

Diseño y validación de un instrumento para medir el cuidado en  
universitarios del programa jóvenes cuidadores

Juan Camilo Sánchez, Laura Daniela Gordillo, Natalia  
Montoya Polanco y Sandra Milena Cruz  
Héctor Ricardo Jiménez Martín (Director)

Universidad El Bosque  
Facultad de Psicología  
Especialización en psicología clínica y autoeficacia personal  
Bogotá D.C., Enero del 2024

**UNIVERSIDAD EL BOSQUE  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
TRABAJO DE GRADO**

---

**NOTA DE SALVEDAD**

La Facultad de Psicología de la Universidad El Bosque informa que los conceptos, datos e información emitidos en el trabajo de grado titulado:

**Diseño y validación de un instrumento para medir el cuidado en universitarios del programa jóvenes cuidadores**

Presentado como requisito para optar por el título de Especialista en Psicología Clínica y Autoeficacia Personal, son responsabilidad de los autores quienes reconocen ante la Universidad que éste trabajo ha sido elaborado de acuerdo con los criterios científicos y éticos exigidos por la disciplina y la Facultad.

## **Agradecimientos**

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento al tutor de la tesis Héctor Ricardo Jiménez Martín y a mis compañeros Laura Daniela Gordillo, Sandra Milena Cruz y Natalia Montoya junto a los colaboradores que contribuyeron al desarrollo de este trabajo de grado. Su generosidad, apoyo incondicional y experiencia fueron fundamentales para el éxito del proyecto. También agradezco a la Dra. Nancy Martínez, la ONG YMCA y los jueces expertos por su valiosa colaboración en cada fase del proceso, enriqueciendo la calidad y validez de la herramienta de medición.

*Juan Camilo Sánchez*

Agradezco profundamente a cada persona que hizo parte de este proyecto para que esto fuera posible, también a la ONG YMCA por poner su confianza en nosotros como profesionales para llevar a cabo esta investigación, a la profesora Nancy por proponernos realizarlo, al profesor Héctor Ricardo Jiménez Martín por su comprensión y su generosidad en brindarnos herramientas y todo su conocimiento para que esto fuera posible, por ser una guía y claridad en cada encuentro que tuvimos con él, también quiero expresar mi profundo agradecimiento a mis compañeros Juan Camilo Sánchez,

Laura Daniela Gordillo y Sandra Cruz por el gran equipo de trabajo que conformamos, cada uno permitiéndose aportar nuestros conocimientos y siendo siempre un gran apoyo.

*Natalia Montoya Polanco*

Deseo agradecer al Tutor de tesis Héctor Ricardo Jiménez Martín por su claridad, enfoque y excelente liderazgo, lo que nos permitió tener la guía y retroalimentación necesaria, en segundo lugar, a la Dra. Nancy Martínez por el acompañamiento en cada fase de este proyecto, tomando en cuenta nuestras necesidades y expectativas como estudiantes, a los jurados expertos quienes nos brindaron su retroalimentación y sugerencias necesarias para la presentación final de nuestro instrumento de medición, a la ONG YMCA por abrir este proyecto y confiar en nosotros para el desarrollo de esta herramienta de medición y finalmente quisiera darle un reconocimiento especial a mis compañeros de tesis: Juan Camilo gracias por tu entrega, liderazgo y capacidad de organización; Daniela, gracias por tu nivel de profundidad y capacidad de análisis en el curso de este proyecto y Natalia gracias por tu diligencia, búsqueda de herramientas y por tu buen humor en momentos de tensión.

*Sandra Milena Cruz Vega*

Quisiera expresar mi más profundo agradecimiento a nuestro tutor de tesis Héctor Ricardo Jiménez Martín, por su mano guía a lo largo de este importante proceso de crecimiento profesional y académico, brindándonos su experticia y valioso tiempo. Así mismo, quisiera expresar mi gratitud a mis compañeros Juan Camilo Sánchez, Natalia Montoya Polanco y Sandra Milena Cruz, pues con su apoyo, esfuerzo, conocimiento y dedicación se realizó con éxito el presente estudio que nos contribuyó a la profesión y a la vida. Finalmente, este proceso no hubiese sido posible sin el acompañamiento de nuestro jurado Nancy Martínez, quien fue impulsadora de ideas e innovación para trabajar de la mano con la ONG YMCA y puso en disposición sus conocimientos para dar un rumbo de éxito a esta importante investigación.

*Laura Daniela Gordillo León*

### **Dedicatoria**

Quiero dedicar estas palabras a mis queridos padres, a mi amorosa pareja Camila y a mis invaluable amigos. Gracias a ustedes, he podido contar con un apoyo incondicional en cada uno de los momentos de este proceso. Desde los valores y la disciplina inculcados por mis padres, pasando por el amor y cariño de mi pareja, hasta la amistad sincera y el acompañamiento de mis amigos, han sido el motor que me ha permitido continuar hacia adelante en la consecución de mis metas. Por todo esto, les doy las gracias de corazón, por haber formado parte fundamental en este importante logro en mi vida.

*Juan Camilo Sánchez*

Quiero agradecer primero a Dios por permitirme estar realizando la especialización en Psicología Clínica, y por esta propuesta para la elaboración de este trabajo de grado, a mi familia principalmente mis papás y mi hermana por el apoyo y entendimiento en los momentos difíciles y por acompañarme en este proceso.

*Natalia Montoya Polanco.*

Agradezco a Dios primeramente por brindarme la oportunidad de cumplir el sueño de hacer la especialización en Psicología Clínica, por abrirme puertas a nivel laboral para

poder tener los recursos económicos necesarios y por darme la posibilidad de contar con el apoyo de mis padres y mi esposo y así poder tener el tiempo de ir a clase cada 15 días y de cumplir con mis obligaciones académicas. También agradezco a mis hijos por su paciencia y su entendimiento, en los momentos en que necesite priorizar mi parte académica para poder cumplir con mis objetivos.

*Sandra Milena Cruz Vega*

Quiero darle infinitas gracias y dedicarle este éxito académico a mi padre, José Daniel Gordillo Torres, pilar de mi vida y base fundamental de todos mis éxitos hasta el día de hoy, quien con su cariño y dedicación me ha dado fuerzas y motivación para lograr cada uno de mis propósitos a lo largo de mi vida.

