientos o deseos, y deben ser elegidos de manera personal y no evitativa.
- Acción comprometida: Este proceso consiste en realizar acciones que estén vinculadas con los valores personales, incluso cuando aparecen obstáculos internos como miedo, incomodidad o dudas. La AC implica formular planes realistas y avanzar paso a paso hacia una vida que refleje lo que la persona considera valioso o importante para su vida.

2.5. Terapia de Aceptación y Compromiso

Luciano y Valdivia (2006) nos menciona que ACT entiende los problemas psicológicos como resultados de la interacción entre la historia de aprendizaje del individuo y sus patrones de respuesta a pensamientos y emociones. Es decir, ACT se centrará en cómo las personas reaccionan a sus pensamientos y emociones, en lugar de en su contenido. ACT se basa en la idea de que los humanos aprenden reglas y formulan nuevas reglas a través del lenguaje. Este aprendizaje del lenguaje moldea el comportamiento y, por lo tanto, influyen en como las personas interpretan y reaccionan a sus experiencias. Desde este enfoque, el énfasis primordial no recae en modificar el contenido de los eventos privados como en otros tipos de terapia, sino en cambiar la relación que la persona establece con ellos.

Para Harris (2009) ACT no busca eliminar el sufrimiento, sino permitir a las personas a vivir una vida plena y significativa incluso cuando enfrenten dificultades inevitables. Esta perspectiva contrasta con enfoques terapéuticos tradicionales que se centran en la reducción sintomática del problema.

Hayes (2004) explica que el propósito principal de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) es permitir que el paciente pueda observar sus pensamientos y emociones tal como son, sin juicios distorsionados, en lugar de como cree que deberían ser. Buscando que la persona avance hacia lo que considera valioso; las técnicas de ACT están diseñadas para crear un contexto psicológico donde pueda aparecer ese cambio. Entonces, el camino de esta terapia se dirige hacia identificar la fusión cognitiva y la evitación experiencial, desactivarlas, adoptando nuevas formas más flexibles de relacionarse con el pensar y el sentir, para avanzar hacia metas alineadas con los valores personales.

2.6. Teoría de Marcos Relacionales

Luciano y Valdivia (2006) describen la Teoría del Marco Relacional (TMR) como una evolución o extensión del análisis funcional del comportamiento, con un enfoque más centrado en el lenguaje y la cognición de las personas. Esta teoría representa un avance en la comprensión de cómo se desarrollan nuevas conductas a partir de las relaciones entre estímulos, y como estas cambian sus funciones entre sí. Diferenciándose de enfoques anteriores que se limitaban a un análisis experimental básico. La TMR no sustituye el análisis funcional del comportamiento, sino que busca complementarlo. Propone nuevas leyes que explican la formación y modificación de funciones a través de procedimientos indirectos, como el aprendizaje relacional. A diferencia de los procedimientos directos de manejo de contingencias, que se centran en la relación entre estímulos y respuestas, la TMR

considera el lenguaje y la cognición como elementos clave en la formación y cambio de funciones.

Luciano et al. (2012) nos señalaran que, según la TMR, la conducta es un proceso de aprendizaje que se desarrolla mediante la socialización, facilitando relaciones arbitrarias entre situaciones, que, según estas relaciones, responderemos a diferentes eventos en función de otros. Las relaciones arbitrarias más conocidas serían las de coordinación, oposición, diferente, comparación, jerarquía y toma de perspectiva (deícticas). Los marcos relacionales establecidos por estas relaciones se distinguen por tres propiedades:

- Vinculación Mutua: Esta propiedad implica que una relación establecida en una dirección puede derivar una relación en la dirección opuesta. Por ejemplo, si a un niño se le dice que Carlos es más inteligente que Jorge, el niño inferirá que Jorge es menos inteligente que Carlos.

- Vinculación Combinatoria: Esta propiedad se refiere a la combinación de dos relaciones independientes para derivar una tercera. Continuando con el ejemplo anterior, si también se le dice al niño que Fernando es más inteligente que Carlos, el niño inferirá que Fernando es más inteligente que Jorge.

- Transformación de Funciones: Esta propiedad implica que la función de un estímulo puede influir en la función de otros estímulos relacionados. Por ejemplo, si se le dice al niño que los que juegan ajedrez son los más inteligentes, el niño puede preferir a Fernando para su equipo de Ajedrez, infiriendo que Fernando, siendo el más inteligente, jugará aún mejor.

Un ejemplo sencillo para explicar lo anterior es el caso de Alicia quien escucha a su amiga decir que está en un bote. Inmediatamente, Alicia comienza a experimentar síntomas de ansiedad, como temblores, sudoración y mareos. Días después, mientras Alicia está en

un autobús descubierto, el guía menciona: "Esto es como viajar en un bote por la ciudad". Aunque Alicia no ha tenido ninguna experiencia aversiva previa con autobuses descubiertos, podría presentar los mismos síntomas de ansiedad.

Augustson y Dougher (1997), mencionan que la transformación de funciones del estímulo resulta de gran importancia en el ámbito clínico. Esta relevancia no se limita a la aparición de nuevas respuestas ante estímulos que antes eran neutrales, sin necesidad de un condicionamiento directo. Además, este fenómeno nos permite comprender el desarrollo de novedosas estrategias de evitación.

2.7. Contextualismo funcional

Hayes et al. (2014) plantean que el contextualismo funcional es una perspectiva filosófica pragmática que concibe a los eventos psicológicos como acciones del organismo en su totalidad, situadas en contextos definidos por su historia y circunstancias actuales. En otras palabras, esta postura filosófica señalará la importancia de entender el comportamiento de las personas en relación con su contexto específico.

El contextualismo funcional se resalta principalmente en el marco del análisis de la conducta por su búsqueda de patrones comportamentales y las relaciones entre eventos, con el objetivo de predecir y modificar el comportamiento. Para realizar lo anterior, se establecieron conceptos y leyes empíricas que se pueden aplicar a una amplia gama de situaciones. Sin embargo, es pertinente destacar que esta visión del comportamiento no persigue una verdad universal, sino que se basa en un criterio pragmático. La utilidad de las teorías se evalúa según su capacidad para resolver objetivos específicos, más que por la búsqueda de verdades absolutas (Hayes, 1993 como se citó en Ruiz, 2021).

De manera complementaria, Pérez (2014) sostiene que el contextualismo funcional puede entenderse como una versión más atractiva de la filosofía del conductismo radical. Debido a que el término "conductismo radical" puede generar interpretaciones erróneas de extremismo, mientras que "contextualismo funcional" evoca ideas de comprensión conductual. Mencionando que los términos "contextual" y "funcional" son más aceptables y comprensibles para el público en general, ya que genera menos resistencia que las palabras "conductismo" y "radical". Por otro lado, destaca que la diferencia entre el contextualismo funcional y el conductismo radical radicaría en que el primero utilizaría los avances post-skinnerianos del estudio de la conducta verbal, es decir, la teoría de marcos relacionales.

III. MÉTODO

3.1. Tipo de investigación

Este estudio es de tipo instrumental, porque su objetivo principal es analizar las propiedades psicométricas de un instrumento de medición psicológica (Ato et al., 2013). Asimismo, Montero y León (2005) nos dice que todos los estudios pertenecientes a esta categoría son los que van a encaminados al desarrollo de pruebas, tanto diseño, adaptación y estudio de propiedades psicométricas.

3.2. Ámbito temporal y espacial

La investigación se llevó a cabo durante el año escolar 2024 en un colegio público ubicado en la Provincia Constitucional del Callao, Perú.

3.3. Variables

La variable de este estudio es la inflexibilidad psicológica, definida como la tendencia a evitar experiencias internas desagradables y a fusionarse con los pensamientos, lo que limita la capacidad de una persona para actuar de manera flexible y adaptativa en diferentes situaciones. Esta variable será medida a través del Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y). Adicionalmente, se considerarán variables sociodemográficas como edad y género para explorar posibles diferencias en la inflexibilidad psicológica. Ver anexo A y B.

3.4. Población y muestra

La población considerada para este estudio está compuesta por 638 estudiantes de secundaria de un colegio público en la Provincia Constitucional del Callao, Perú. De este grupo, se trabajó con una muestra de 211 estudiantes que cursaban entre tercero y quinto de

secundaria. La selección se realizó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. El tamaño de la muestra se basa en las recomendaciones de Catena et al. (2003) para estudios de análisis factorial, quienes sugieren un mínimo de 200 casos. Los criterios de inclusión serán: ser estudiante matriculado en el colegio seleccionado, tener entre 12 y 18 años y el asentimiento del estudiante.

3.5. Instrumento

El Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) en su versión original fue desarrollado por Greco et al. (2008). Este instrumento consta de 17 ítems que evalúan la inflexibilidad psicológica en adolescentes. Los ítems se responden en una escala Likert de 5 puntos, donde 0 significa "Nada verdadero" y 4 "Muy verdadero". El estudio original se realizó en Estados Unidos con una muestra de 1188 adolescentes. El AFQ-Y mostró una buena consistencia interna con un alfa de Cronbach de .90. La validez de estructura interna se evaluó mediante análisis factorial confirmatorio, mostrando un ajuste a un modelo unidimensional aceptable (CFI = .90). El instrumento ha sido utilizado en países como Colombia y España (Salazar et al., 2019; Valdivia-Salas et al., 2017) y, en el contexto limeño peruano, por Pérez (2021) quien realizó una adaptación del instrumento en dos colegios de Lima con una muestra total de 628 estudiantes de secundaria. Los resultados mostraron un alfa de Cronbach de .81 y un alfa ordinal de .84. Además, en términos de validez de estructura interna, se observaron índices de bondad de ajuste (RMSEA = 0.033; SRMR = 0.045; CFI = 0.978; TLI = 0.975), indicando que el instrumento es unidimensional. Asimismo, la versión adaptada del presente estudio se utilizará para la investigación.

La Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21, por sus siglas en inglés) fue desarrollada originalmente por Lovibond (1995). Este instrumento consta de 21 ítems que evalúan tres dimensiones: depresión, ansiedad y estrés. Cada ítem se responde en una escala

Likert de 4 puntos, donde 0 significa "No me ha ocurrido" y 3 "Me ha ocurrido mucho". El estudio original se realizó en Australia con una muestra de 2914 adultos. El DASS-21 mostró una buena consistencia interna con alfas de Cronbach de .91 para depresión, .84 para ansiedad y .90 para estrés. La validez de estructura interna se evaluó mediante análisis factorial confirmatorio, confirmando la estructura de tres factores (CFI = .939). El instrumento ha sido adaptado y validado en diversos países, incluyendo España y Colombia (Daza et al., 2002; Ruiz et al., 2017). En el contexto peruano, Antúnez y Vinet (2012) realizaron una adaptación del instrumento en una muestra de 484 estudiantes universitarios. Los resultados mostraron alfas de Cronbach de .87 para depresión, .79 para ansiedad y .83 para estrés. En términos de validez de estructura interna, se observaron índices de bondad de ajuste aceptables (RMSEA = .055; CFI = .94; TLI = .93), confirmando la estructura tridimensional del instrumento. La versión adaptada del DASS-21 se utilizará en la presente investigación para evaluar los niveles de depresión, ansiedad y estrés en la población de estudio.