*Laura Daniela Gordillo León.*

## Diseño y validación de un instrumento para medir el cuidado en universitarios del programa jóvenes cuidadores

Juan Camilo Sánchez<sup>1</sup>, Laura Daniela Gordillo<sup>1</sup>, Natalia Montoya Polanco<sup>1</sup>, Sandra Milena Cruz<sup>1</sup> y Héctor Ricardo Jiménez Martín<sup>2</sup>

### Resumen

El presente estudio tiene como objetivo el diseñar y validar un instrumento de cuidado para universitarios del programa Jóvenes Cuidadores. El diseño de la herramienta se basó en un enfoque empírico-analítico, de marco psicométrico, descriptivo y de clasificación instrumental. Se creó un grupo focal con representantes del programa Jóvenes Cuidadores expertos en el constructo de cuidado. A través del programa *Atlas ti 22*, se identificaron las categorías y subcategorías que harían parte del instrumento, incluyendo el cuidado, cuidado de sí mismo, el cuidado del otro o cuidado como conexión, el cuidado del entorno o cuidado de la casa común y el cuidado del cuidador con sus respectivas subcategorías. Posteriormente, se llevó a cabo el desarrollo de los ítems con base en la información recolectada y el sustento teórico, asegurando la pertinencia. La validación de contenido se realizó utilizando el método de jueces expertos, compuesto por una muestra de siete expertos. Evaluaron la validez de contenido con base en cuatro criterios: pertinencia, estructura, lenguaje y redacción. Se encontró un consenso de aprobación entre los jueces expertos del total del instrumento mediante el índice de *validez de contenido de Lawshe*, lo que indica un alto grado de validez de contenido. Se realizó el ajuste final del instrumento en base al criterio cualitativo de los expertos.

*Palabras clave:* diseño, validación, instrumento, cuidado, universitarios.

---

<sup>1</sup> Psicólogos que optan por el título de Especialista en Psicología Clínica y Autoeficacia Personal

<sup>2</sup> MSc en Ciencias de la Educación, director del trabajo de grado

## Design and validation of an instrument to measure caregiving in university students of the Young Caregivers program

Juan Camilo Sánchez<sup>1</sup>, Laura Daniela Gordillo<sup>1</sup>, Natalia Montoya Polanco<sup>1</sup>, Sandra Milena Cruz<sup>1</sup> y Héctor Ricardo Jiménez Martín<sup>2</sup>

### Abstract

The aim of this study was to design and validate a care instrument for university students in the Jóvenes Cuidadores program. The tool was designed using an empirical-analytical approach, a psychometric framework, a descriptive and instrumental classification. A focus group was created with representatives from the Jóvenes Cuidadores program who were experts in the care construct. Through the *Atlas ti 22* program, the categories and subcategories that would be part of the instrument were identified, including self-care, care for others or care as connection, care for the environment or care for the common house, and caregiver care with their respective subcategories. Subsequently, the items were developed based on the collected information and theoretical support, ensuring relevance. Content validation was carried out using the expert judges method, composed of a sample of seven experts. They assessed content validity based on four criteria: relevance, structure, language, and wording. There was a consensus of approval among the expert judges for the total instrument using *Lashes' content validity index*, indicating a high degree of content validity. The final adjustment of the instrument was made based on the experts' qualitative criteria.

**Keywords:** design, validation, instrument, care, university students.

## Tabla de contenido

<b>Capítulo primero</b>	<b>1</b>
<b>Introducción</b>	<b>1</b>
<b>Justificación.</b>	<b>5</b>
<b>Objetivo general.</b>	<b>8</b>
<b>Objetivos específicos.</b>	<b>8</b>
<b>Capítulo segundo</b>	<b>9</b>
<b>Elementos teóricos para la construcción del instrumento de cuidado ONG YMCA</b>	<b>9</b>
<b>Contextualización De Las ONG.</b>	<b>9</b>
<b>Funciones.</b>	<b>11</b>
<b>ONG, Young Men's Christian Association.</b>	<b>13</b>
<b>La ACJ/YMCA, En El Contexto Colombiano.</b>	<b>15</b>
<b>Programa Jóvenes Cuidadores.</b>	<b>17</b>
<b>Constructo Del Cuidado.</b>	<b>18</b>
<b>Cuidado De Sí Mismo.</b>	<b>21</b>
<b>Cuidado Del Otro o Cuidado Como Conexión.</b>	<b>26</b>
<b>Cuidado De La Casa Común o Cuidado Del Entorno.</b>	<b>29</b>
<b>Cuidado Del Cuidador.</b>	<b>32</b>
<b>Instrumentos Antecedentes Relacionados Con El Constructo De cuidado.</b>	<b>Error!</b>
Bookmark not defined.	
<b>Diseño del instrumento.</b>	<b>39</b>
<b>Validez de instrumento.</b>	<b>40</b>
<b>Validez De Constructo.</b>	<b>41</b>

<b>Validez de Contenido.</b>	<b>42</b>
<b>Capítulo tercero</b>	<b>44</b>
<b>Método</b>	<b>44</b>
<b>Tipo de estudio.</b>	<b>44</b>
<b>Participantes.</b>	<b>45</b>
<b>Métodos y Técnicas Para La Recolección De La Información.</b>	<b>46</b>
<b>Grupos Focales.</b>	<b>46</b>
<b>Método De Angoff Modificado.</b>	<b>46</b>
<b>Plan De Análisis De Datos.</b>	<b>47</b>
<b>ATLAS. Ti 22.</b>	<b>47</b>
<b>Índice De Validez De Contenido (CRV) De Lawshe.</b>	<b>48</b>
<b>Procedimiento.</b>	<b>49</b>
<b>Aspectos éticos.</b>	<b>50</b>
<b>Capítulo cuarto</b>	<b>53</b>
<b>Resultados</b>	<b>53</b>
<b>Identificación de las categorías y subcategorías teóricas del instrumento.</b>	Error!
Bookmark not defined.	
<b>Análisis de las subcategorías de cuidado a partir de grupos focales.</b>	Error!
Bookmark not defined.	
<b>Desarrollo de las definiciones de categorías y componentes del instrumento.</b>	Error! Bookmark not defined.
<b>Validez de Contenido.</b>	<b>73</b>
<b>Características de la muestra.</b>	<b>73</b>
<b>Índice de Validez de Contenido (CRV) de Lawshe.</b>	<b>75</b>
<b>Análisis del coeficiente de razón de validez ajustado (CRV*).</b>	<b>80</b>