3.6. Procedimientos

Inicialmente, se solicitó la autorización al director de la institución educativa para llevar a cabo la investigación. En cuanto a los estudiantes, se ingresó a las aulas de la institución para invitarlos a participar de la investigación, explicándoles el propósito y pidiéndoles su asentimiento. La aplicación del cuestionario se realizó de forma grupal en las aulas durante el horario escolar, en sesiones de al alrededor de 20 minutos. Los cuestionarios fueron administrados por el investigador, quien estuvo disponible para resolver dudas. Junto con el AFQ-Y, se recogieron datos demográficos básicos como edad y género. Para la preparación del análisis de datos, se realizaron las siguientes etapas: primero, se llevará a cabo la revisión de los cuestionarios completados para garantizar que no existan respuestas

faltantes ni errores en los datos. Finalmente, se codificaron las respuestas para facilitar su ingreso en el software estadístico.

3.7. Análisis de datos

Para el análisis de los datos se utilizó el software estadístico JASP (Jeffrey's Amazing Statistics Program) en su versión 0.15.0.1, que es de código abierto y gratuito

- Se realizó análisis descriptivos de los ítems, incluyendo medias, desviaciones estándar, asimetría, curtosis e índice de homogeneidad.
- Se utilizó para evaluar la estructura factorial confirmatorio del AFQ-Y. Se emplearán índices de ajuste como CFI ($>.90$), TLI(>0.90) siendo esto los valores recomendados por Hu y Bentler (1999); RMSEA y SRMR para evaluar el ajuste del modelo.
- Se realizó validez de criterio mediante la correlación de los resultados del instrumento con el DASS-21. Para ello, se empleó la prueba de Spearman para determinar la relación entre las puntuaciones obtenidas y el criterio externo seleccionado.
- Se evaluó la consistencia interna del instrumento mediante el cálculo del coeficiente alfa de Cronbach.

3.8. Consideraciones éticas

El estudio se llevó se desarrolló siguiendo las normas éticas establecidas en el Código de Ética y Deontología del Colegio de Psicólogos del Perú, así como las pautas éticas para la investigación psicológica de la Asociación Americana de Psicología (APA). Se garantizó la confidencialidad y el anonimato de los participantes como de la institución educativa. La participación fue voluntaria, y se informó a los estudiantes el derecho de retirarse del estudio en cualquier momento sin consecuencias negativas. Se obtuvo el asentimiento informado de los estudiantes, luego de proporcionar la información comprensible sobre el propósito del estudio, los procedimientos y el uso de los datos.

IV. RESULTADOS

4.1. Análisis de ítems

El análisis de los estadísticos descriptivos del AFQ-Y muestra medias que oscilan entre 1.081 (ítem 14) y 2.379 (ítem 2), mientras que las desviaciones típicas varían entre 1.018 (ítem 14) y 1.392 (ítem 15). En cuanto a la forma de distribución, los índices de asimetría oscilan entre -0.204 (ítem 6) y 0.876 (ítem 14), mientras que en la curtosis, los valores varían entre -1.115 (ítem 15) y 0.262 (ítem 14), lo que sugiere, que a nivel general, las respuestas tienden a mostrar una distribución ligeramente aplanada. En relación con los índices de homogeneidad del AFQ-Y, calculados mediante la correlación ítem-test, revelaron que el ítem 15 presenta la correlación más alta (0.696), lo que indica que contribuye de forma consistente al constructo medido. En contraste, el ítem 11 muestra la correlación más baja (0.211).

Tabla 1

Estadísticos Descriptivos del AFQ-Y

Ítem	Media	D.E	Asimetría	Curtosis	Correlación ítem-test
ítem 1	1.953	1.150	0.283	-0.678	0.251
ítem 2	2.379	1.090	-0.065	-0.787	0.488
ítem 3	1.701	1.155	0.323	-0.678	0.502
ítem 4	1.270	1.064	0.449	-0.645	0.395
ítem 5	1.616	1.219	0.324	-0.782	0.411
ítem 6	2.336	1.197	-0.204	-0.813	0.338
ítem 7	2.000	1.151	0.057	-0.689	0.448
ítem 8	2.043	1.288	-0.053	-1.057	0.425
ítem 9	1.493	1.285	0.444	-0.826	0.481

ítem 10	1.427	1.154	0.519	-0.659	0.300
ítem 11	2.090	1.141	-0.061	-0.739	0.211
ítem 12	1.938	1.302	0.024	-1.075	0.598
ítem 13	1.886	1.245	0.233	-0.843	0.445
ítem 14	1.081	1.018	0.876	0.262	0.238
ítem 15	1.735	1.392	0.292	-1.115	0.696
ítem 16	1.635	1.385	0.406	-1.046	0.580
ítem 17	1.365	1.311	0.567	-0.838	0.420

4.2. Análisis de estructura interna

En la tabla 3 se observa el análisis factorial confirmatorio realizado para evaluar la estructura interna del Cuestionario de Evitación y Fusión cognitiva (AFQ-Y). El análisis factorial confirmatorio realizado para evaluar el Cuestionario de Evitación y Fusión cognitiva (AFQ-Y) incluyó dos modelos: uno unifactorial y otro de dos factores. Los resultados muestran que el modelo unifactorial (Modelo 1) presentó un valor de chi-cuadrado significativo ($p < 0.001$). Los índices de ajuste comparativo, CFI y TLI, fueron de 0.966 y 0.961, respectivamente. El RMSEA fue de 0.065 y el SRMR fue de 0.075. El Modelo 2, que propone una estructura de dos factores, presentó un CFI = 0.829, TLI = 0.803. Asimismo, el RMSEA fue de 0.072 y el SRMR de 0.0647 y un valor de p significativo (< 0.001).

Tabla 2*Índices de ajuste de los modelos de medida del AFQ-Y*

Modelo	Tipo de factor	Índices						
		X ²	G1	P	CFI	TLI	RMSEA	SRMR
Modelo 1	1 factor	223	119	<.001	0.966	0.961	0.065	0.075
Modelo 2	2 factores	247	118	<.001	0.829	0.803	0.072	0.0647

4.3. Análisis de validez de criterio

El AFQ-Y presentó una correlación de $r = .609$ con la subescala de depresión, $r = .650$ con la subescala de ansiedad, y $r = .690$ con la subescala de estrés. Todas estas correlaciones fueron estadísticamente significativas ($p < .001$). Entre las subescalas del DAS-21, se observó una correlación de $r = .852$ entre ansiedad y estrés, $r = .774$ entre depresión y estrés, y $r = .729$ entre depresión y ansiedad. Todas estas correlaciones también fueron estadísticamente significativas ($p < .001$).

Tabla 3*Correlación entre el AFQ-Y y las subescalas del DAS-21*

Variables	Media	D.E	1	2	3	4
1. Inflexibilidad			1.0			
2. Depresión			0.609***	1		
3. Ansiedad			0.650***	0.729***	1	
4. Estrés			0.690***	0.774***	0.852***	1

4.4. Confiabilidad

La confiabilidad del AFQ-Y se evaluó utilizando dos índices: el coeficiente omega de McDonald (ω) y el alfa de Cronbach (α). El coeficiente omega de McDonald fue de $\omega = .836$, y el alfa de Cronbach fue de $\alpha = .830$.

V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

La presente investigación tuvo como objetivo general evaluar las propiedades psicométricas del Cuestionario de evitación y fusión cognitiva (AFQ-Y) en una muestra de adolescentes peruanos de la provincia del Callao, explorando su estructura factorial, validez y fiabilidad. Este cuestionario, fundamentado en el modelo de inflexibilidad psicológica de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), examina dos dimensiones principales: la fusión cognitiva y la evitación experiencial, constructos que han demostrado ser centrales en el desarrollo y mantenimiento del malestar psicológico en población adolescente (Hayes et al., 2012).

Los resultados reflejan una estrecha variabilidad en las respuestas. Los ítems en su totalidad mostraron índices de asimetría dentro del rango aceptable de ± 2 , indicando distribuciones relativamente simétricas, hallazgo consistente con estudios previos en población peruana (Amaya, 2023; Pérez, 2021).

En cuanto a las correlaciones ítem-test oscilaron entre 0.211 (ítem 1) y 0.724 (ítem 15), superando el criterio mínimo de 0.20 (Kline, 2015). Estos valores son consistentes con estudios previos en población peruana (Amaya, 2023; Pérez, 2021), lo que sugiere que los ítems contribuyen con el constructo. Sin embargo, ítems como el 1, el 11 y el 14 presentan las correlaciones más bajas el test, coincidiendo con otros autores (Pérez, 2021) lo que podría sugerir la necesidad de ajustes o una revisión para mejorar su rendimiento psicométrico.

El análisis factorial confirmatorio (AFC) reveló que el modelo unifactorial mostró índices de ajuste superiores (CFI = 0.966, TLI = 0.961, RMSEA = 0.065, SRMR = 0.075) en comparación con el modelo de dos factores, que no alcanzó índices de ajuste satisfactorios (CFI = 0.829, TLI = 0.803). Este hallazgo es consistente con investigaciones

previas de Salazar et al. (2019) y Greco et al. (2008), quienes también reportaron indicadores aceptables para el modelo unifactorial en poblaciones colombiana y estadounidense, respectivamente.

Desde una perspectiva teórica, la no diferenciación clara entre fusión cognitiva y evitación experiencial puede explicarse por su íntima relación procesual. Según Hayes et al. (2012), propone que la fusión cognitiva aporta de forma directa a la evitación experiencial, ya que actúa como un mecanismo psicológico interdependiente. Cuando un individuo se fusiona cognitivamente con sus pensamientos, da pie a desarrollar estrategias de evitación como forma de no generar malestar. Dinámica que hace que los dos procesos se encuentren relacionados, lo que dificulta su diferenciación en la medición psicológica.

También podríamos señalar que esta alta correlación entre ambas dimensiones sugiere que representan manifestaciones de un constructo subyacente más general de inflexibilidad psicológica. Esta alta interdependencia explicaría por qué los modelos bifactoriales no logran ajustes satisfactorios, ya que los ítems no discriminan suficientemente entre dimensiones.

Es notable mencionar que, a diferencia de nuestros resultados, Salazar et al. (2019) obtuvieron indicadores muy satisfactorios para el modelo bifactorial (CFI: .990, RMSEA: .041, SRMR: .039), lo que genera un interesante contraste metodológico. Las variaciones en los índices de ajuste respecto a otros estudios pueden explicarse desde una perspectiva transcultural. Siguiendo a Betancourt y López (1993), las diferencias en la expresión de constructos psicológicos entre culturas pueden atribuirse a variaciones en sistemas de significado, normas sociales y contextos de socialización. En el caso de la inflexibilidad psicológica, factores como estructuras familiares, expectativas culturales y mecanismos de afrontamiento pueden modular la manifestación de estos procesos psicológicos.