<b>Capítulo quinto</b>	<b>89</b>
<b>Discusión</b>	<b>89</b>
<b>Identificación de las categorías teóricas.</b>	<b>89</b>
<b>Validación Del Contenido.</b>	<b>94</b>
<b>Conclusiones.</b>	<b>996</b>
<b>Referencias</b>	<b>99</b>

### Lista de tablas

<b>Tabla 1</b>	
Definiciones De Las Categorías y Subcategorías Del Instrumento De Cuidado	60
<b>Tabla 2</b>	
Especificaciones y Relevancia De Las Categorías Del Instrumento De Cuidado	66
<b>Tabla 3</b>	
Tabla de Especificaciones con ítems	67
<b>Tabla 4</b>	
Frecuencias por cada una de las variables de experticia de los jueces	74
<b>Tabla 5</b>	
Acuerdo de jueces expertos en base al CRV*	75
<b>Tabla 6</b>	
Ajuste de los ítems a partir de la validación de contenido	82

### Lista de figuras

<b>Figura 1</b>	
Subcategorías identificadas de la categoría del cuidado	55
<b>Figura 2</b>	
Subcategorías identificadas de la categoría del cuidado de sí mismo	56
<b>Figura 3</b>	
Subcategorías identificadas de la categoría del “Cuidado del otro” o “cuidado como conexión	57
<b>Figura 4</b>	
Subcategorías identificadas de la categoría del “Cuidado de la casa común” o “cuidado del entorno”	58
<b>Figura 5</b>	
Subcategorías identificadas de la categoría del Cuidado del Cuidador	59

## **Lista de apêndices**

### **Apêndice A**

Perfiles de los jueces expertos

### **Apêndice B**

Grupos focales y preguntas guiadas

### **Apêndice C**

Método De Angoff Modificado

### **Apêndice D**

Formatos de contacto con los jueces expertos

### **Apêndice E**

Instrumento validado por los jueces expertos

## **Capítulo primero**

### **Introducción**

En este capítulo se abordará la introducción del estudio, en la cual se presentará de manera sucinta los aspectos contextuales relevantes acerca de la temática del mismo. También se expondrá la justificación del estudio, donde se ponderará la necesidad de la creación del instrumento psicométrico de cuidado, así como los objetivos planteados para proponer el alcance de la investigación.

La psicología tradicional ha centrado históricamente su estudio en las enfermedades mentales y conductuales, enfocándose en las debilidades y déficits cognitivos de las personas. No obstante, la psicología positiva ha surgido como una alternativa que busca potenciar al individuo, poniendo el foco en sus fortalezas y atributos positivos. A diferencia de la psicología clásica, que se enfoca en la enfermedad, la psicología positiva considera el bienestar, la satisfacción, la esperanza, el optimismo y los beneficios que estos aspectos pueden aportar a las personas. En la actualidad, han surgido y desarrollado nuevas perspectivas desde la psicología que abordan y conceptualizan la salud mental de manera distinta, reconociendo la importancia de concentrarse en los aspectos positivos. Esta nueva mirada promueve el estudio y la comprensión de un funcionamiento humano efectivo, resaltando la relevancia del bienestar personal sobre la salud mental (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000).

Es así como este proyecto de investigación se fundamentó desde el enfoque de la psicología positiva. Dicha perspectiva se caracteriza por estudiar diferentes aspectos del ser humano refiriendo las emociones positivas, la felicidad, la alegría, el amor, entre

otros. De igual manera, se interesa por las fortalezas personales como el optimismo, la creatividad, la gratitud, la sabiduría, la resiliencia y el cuidado (Oblitas, 2008).

Este último elemento fue considerado por Aristóteles como un concepto estrechamente relacionado con la delicadeza, la receptividad, el respeto hacia el entorno y la atención a la existencia humana en toda su limitada humanidad. Dichas reflexiones dieron inicio a una mayor comprensión acerca del significado del cuidado (Martín, 2015).

Por otra parte, este concepto ha sido comprendido desde diversas perspectivas teóricas y disciplinas incluyendo a la medicina y la enfermería, definiéndolo como un sentimiento que muestra empatía para uno mismo y preocupación por los demás. Dicha definición se orienta en ayudar a las personas a alcanzar un mayor grado de armonía entre su alma, mente y cuerpo a través de transacciones de cuidado, dando especial atención al poder establecer relaciones de cuidado que promuevan el bienestar integral entre los individuos, no solo a nivel físico sino también a nivel emocional y mental. Es así como el cuidado ha sido significado como una acción intencional, basada en la comprensión, el respeto hacia la experiencia y la dignidad de cada individuo (Watson, 1979).

Tras esta última definición, resulta esencial que el cuidado sea enseñado, ya que está relacionado con los derechos fundamentales de cada individuo, así como lo declara la Organización de las Naciones Unidas (ONU) la cual lo entiende como un pilar fundamental de la protección social-comunitaria, sosteniendo que el derecho a cuidar, ser cuidado y auto-cuidarse garantiza la dignidad y el bienestar individual (Organización de las Naciones Unidas [ONU], 2021).

Donde el cuidado ha demostrado tener un impacto positivo sobre los estados de bienestar y autoeficacia, en especial en poblaciones como América Latina, siendo un componente mitigador frente a diversas formas de vulnerabilidad, según señala la Asociación Latinoamericana de Autocuidado Responsable (ILAR).la cual sostiene que el cuidado ha generado ahorros significativos de hasta 7,2 mil millones de dólares para los sistemas de salud en la región, y menciona que, para obtener mayores beneficios, es relevante empoderar a los individuos mediante la promoción de la alfabetización en salud y el acceso a información, conjuntamente con programas que enseñen y fomenten las prácticas de cuidado (Asociación Latinoamericana de Autocuidado Responsable [ILAR],2023).