Un antecedente local relevante es el estudio de Pérez (2021) en Lima, que tampoco obtuvo índices de ajuste adecuados para el modelo bifactorial (CFI = .233, TLI = .124, RMSEA = .184, SRMR = .169), lo que refuerza la consistencia de nuestros hallazgos en el contexto peruano.

La validez de criterio fue respaldada por las correlaciones entre el AFQ-Y y las subescalas del DAS-21 (depresión: $r = .609$; ansiedad: $r = .650$; estrés: $r = .690$), valores que se consideran entre moderados y altos, que son teóricamente consistentes con el modelo ACT. Estos hallazgos guardan relación con estudios previos, ya que, en el ámbito de la ansiedad y depresión, Levin et al. (2012) documentaron en una muestra de adultos que la inflexibilidad psicológica se asocia significativamente con mayores niveles de sintomatología ansiosa y depresiva. También, Valdivia-Salas et al. (2017) encontraron relaciones significativas entre la inflexibilidad psicológica y la depresión ($\beta = 0.45$, $p < .05$). Además, estos resultados amplían la evidencia sobre el rol de la inflexibilidad psicológica como factor transdiagnóstico en el desarrollo de problemas de salud mental en adolescentes (Hayes et al., 2012; Kashdan y Rottenberg, 2010).

En cuanto a la confiabilidad, los coeficientes de consistencia interna obtenidos ($\omega = .836$, $\alpha = .830$) indican una fiabilidad adecuada del AFQ-Y en esta muestra. Estos valores son comparables con los reportados en el estudio original de Greco et al. (2008), quienes encontraron un alfa de Cronbach de .930, y se alinean con estudios nacionales como el de Pérez (2021), Celestino y Purizaca (2023) y Amaya (2023), que reportaron valores superiores a .80 en sus estudios psicométricos. La inclusión del coeficiente omega representa una fortaleza metodológica, ya que proporciona una estimación más precisa de la fiabilidad al no asumir tau-equivalencia entre los ítems (Dunn et al., 2014).

VI. CONCLUSIONES

- 6.1.El Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) demuestra validez psicométrica de contenido, estructura interna y convergencia para su uso en adolescentes de la provincia del Callao, con índices de ajuste satisfactorios para el modelo unifactorial.
- 6.2.Las correlaciones ítem-test superan el criterio mínimo, teniendo valores de 0.211 a 0.743.
- 6.3.El modelo unifactorial muestra un mejor ajuste que el modelo de dos factores, lo cual es coherente con el estudio original, y es consistente con adaptaciones previas en población de Latinoamérica y Perú.
- 6.4.La validez convergente del AFQ-Y se respalda en correlaciones moderadas a altas con las subescalas del DAS-21, confirmando su utilidad para evaluar aspectos relacionados con el malestar psicológico.
- 6.5.El instrumento demuestra fiabilidad, mediante los coeficientes alfa y omega, siendo comparable con estudios previos nacionales e internacionales.

VII. RECOMENDACIONES

- 7.1. Evaluar la estabilidad temporal de los índices instrumento en la población adolescente peruana.
- 7.2. Ampliar la investigación a otras regiones del Perú para establecer baremos nacionales que permitan una interpretación más precisa de las puntuaciones.
- 7.3. Realizar en futuros estudios, muestreos probabilísticos para obtener resultados más representativos.
- 7.4. Realizar una revisión lingüística de los ítems 1, 11 y 14, con el objetivo de modificar su redacción y mejorar la comprensión de estos por parte de los usuarios.
- 7.5. Explorar la relación del AFQ-Y con otros constructos psicológicos relevantes para la población adolescente peruana, como el rendimiento académico o las relaciones familiares.
- 7.6. Implementar estudios de validez predictiva para determinar la capacidad del AFQ-Y de anticipar resultados clínicamente relevantes en adolescentes peruanos.
- 7.7. Ampliar la investigación con un análisis de invarianzas de sexo y edad.

VIII. REFERENCIAS

- Amaya, M. (2023). *Evidencias psicométricas del cuestionario de inflexibilidad psicológica en estudiantes de secundaria de instituciones educativas, Piura, 2023* [Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/145330>
- Análisis de Situación de Salud (2022). *Análisis de situación de salud Región Callao*. Ministerio de Salud <https://www.diresacallao.gob.pe/wdiresa/documentos/boletin/epidemiologia/asis/FI/LE0000012024.pdf>
- Ato, M., López, J., y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Augustson, E., y Dougher, M. (1997). The transfer of avoidance functions through stimulus equivalence classes. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 28(3), 181–191. [https://doi.org/10.1016/S0005-7916\(97\)00008-6](https://doi.org/10.1016/S0005-7916(97)00008-6)
- Bermejo, L. y Gamarra Salcedo, N. (2023). *Concepciones sobre la flexibilidad psicológica en un grupo de psicoterapeutas que residen en Lima Metropolitana* [Tesis de Licenciatura, Universidad de Lima]. Repositorio Institucional ULima <https://hdl.handle.net/20.500.12724/19015>
- Betancourt, H., y López, S. (1993). The study of culture, ethnicity, and race in American psychology. *The American Psychologist*, 48(6), 629–637. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.48.6.629>
- Catena, A., Ramos, M. y Trujillo, H. (2003). *Análisis multivariado: un manual para investigadores*. Biblioteca Nueva, S.L.

- Celestino, M., y Purizaca, A. (2023). *Propiedades psicométricas del instrumento de inflexibilidad psicológica entre estudiantes de 12 a 17 años de instituciones educativas de la ciudad de Piura, 2022*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo] Repositorio de la Universidad Cesar Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/120985>
- Cobos, L., Fluja, J., y Gómez, I. (2017). Intervención en flexibilidad psicológica como competencia emocional en adolescentes: Una serie de casos. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 4, 135-141. <https://www.redalyc.org/pdf/4771/477152556006.pdf>
- Delgado, C. J., Varas, J., Ruiz, F. J., Díaz, B., Cantón, P., Ruiz, E., González, N., Rincón, A., y Ramos, R. (2020). Inflexibilidad psicológica e impacto clínico: adaptación del Cuestionario de Aceptación y Acción-II en una muestra de pacientes en tratamiento de hemodiálisis. *Nefrología: publicación oficial de la Sociedad Española Nefrología*, 40(2), 160–170. <https://doi.org/10.1016/j.nefro.2019.06.008>
- Dunn, T. J., Baguley, T., y Brunsten, V. (2014). From alpha to omega: a practical solution to the pervasive problem of internal consistency estimation. *British Journal of Psychology (London, England: 1953)*, 105(3), 399–412. <https://doi.org/10.1111/bjop.12046>
- Gillanders, D. T., Bolderston, H., Bond, F. W., Dempster, M., Flaxman, P. E., Campbell, L., Kerr, S., Tansey, L., Noel, P., Ferenbach, C., Masley, S., Roach, L., Lloyd, J., May, L., Clarke, S., y Remington, B. (2014). The development and initial validation of the cognitive fusion questionnaire. *Behavior Therapy*, 45(1), 83–101. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2013.09.001>
- Greco, L. A., Lambert, W., y Baer, R. A. (2008). Psychological inflexibility in childhood and adolescence: Development and evaluation of the Avoidance and Fusion

- Questionnaire for Youth. *Psychological Assessment*, 20(2), 93-102.
<https://doi.org/10.1037/1040-3590.20.2.93>
- Harris, R. (2021). *Hazlo simple*. Ediciones Obelisco, S.L
- Harris, R. (2009). *ACT made simple: An easy-to-read primer on acceptance and commitment therapy*. New Harbinger Publications.
- Hayes, S., Pistorello, J., y Levin, M. (2012). Acceptance and Commitment Therapy as a unified model of behavior change. *The Counseling Psychologist*, 40(7), 976-1002.
<https://doi.org/10.1177/0011000012460836>
- Hayes, S. (2004). Acceptance and commitment therapy, relational frame theory, and the third wave of behavioral and cognitive therapies. *Behavior Therapy*, 35(4), 639-665. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(04\)80013-3](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(04)80013-3)
- Hayes, S. y Twohig, M. (2019). *ACT en la Práctica Clínica para la depresión y ansiedad*. Editorial Desclée de brouwer
- Hayes, S., Wilson, K., y Strosahl, K. (2014). *Terapia de aceptación y compromiso : proceso y práctica del cambio consciente (mindfulness)*. Editorial Desclee De Brouwer.
- Hu, L. y Bentler, P. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1–55.
<https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Infobae (06 de enero de 2024). Perú registró 1.7 millones de niños con depresión en el 2023: una peligrosa cifra récord no vista antes.
<https://www.infobae.com/peru/2024/01/06/peru-registro-17-millones-de-menores-con-depresion-en-el-2023-una-peligrosa-cifra-record-no-vista-en-decadas/>
- Kline, R. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling (4th ed.)*. The Guilford Press.

- Luciano, C. y Valdivia, S. (2006). La terapia de aceptación y compromiso (ACT): fundamentos, características y evidencia. *Papeles del Psicólogo*, 27(2), 79-91. <https://www.redalyc.org/pdf/778/77827203.pdf>
- Luoma, J., Hayes, S. , y Walser, R. (2017). *Learning ACT, 2nd edition: An acceptance and commitment therapy skills-training manual for therapists*. New Harbinger Publications.
- Luciano, C., Páez, M., Gutiérrez, O y Sánchez, V. (2012). *Múltiples Aplicaciones de la Terapia de Aceptación y Compromiso*. Editorial Pirámide.
- Levin, M., Krafft, J., y Twohig, M. (2024). An Overview of Research on Acceptance and Commitment Therapy. *Psychiatric Clinics Of North America/The Psychiatric Clinics Of North America*, 47(2), 419-431. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2024.02.007>
- Kashdan, T. y Rottenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 865-878. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.001>
- Maero, F. (2022). *Croquis : una guía clínica de Terapia de Aceptación y Compromiso*. Editorial Psara.
- Montero, I. y León, O.(2005). Sistema de clasificación del método en los informes de investigación en Psicología. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 5(1), 115-127 <https://www.redalyc.org/pdf/337/33701007.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (2021). *Adolescent mental health*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Pérez, I. (2021). *Adaptación del cuestionario de evitación y fusión para jóvenes (AFQ-Y) en estudiantes de secundaria de instituciones educativas de Lima Metropolitana*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio

Institucional Universidad Nacional Federico Villarreal.

https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/5570/UNFV_PEREZ%20MENDEZ%20IRVING%20JUNIOR_%20TITULO%20PROFESIONAL_2021.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Pérez, M. (2014). *Las terapias contextuales como terapias de tercera generación*. Editorial Síntesis.

Ruiz, F. (2021). *Manual de terapias conductuales contextuales*. Ediciones Psara

Salazar, D. , Ruiz, F., Suárez-Falcón, J., Barreto-Zambrano, M., Gómez-Barreto, M. y

Flórez, C. (2019). Psychometric properties of the Avoidance and Fusion Questionnaire – Youth in Colombia. *Journal Of Contextual Behavioral Science*, 12, 305-313. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2018.11.008>

Spinhoven, P., Drost, J., de Rooij, M., van Hemert, A. M. y Penninx, B. W. (2014). *A longitudinal study of experiential avoidance in emotional disorders*. *Behavior Therapy*, 45(6), 840-850.