El aprendizaje de dichas prácticas resulta significativo en países como Colombia, donde los factores de riesgo de la salud mental son diversos y están influenciados por complejas situaciones sociales, culturales, políticas, económicas y ambientales. Según la Encuesta Nacional de Salud Mental desarrollada en el año 2015, aproximadamente el 9,1% de los colombianos experimentó algún trastorno mental a lo largo de su vida. Los trastornos afectivos tienen una prevalencia particularmente alta, alcanzando el 6,7%, seguido por la fobia social con una prevalencia del 2,7% y el trastorno de ansiedad generalizada con una prevalencia del 1,3%. Destacando que la ciudad de Bogotá reportó un mayor número de trastornos debido a su población en comparación con otras ciudades del país (Ministerio de Salud [MINSALUD], 2015).

En respuesta a esta situación, el Sistema Distrital de Cuidado de Bogotá (SIDICU) ha implementado programas que han brindado más de 53.000 atenciones, beneficiando tanto a quienes brindan cuidado como a los que lo reciben. Dicha iniciativa

tuvo un impacto significativo en la vida de 10.805 personas en la ciudad de Bogotá, proporcionando nuevas herramientas y oportunidades a través de procesos de formación, conocimientos digitales, educación complementaria y empoderamiento desde el cuidado. Estas cifras muestran la importancia de enseñar acerca del cuidado como factor clave y mitigador de la vulnerabilidad, especialmente en el ámbito de la salud mental (Sistema Distrital de Cuidado de Bogotá ([SIDICU], 2020).

Recopilando las anteriores estadísticas, se muestra como el cuidado ha adquirido una mayor importancia como objeto de estudio en relación con la salud mental y el bienestar en comunidades vulnerables. Se ha reconocido su relevancia y su impacto, lo que ha llevado a dirigir esfuerzos hacia diferentes poblaciones en situación de vulnerabilidad. Un ejemplo destacado es el programa Jóvenes Cuidadores, llevado a cabo por la Young Men's Christian Association (YMCA) donde se tiene como objetivo primordial capacitar a 50 jóvenes universitarios para que actúen como agentes multiplicadores en la promoción del cuidado. Este programa se centra en la mitigación de vulnerabilidades en comunidades, poniendo énfasis en los aspectos psicológicos y sociales que influyen en la salud y el bienestar (Young Men's Christian Association [YMCA], 2023a).

Un estudio regional realizado por el Centro de Investigación y Formación en Educación Superior (CEINFES) en América Latina y el Caribe reveló que la pandemia de COVID-19 generó una gran preocupación por la salud mental de niños, jóvenes, progenitores y cuidadores. Los resultados destacaron que alrededor del 30% de los encuestados se sentía sin un propósito en la vida, mientras que más del 80% experimentaba estrés y tensión constante. Ante esto, el programa Jóvenes Cuidadores

busca influir positivamente sobre la salud mental en comunidades de mayor vulnerabilidad, capacitando a jóvenes universitarios para que sean agentes de cambio y promuevan las prácticas de cuidado que contribuyan al bienestar (Centro de Investigación y Formación en Educación Superior [CEINFES], 2022).

Tras lo presentado y a pesar de los avances en programas y elementos para fortalecer las prácticas de cuidado, no se contaba con una herramienta que midiera este constructo de forma integral. El cuidado, visto como una parte fundamental de la vida humana y que se refleja desde las relaciones con los demás, siendo esencial para satisfacer las necesidades de cuidado de uno mismo, de los demás como una conexión, del entorno y de las personas que brindan cuidado a otros (Heidegger, 1927).

Por lo cual, reconociendo y buscando cubrir estas necesidades, se planteó el desarrollo y validación de un instrumento que integrara cada una de estas categorías. Este instrumento no solo permitirá identificar de manera efectiva e integral el cuidado y su impacto en la vida de las personas a nivel individual, sino también evaluar los programas actualmente en curso que fomenten el aprendizaje y las prácticas de cuidado abordados desde dicha perspectiva. Por ende, el objeto de este proyecto fue el desarrollo y validación de una herramienta que integrara la medición del cuidado, abordando dimensiones integrales, promoviendo la comprensión, valoración y efecto de las mismas en la sociedad.

### **Justificación**

La psicología, desde sus inicios, ha buscado medir y cuantificar sus planteamientos debido a la percepción de subjetividad en la disciplina. Pioneros como Francis Galton fundador del primer laboratorio de psicometría en el año 1884, Alfred

Binet fundador de la prueba de inteligencia en el año de 1905 y Raymond Cattell fundador de la primera prueba de personalidad durante el año de 1949, se dedicaron a evaluar las diferencias individuales, sentando las bases de la psicometría.

Posteriormente, autores como Lewis Terman y Karen Machover en el año de 1976 comenzaron a desarrollar herramientas de medición acerca de los atributos humanos, estableciendo procedimientos específicos para que la utilización de una prueba fuera similar en cualquier entorno y generalizable a diferentes individuos de un mismo universo (Salavarieta, 2008).

La identificación y desarrollo de estas nuevas herramientas ha promovido la evidencia científica en la disciplina de psicología. Simultáneamente, las pruebas o instrumentos con validez han empezado a ser influyentes sobre la sociedad en general y han tenido un impacto directo frente a la toma de decisiones que moldean las vidas de las personas. Esto se refleja en la educación, el empleo, la salud, así como en la evaluación de habilidades y aptitudes individuales. A pesar del amplio uso de las herramientas de medición en la psicología y en la sociedad, uno de los principales desafíos radica en la falta de instrumentos validados, lo cual puede comprometer la eficacia y eficiencia de las evaluaciones psicológicas individuales y sociales y tener consecuencias negativas en la toma de decisiones. Por esta razón, desde la creación de estas herramientas de medición, ha sido fundamental contar con pruebas rigurosamente validadas que aseguren la calidad y la imparcialidad en la medición de los constructos (Salavarieta, 2008).

En el contexto actual, diversas instituciones como la Comisión Internacional Del Test (CIT) han hecho referencia a la importancia de emplear instrumentos validos de evaluación en campos como la organización, la salud, la educación y la sociedad en

general. Es crucial que estas herramientas tengan una composición acorde y cuenten con procesos de validación para asegurar una estimación precisa de las características o constructos que se estén evaluando (Comisión Internacional Del Test [CIT] ,2014).

En Colombia, varios programas de impacto actualmente en ejecución requieren de instrumentos de mayor validez para medir el constructo del cuidado, el cual se define como una condición inherente a los seres humanos y como fundamental para la supervivencia de la especie y el funcionamiento de los grupos sociales. Este se manifiesta a través de una preocupación por el autocuidado y una extensión de esa angustia hacia los demás, generando una forma de ser y una interacción recíproca (Arenas, 2006). Por lo cual, toma importancia poder evaluar este concepto de manera integral, desde la diversidad de categorías que definen el cuidado, incluyendo el cuidado de uno mismo, el cuidado del otro o cuidado como conexión, el cuidado de la casa común o cuidado del entorno y el cuidado del cuidador (Garcés y Giraldo, 2013).

A partir de la definición del constructo y los elementos que lo conforman, se ha identificado la necesidad de desarrollar un instrumento que permita medir de manera precisa e integral este constructo. Aunque existen instrumentos que han sido desarrollados por la comunidad científica que miden el cuidado, como el de Validación de una escala para medir la habilidad de cuidado de cuidadores (Blanco-Sánchez, 2014), Confiabilidad y validez de constructo de la Habilidad de Cuidado de Cuidadores Familiares de Personas con Enfermedad Crónica (Barón y Díaz, 2016), Determinación de la confiabilidad del instrumento Habilidad de cuidado de cuidadores familiares de personas con enfermedad crónica (Vergara y Barrera, 2013), Construcción y validación inicial de un instrumento para evaluar la capacidad de agencia del autocuidado (Achury

et al., 2009), Escala de Conductas de Autocuidado (Soto et al., 2021), y Escala de Cuidado Profesional en español (Vesga y Ruiz, 2016), se observa que estas herramientas tienden a ser de corte médico o enfocado en disciplinas como la enfermería, y no abarcan de manera integral los elementos requeridos para la evaluación del cuidado desde las categorías positivas propuestas que conforman el constructo.

Ante la necesidad de la sociedad de poder contar con una herramienta de evaluación del cuidado como una medida preventiva frente a la vulnerabilidad, así también desde la implementación de programas de impacto actualmente en curso en Colombia, se hizo necesario desarrollar y validar un instrumento que integrara las dimensiones y conceptos propuestos según el marco teórico establecido. Por lo cual, se plantearon los siguientes objetivos.

### **Objetivo general**

Diseñar y validar un instrumento para medir el cuidado en estudiantes universitarios

### **Objetivos específicos**

- Identificar las categorías teóricas que conforman el instrumento para medir el cuidado
- Identificar la validez de contenido del instrumento del cuidado en estudiantes universitarios

## **Capítulo segundo**

### **Elementos teóricos para la construcción del instrumento de cuidado ONG YMCA**

En este capítulo se llevara a cabo la comprensión del fenómeno de estudio al cual se dirigió la presente investigación sobre el diseño y validación del instrumento psicométrico del cuidado, para ello, es importante explorar los conceptos teóricos clave del programa, como la contextualización de las ONG y el enfoque de la institución ACJ/YMCA y su programa de jóvenes cuidadores, que abordan el concepto de cuidado desde una mirada integral. En este contexto, se examinará y definirá el constructo del cuidado, incluyendo sus categorías y subcategorías. Asimismo, se presentará la revisión de los instrumentos ya existentes que miden este constructo desde diferentes enfoques. Finalmente, se abordarán los métodos de evaluación pertinentes para el desarrollo del instrumento, su diseño y validez.

### **Contextualización De Las ONG**

Las organizaciones no gubernamentales (ONG) han estado trabajando conceptualmente desde el siglo XVIII. Surgieron con el objetivo de unir voluntariamente a los ciudadanos y comunidades con el propósito de luchar por sus derechos fundamentales (Pava, 2001).

Al realizar un breve recorrido histórico, se encuentra que uno de los primeros antecedentes de estas organizaciones ocurrió en el año de 1787 con el Colectivo Anti-Slavery International, quienes se plantearon como finalidad última la lucha contra la esclavitud. Esta sociedad es considerada como la pionera en la protección de los derechos humanos. Sin embargo, autores como Spiro (1995) consideran que la primera

ONG con un enfoque moderno surgió durante 1838, con la fundación de la Sociedad Anti-Esclavista Británica y Extranjera.

Más adelante, en el desarrollo de las dos guerras mundiales, las ONG se fortalecieron y desempeñaron un papel fundamental en la provisión de ayuda y apoyo a las víctimas. En este contexto, el establecimiento del *Servicio Civil Internacional* durante la Primera Guerra Mundial fue un hito significativo, puesto que dicha organización tuvo como propósito durante el transcurso de la guerra promover la convivencia pacífica, buscar recursos para la reconstrucción de las áreas afectadas por las bombas, concienciar sobre la promoción para alcanzar la paz y fomentar la solidaridad internacional. Como resultado de estas acciones que lograron proteger y ayudar a miles de afectados por las mencionadas guerras mundiales, las ONG adquirieron desde ese momento una mayor relevancia en el escenario internacional (Servicio Civil Internacional Madrid [SCI], 2019).

Al finalizar los conflictos bélicos y a partir de la década de 1960, las ONG experimentaron una nueva etapa en su desarrollo marcado por enfoques innovadores. Surgieron organizaciones como la *Amnistía Internacional*, dedicada a la defensa de los derechos humanos, y el *Fondo Mundial para la Naturaleza* [WWF], enfocado en la protección del medio ambiente, el cambio climático y la preservación de la vida en general. En este contexto, las ONG se caracterizaron por ser asociaciones voluntarias de individuos que trabajan de manera no lucrativa en torno a causas similares, como la ayuda, la cooperación y el apoyo a aquellos en situaciones de desventaja, con el propósito de contrarrestar acciones que puedan afectar negativamente a las poblaciones, sin necesidad de depender de la influencia gubernamental (Pinzón, 2005).