Törneke, N., Luciano, C., Barnes Y. y Bond, F. (2016). RFT for Clinical Practice. *The Wiley Handbook of Contextual Behavioral Science*, 254–272. <https://doi.org/10.1002/9781118489857.ch12>

Valdivia-Salas, S., Martín-Albo, J., Zaldivar, P., Lombas, A. y Jiménez, T. (2017). Spanish validation of the Avoidance and Fusion Questionnaire for youth (AFQ-Y). *Assessment*, 24, 919-931. <https://doi.org/10.1177/1073191116632338>

IX. ANEXOS

Anexo A. Matriz de Operacionalización

Variable	Definición	Dimensiones	Indicadores	Tipo	Nivel
Inflexibilidad Psicológica	<p>Concepto: Tendencia a evitar experiencias internas desagradables y a fusionarse con los pensamientos, lo que limita la capacidad de una persona para actuar de manera flexible y adaptativa en diferentes situaciones.</p> <p>Operacionalización: La inflexibilidad psicológica se operacionaliza a través de la puntuación total obtenida en el Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y). Este instrumento consta de 17 ítems que se responden en una escala Likert de 5 puntos (0 =</p>	Evitación Experiencia 1	Intentos de modificar o eliminar experiencias internas	Cuantitativo	Ordinal
		Fusión Cognitiva	Control excesivo o inapropiado del pensamiento sobre la conducta		

	"Nada verdadero" a 4 = "Muy verdadero"). Las puntuaciones más altas indican mayor inflexibilidad psicológica.				
--	---	--	--	--	--

Anexo B. Matriz de Consistencia

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variable	Metodología
¿Cuáles son las propiedades psicométricas del Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) para medir la inflexibilidad psicológica en adolescentes de un colegio público en el Callao??	<p>Objetivo general Analizar las propiedades psicométricas del Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) en adolescentes de un colegio público del Callao.</p> <p>Objetivos específicos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Analizar la validez de contenido los ítems del Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) en adolescentes de secundaria de un colegio público del Callao. 	<p>Hipótesis específicas</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. El Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) presenta homogeneidad en sus ítems. 2. El Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) se ajusta a un modelo unifactorial en adolescentes de secundaria de un colegio público del Callao. 	Inflexibilidad Psicológica	<p>Tipo de investigación: Instrumental</p> <p>Población: 638 estudiantes de secundaria de un colegio público en Callao</p> <p>Muestra: 211 estudiantes</p> <p>Muestreo: No probabilístico por conveniencia</p> <p>Instrumento: Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y)</p> <p>Análisis de datos:</p>

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Determinar la validez de estructura interna del Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) en adolescentes de secundaria de un colegio público del Callao. 3. Determinar la validez de criterio del Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) en adolescentes de secundaria de un colegio público del Callao. 4. Evaluar la consistencia interna del Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) en adolescentes de secundaria de un colegio público del Callao. 	<ol style="list-style-type: none"> 3. El Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) presenta una consistencia interna en adolescentes de secundaria con un coeficiente alfa de Cronbach ≥ 0.70. 4. El Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) presenta una correlación alta-moderada con las Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21). 		<ol style="list-style-type: none"> 1. Análisis descriptivo: Medias, desviación estándar, asimetría y curtosis de los ítems. 2. Validez de estructura interna: Análisis Factorial Confirmatorio (AFC) mediante índices de ajuste (CFI, TLI, RMSEA, SRMR). 3. Validez de criterio: Correlación Rho de Spearman con el DASS-21. 4. Confiabilidad: Coeficientes Alfa de Cronbach y Omega de McDonald.
--	---	--	--	---

Anexo C. Petición de permiso para el uso del instrumento AFQ-Y

jeanpierre echinoza <echinoza10@gmail.com>
para LaurieAGreco, Laurie.Greco, grecoL, ▼

mié, 11 sept, 5:46 p.m. ☆ ↻

Dear Dr. Laurie A. Greco,

My name is Jean Pierre Alessandro Echinoza Espinoza, and I am a sixth-year psychology student at the Universidad Nacional Federico Villarreal in Lima, Peru. I am writing to kindly request your authorization to use the Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth (AFQ-Y) in my research project.

The aim of my study is to analyze the psychometric properties of the AFQ-Y in a sample of secondary school adolescents from a public school in Callao, Peru. I believe your instrument is an essential tool for assessing cognitive fusion in youth, and it would be a privilege to have your permission to include it in my research.

I am happy to comply with any additional requirements, such as adhering to specific conditions for using the questionnaire.

Thank you very much for your time and consideration. I look forward to hearing from you soon.

Sincerely,
Jean Pierre Alessandro Echinoza Espinoza
Psychology Student
Universidad Nacional Federico Villarreal
Email: 2019007552@unfv.edu.pe
Phone: +51 927 557 553

Laurie Greco
para Laurie.Greco, grecoL, mi ▼

jue, 3 oct, 2:57 p.m. ☆ ↻

 Traducir al español ×

Hi Jean Pierre,

Thank you for your email and interest in the AFQ. We would be happy for you to use this measure in your research.

Best wishes,
Dr. Laurie Greco

Anexo D. Asentimiento informado

Asentimiento Informado para Participación en la Investigación

Estimado(a) estudiante:

Mi nombre es Jean Pierre Alessandro Echinoza, soy exalumno de la I.E. "Federico Villarreal" y actualmente estudiante de Psicología en la Universidad Nacional Federico Villarreal. Te invito a participar en una investigación titulada "Propiedades Psicométricas del Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y) en Adolescentes de un Colegio Público de Callao".

El propósito de este estudio es entender mejor cómo piensas, sientes y respondes ante diferentes situaciones. Para ello, te pediremos que respondas un cuestionario breve y sencillo. No hay respuestas correctas o incorrectas, solo queremos conocer la situación de nuestros estudiantes de secundaria.

Información importante:

Tu participación es voluntaria. Si decides no participar o abandonar en cualquier momento, no habrá consecuencias negativas.

Confidencialidad: Todas tus respuestas serán anónimas y confidenciales. Nadie sabrá que fuiste tú quien las respondió.

Duración: Completar el cuestionario te tomará alrededor de 5 a 10 minutos.

Beneficios y riesgos: No hay riesgos importantes al participar, tu participación nos ayudará a entender mejor algunos aspectos emocionales que pueden ser útiles para futuras intervenciones en tu colegio.

Si tienes alguna pregunta, no dudes en consultarnos. Si estás de acuerdo en participar, por favor marca a continuación.

Nombre del estudiante: _____

Si acepto:

Fecha: _____

Anexo E. Cuestionario de Evitación y Fusión Cognitiva (AFQ-Y)

Nos gustaría saber más sobre lo que piensas, como te sientes y que haces. Lee cada oración. Luego, encierra en un círculo un número entre 0 – 4 que nos diga cuan cierta es cada oración para ti.

	Eso no es cierto	Es un poco cierto	Es cierto	Es bastante cierto	Es totalmente cierto
1. Mi vida no será buena a menos que me sienta feliz.	0	1	2	3	4
2. Mis pensamientos y sentimientos afectan mi vida.	0	1	2	3	4
3. Me siento triste o solo(a), entonces algo debe andar mal conmigo.	0	1	2	3	4
4. Las cosas malas que pienso sobre mi deben ser ciertas.	0	1	2	3	4
5. No intento nuevas cosas si tengo miedo de arruinarlas.	0	1	2	3	4
6. Debo deshacerme de mis preocupaciones y temores para tener una buena vida.	0	1	2	3	4
7. Hago todo lo que está en mis manos para asegurarme de no verme tonto(a) frente a otras personas.	0	1	2	3	4
8. Intento mucho borrar recuerdos dolorosos de mi mente.	0	1	2	3	4
9. No puedo soportar sentir dolor o daño en mi cuerpo.	0	1	2	3	4
10. Si mi corazón late rápido, puede haber algo malo conmigo.	0	1	2	3	4
11. Evito pensamientos y sentimientos que no me gustan.	0	1	2	3	4
12. Dejo de hacer cosas importante para mí cuando me siento mal.	0	1	2	3	4
13. Me va mal en el colegio cuando tengo pensamientos que me hacen sentir triste.	0	1	2	3	4
14. Digo cosas para parecer bacán.	0	1	2	3	4
15. Desearía tener una varita mágica para desaparecer mi tristeza.	0	1	2	3	4
16. Tengo miedo de mis sentimientos.	0	1	2	3	4
17. No puedo ser un(a) buen(a) amigo(a) cuando me siento mal.	0	1	2	3	4

Anexo F. Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21)

DASS-21

Por favor lea las siguientes afirmaciones y marque un número (0, 1, 2 o 3) para indicar en qué medida esa frase describe lo que le pasó o sintió durante la última semana. No hay respuestas buenas o malas.

Marque según su primera impresión, no se detenga demasiado en cada frase.

- 0 No describe nada de lo que me pasó o sentí en la semana, **Nunca**
- 1 Sí esto me pasó o lo sentí en alguna medida o en algún momento, **A veces**
- 2 Sí esto me pasó bastante o lo sentí muchas veces, **Con frecuencia**
- 3 Sí esto me pasó mucho, o **casi siempre**.

Nº	Frase	N	AV	CF	CS
1	Me costó mucho calmarme.	0	1	2	3
2	Me di cuenta <u>que</u> tenía la boca seca.	0	1	2	3
3	No podía sentir nada positivo.	0	1	2	3
4	Tuve problemas para respirar. (ej. respirar muy rápido, o perder el aliento sin haber hecho un esfuerzo físico).	0	1	2	3
5	Se me hizo difícil motivarme para hacer cosas.	0	1	2	3
6	Me descontrolé en ciertas situaciones.	0	1	2	3
7	Me sentí tembloroso (ej. manos temblorosas)	0	1	2	3
8	Sentí que estaba muy nervioso.	0	1	2	3
9	Estuve preocupado por situaciones en las cuales podría sentir pánico y hacer el ridículo.	0	1	2	3
10	Sentí que no tenía nada por que vivir.	0	1	2	3
11	Noté que me estaba poniendo intranquilo.	0	1	2	3
12	Se me hizo difícil relajarme.	0	1	2	3
13	Me sentí triste y deprimido.	0	1	2	3
14	No soporté que algo me apartara de lo que estaba haciendo.	0	1	2	3
15	Estuve a punto de tener un ataque de pánico.	0	1	2	3
16	Fui incapaz de entusiasmarme con algo.	0	1	2	3
17	Sentí que valía muy poco como persona.	0	1	2	3
18	Sentí que estaba muy irritable.	0	1	2	3
19	Sentía los latidos de mi corazón a pesar de que no había hecho ningún esfuerzo físico.	0	1	2	3
20	Sentí miedo sin saber por qué.	0	1	2	3
21	Sentí que la vida no tenía ningún sentido.	0	1	2	3