Estas nuevas perspectivas impulsaron la participación activa de la sociedad civil en la búsqueda de soluciones y el fomento del desarrollo sostenible en diversas áreas.

### **Funciones**

Antes de abordar las funciones de dichos organismos, es significativo entender que el término, organización no gubernamental (ONG) se popularizó en 1945, como resultado de la necesidad de la ONU de distinguir entre los organismos especializados de los gobiernos y los organismos internacionales privados. Estos últimos fueron reconocidos como entidades ONG, quienes se caracterizan por no estar sujetos a ningún control por parte de los gobiernos. Las ONG no son partidos políticos ni buscan desafiar a los gobiernos establecidos, y su labor social no tiene fines de lucro económico. Sin embargo, estas organizaciones pueden desempeñar funciones específicas, como la búsqueda de la igualdad y la protección de las comunidades (Niilm University [NIILM], 2012).

Tras lo mencionado, las ONG desempeñan diversas funciones en la sociedad. Contribuyen en la formulación de políticas nacionales en áreas como la salud y el desarrollo de servicios para el bienestar, vela por los derechos fundamentales como la atención médica y coordinan actividades de prevención y atención primaria en el ámbito de la salud a niveles transnacionales. Además, incorporan programas de responsabilidad social para fomentar el derecho a la educación, al trabajo, a la alimentación, vivienda, entre otros, con el objeto de promover el bienestar comunitario y abordar las necesidades sociales existentes trabajando en beneficio de las personas de escasos recursos, en situaciones desfavorecidas y en áreas remotas, en pro de la justicia y la equidad social (Anbazhagan y Sorocha, 2016).

En un segundo orden, es esencial que las organizaciones no gubernamentales (ONG) promuevan la participación activa de las comunidades en la formulación de políticas, con el objetivo de ampliar la cobertura de bienes y recursos que contribuyan al bienestar social. Esto implica abordar la reducción de la pobreza y el desempleo a través de la implementación de actividades educativas y mediante el suministro de información para fortalecer la sostenibilidad. Para lograrlo, las ONG colaboran con organizaciones e instituciones locales, aprovechando el conocimiento local y considerando las necesidades percibidas desde esa perspectiva. Todo este trabajo es realizado desde el respeto hacia la cultura, las tradiciones y los valores de las comunidades involucradas (NIILM, 2012).

En un tercer orden, un objetivo destacado de estas organizaciones es abordar y buscar soluciones a problemáticas sociales. Las ONG desempeñan un papel crucial en la promoción del bienestar al dirigirse a cuestiones como el analfabetismo, la pobreza, el trabajo infantil, entre otras problemáticas. Estos equipos pueden desarrollar campañas de concientización y brindar conocimientos a las comunidades, con el propósito de motivar a los ciudadanos hacia el desarrollo y el bienestar. En este sentido, las ONG implementan metodologías específicas que les permiten identificar las problemáticas, establecer comunicaciones con otros organismos y elaborar planes de acción, tomando las medidas necesarias para mitigar la vulnerabilidad social y fomentar el bienestar (Shareef, 2023).

Frente a los puntos mencionados y a modo de ejemplo, se pone en contexto el trabajo realizado por el programa Médicos Sin Fronteras (MSF). Dicha organización implementó más de 446 proyectos de acción médica y humanitaria en 74 países, abarcando diversas regiones. Gracias al apoyo de 6.3 millones de socios donantes, MSF

pudo enviar equipos a áreas con acceso médico limitado y contratar a 3,800 profesionales. Asimismo, colaboraron con 39,500 trabajadores locales para brindar atención y lograr un aproximado de 11 millones de consultas médicas. Este trabajo refleja el compromiso de las ONG en proporcionar servicios de salud de manera no gubernamental y desinteresada para velar por los derechos fundamentales de diversas comunidades a nivel mundial (Médicos Sin Fronteras [MSF], 2019).

En relación al trabajo de las ONG, resulta esencial para esta investigación reconocer la importancia de evaluar los proyectos propuestos por la ONG Young Men's Christian Association (YMCA), comprendiendo en qué consiste esta organización que respalda la creación del instrumento "Cuidado" para el programa de Jóvenes Cuidadores.

#### **ONG, Young Men's Christian Association**

La Young Men's Christian Association (YMCA) es una organización internacional voluntaria y sin fines de lucro, establecida por George Williams en la ciudad de Londres a principios de 1844. Su misión se centra en dos principios fundamentales: promover la comprensión entre los pueblos y contribuir al desarrollo de la justicia y la paz de la humanidad. A lo largo de su historia, la YMCA ha logrado importantes logros, destacando el reconocimiento otorgado al Dr. John R. Mott, quien recibió el Premio Nobel de la Paz en 1946 como representante de esta organización por su valiosa labor comunitaria durante las dos guerras mundiales (Young Men's Christian Association. [YMCA], 2023b).

Para proporcionar un contexto sobre la labor actual de la YMCA, es relevante conocer su misión, visión y su presencia a nivel nacional. En primer lugar, la YMCA tiene desde su misión promover condiciones de vida dignas y el desarrollo integral de las

comunidades, enfocándose en el liderazgo, la equidad, la solidaridad, la justicia y el respeto hacia los demás, así también el fortalecer la armonía con el entorno natural. Su visión para el año 2025 es convertirse en una organización líder en Bogotá y Cundinamarca, basada en principios cristianos, apoyando el proceso de conciliación en Colombia y trabajando para construir una comunidad capacitada y pacífica. Su objetivo es impactar la vida de 150,000 personas, especialmente niños y jóvenes, a través de programas sociales y servicios de alta calidad en áreas como la educación, la salud, el empleo. Con el fin de transformar los entornos y la vida de las personas (Young Men's Christian Association, 2023b).

De manera global, esta organización también tiene presencia en varios países y continentes. En América, se encuentran presentes en países como Argentina, Brasil, Canadá, Chile, Cuba, Estados Unidos, México y Uruguay. En África, su presencia se extiende únicamente a Sudáfrica. Por otra parte, desde el continente asiático tienen influencia en países como Corea del Sur, India, Japón, Líbano, Tailandia, Australia y Nueva Zelanda. De igual forma, en Europa, se encuentran en países como Alemania, Dinamarca, Finlandia, Francia, Inglaterra, Italia, Noruega, Portugal, Rusia y España (Young Men's Christian Association international, 2023c).

En el contexto específico de Colombia, la YMCA es reconocida principalmente por sus campamentos y por las siglas de las ACJ (Asociación Cristiana de Jóvenes). Esta organización local tiene una presencia destacada en el país y se enfoca en brindar programas y servicios que benefician a la comunidad. Su labor se centra en promover el desarrollo integral de los jóvenes colombianos, fomentando valores como la solidaridad, el respeto y el liderazgo (Young Men's Christian Association, 2023c).

### ***La ACJ/YMCA, En El Contexto Colombiano***

La Asociación Cristiana de Jóvenes (ACJ) es una organización voluntaria con orientación cristiana que se estableció en Bogotá bajo la iniciativa de Donald Warrington, miembro de la YMCA de Estados Unidos. Con la misión de fortalecer el liderazgo de los jóvenes cristianos a nivel mundial, la ACJ/YMCA se destaca por mantener una postura neutral en términos políticos y luchar por la defensa de la vida y el bienestar de las personas. Desde su fundación, la ACJ ha establecido campamentos en Bogotá y ha expandido su presencia a otras regiones de Colombia (Vásquez, 2010).

En un inicio, la ACJ tenía como labor velar por la protección de los niños y jóvenes en escenarios de vulnerabilidad, así como contribuir en la formación de líderes sociales empoderados con capacidad de analizar críticamente la realidad social y defender los derechos individuales y comunitarios. Su trabajo se centró en apoyar y participar en proyectos que buscaban crear conciencia sobre las situaciones de las poblaciones marginadas en la ciudad de Bogotá, además de brindar ayuda y apoyo a jóvenes y niños en riesgo de abandono, problemas de consumo de SPA o desarrollándose en entornos donde prima la delincuencia y/o la presencia de grupos armados ilegales. Dicha labor contribuyó a fortalecer la asistencia y promover el bienestar de la sociedad colombiana en general (Vásquez, 2010).

De la misma manera, la ACJ ha llevado a cabo programas de alto impacto, como la ejecución del programa de alimentación escolar en colaboración con el ICBF Regional de Cundinamarca y entes territoriales durante el año 2011. Este programa benefició a 50,906 niños de instituciones oficiales en 23 municipios de Cundinamarca, tanto en áreas urbanas como rurales. La meta principal fue proporcionar a la comunidad dos alimentos

diarios, incluyendo desayuno y el refrigerio durante las jornadas escolares. Dicho programa contribuyó a mejorar la calidad del aprendizaje de los estudiantes, asegurando su permanencia en las aulas y promoviendo hábitos alimenticios adecuados y saludables (Young Men's Christian Association, 2019).

Como se evidencia, la ACJ ha dedicado su influencia en el avance de programas y servicios de impacto social que promueven condiciones de vida digna y que fortalecen el desarrollo pleno de los individuos y comunidades. Estos servicios incluyen la atención integral a la primera infancia, campañas para la inclusión social de niños, niñas y adolescentes en situaciones de vulnerabilidad, programas de promoción cultural para fomentar la paz mediante el empoderamiento juvenil, prevención de la explotación sexual, la justicia para los jóvenes, la educación formal y formativa de alta calidad, así como fomentar una mayor participación ciudadana para la protección de los derechos individuales y comunitarios (Young Men's Christian Association, 2023d).

Dentro de los proyectos comunitarios desarrollados por la ACJ, se destaca el programa "Paza la Paz" realizado en 2018, el cual contó con la participación de 402 jóvenes y que tuvo como enfoque tres aspectos clave: habilidades para la vida, liderazgo con efectos multiplicadores y actividades de impacto comunitario. Durante el proceso de formación, se encontró que 351 jóvenes completaron exitosamente el programa, por lo cual se les aplicó un test de habilidades para la vida (POS), obteniendo los siguientes resultados: el 86% de los jóvenes informaron mejoras en sus competencias para la vida, resaltando su capacidad para resolver problemas y su alto nivel de empatía. Además, se fortaleció el perfil de liderazgo transformacional comunitario con la implementación de nuevas destrezas en áreas como el trabajo en equipo, la toma de decisiones, mayor

planificación, así como altos grados de delegación, reflexión y comunicación asertiva (Young Men's Christian Association, 2023e).

La realización de los programas implementados por la ACJ/YMCA en Colombia ha demostrado efectos positivos en la sociedad, especialmente en aquellos sectores más vulnerables, donde existen menos herramientas para fortalecer las prácticas de cuidado. En este contexto, se ha concebido el programa "Jóvenes Cuidadores" como una iniciativa destinada a mitigar dichas vulnerabilidades, involucrando a jóvenes en la tarea de multiplicar las prácticas de cuidado.

### ***Programa Jóvenes Cuidadores***

El programa "Jóvenes Cuidadores" surge como respuesta a la necesidad de promover la salud mental y fortalecer las prácticas de cuidado en jóvenes universitarios. Consciente de la importancia de medir el impacto de dicho proyecto, la ACJ/YMCA ha propuesto la implementación de una estrategia de medición centrada en las prácticas de cuidado de los jóvenes, con el objetivo último de validar, mediante indicadores de progreso, el impacto del programa. Para ello, resulta crucial contar con un instrumento válido que permita medir los cambios observados en los jóvenes frente al constructo del cuidado. De esta manera, se busca validar la efectividad del programa y contribuir al fortalecimiento de las prácticas de cuidado en la sociedad colombiana. La ACJ/YMCA aspira a expandir y consolidar el programa "Jóvenes Cuidadores", posicionándose como líder en el trabajo con jóvenes en temas de salud mental y formación en el ámbito del cuidado (Young Men's Christian Association, 2023f).

La YMCA plantea la hipótesis de que los jóvenes universitarios participantes del programa "Jóvenes Cuidadores" adquirirán elementos que fortalecerán su capacidad de

cuidado en diferentes dimensiones y lo multipliquen en sus comunidades, lo que se traducirá en un mayor bienestar individual y colectivo. Asimismo, se espera que los jóvenes universitarios desarrollen habilidades de liderazgo y sean agentes de cambio (Young Men's Christian Association ,2023f).

Los resultados obtenidos permitirán demostrar los cambios experimentados por los jóvenes participantes y su capacidad de cuidado. Lo cual brindará una comprensión del impacto de seguir abordando aspectos socioemocionales y los beneficios desde la promoción del cuidado en los jóvenes y sus comunidades. Además, de poder contar con un instrumento validado que pueda ser utilizado en programas similares. Este instrumento será una herramienta válida y efectiva para evaluar y monitorear los cambios en los jóvenes, facilitando la replicación exitosa del programa (Young Men's Christian Association ,2023f).

Por lo cual, para lograr una comprensión adecuada del cuidado en esta población, es fundamental definir en primer lugar el concepto de cuidado desde la perspectiva del programa y los elementos que se han considerado relevantes para su correcta evaluación.

### **Constructo Del Cuidado**

El concepto del cuidado representa una dimensión crucial en la existencia humana, tal como lo sostiene la perspectiva de Heidegger (1927). Según esta visión, el cuidado se define como una dimensión esencial que está estrechamente relacionada con las relaciones interpersonales, las cuales se caracterizan por estar llenas de significado emocional y ético.

Desde la perspectiva del florecimiento humano, el cuidado es fundamental en la promoción del bien-ser, el bien-estar y el bien-actuar, así como con la mitigación del dolor, el fomentar la salud y la adopción de estilos de vida saludables. De esta manera, el cuidado se plantea como un acto de cuidarse a uno mismo, así como de ser cuidado (García, 2018).

De igual forma resulta esencial considerar elementos clave derivados del programa de jóvenes cuidadores. Estos aspectos incluyen la valoración de la vida, el contexto relacional, la práctica de la libertad, el desarrollo de la autonomía y la búsqueda de la plenitud del ser, como fundamentales para comprender y analizar adecuadamente el concepto de cuidado, asegurando la pertinencia del instrumento.

- **Valoración De La Vida:** En el concepto del cuidado, es fundamental abordar el elemento de la valoración de la vida. Este factor implica considerar una amplia gama de aspectos que influyen en la percepción individual, como la satisfacción con las condiciones de vida, el nivel socioeconómico, suplir las necesidades cotidianas y la búsqueda de la felicidad. Cada sujeto experimenta estas condiciones de manera única y personal, lo que afecta directamente su bienestar físico, social y psicológico. Es conveniente tener en cuenta que las experiencias personales, ambiciones y expectativas individuales introducen un componente subjetivo que contribuye a la diversidad en la valoración por la vida (Benítez, 2016).
- **Contexto Relacional:** Otro componente del cuidado es el contexto relacional, donde se plantea que las personas son seres intrínsecamente dependientes de sus interacciones con otros. La interacción con el entorno social es crucial en la satisfacción de las

necesidades sociales, lo que contribuye al desarrollo de las capacidades cognitivas, emocionales y conductuales a lo largo de la vida (Baier, como se citó en Álvarez, 2015).

- **Práctica De La Libertad:** El cuidado también se relaciona con la idea de la práctica de la libertad, donde la educación crítica es un medio para alcanzar la libertad, permitiendo que los individuos se conviertan en constructores activos de la sociedad. Este proceso de concientización implica que los seres humanos no son meros espectadores de la vida, sino que participan activamente en la comprensión y transformación del mundo que les rodea (Freire, 1965).
- **Desarrollo De La Autonomía:** Otro componente del cuidado es el desarrollo de la autonomía, ya que implica asumir responsabilidad por las decisiones individuales y comprender las posibles consecuencias de las acciones antes de tomar cualquier decisión autónoma. Esta responsabilidad conlleva la necesidad de llevar a cabo cualquier elección de manera responsable y cuidadosamente pensada (Mazo, 2012).
- **Plenitud Del Ser:** Otro elemento fundamental para abordar el cuidado es la noción de la plenitud del ser, ya que se refiere a cómo un individuo percibe su logro de niveles subjetivos de bienestar en el ámbito emocional, psicológico y social. La psicología positiva, por su parte, promueve la búsqueda de la plenitud a través de cinco componentes esenciales: emociones positivas, compromiso, relaciones positivas, sentido de la vida y logro personal. Según esta corriente, la evaluación de los niveles de plenitud se considera una forma adecuada para medir el bienestar y la felicidad de las personas (Seligman, 2011).

Al haber examinado algunos elementos específicos del cuidado, desde el programa se pueden identificar cuatro categorías propuestas: el cuidado de sí mismo, el

cuidado del otro o cuidado como conexión, el cuidado de la casa común o cuidado del entorno y el cuidado del cuidador. Cada una de estas categorías permite abordar de manera integral y holística el fenómeno del cuidado, considerando tanto las acciones encaminadas hacia el propio bienestar, como las dirigidas hacia los demás, el entorno y aquellos que brindan el cuidado.

### **Cuidado De Sí Mismo**

Dentro de la primera categoría del cuidado, conocida como el cuidado de sí mismo, se aborda desde una perspectiva genealógica influenciada por las ideas de Foucault. En esta concepción, el cuidado de sí implica la realización de prácticas que permiten al individuo establecer una relación consigo mismo, convirtiéndose en el agente activo de sus propias acciones y forjando su identidad. Este enfoque incluye procesos como la autoexploración, la autorreflexión y la adopción de medidas que fomentan el crecimiento personal y el bienestar (Giraldo, 2008).

Según Foucault, la ética es la práctica de la libertad reflexionada, y la libertad es la condición ontológica de la ética. El cuidado de sí es una práctica constante que busca asegurar el ejercicio continuado de la libertad, siendo esta la finalidad principal (Garcés y Giraldo, 2013).

Además, es fundamental para aquellos que se comprometen en estas prácticas de la libertad, atenderse a sí mismos para que sus conductas y pensamientos estén imbuidos de valores morales adquiridos a lo largo de su trayectoria. Esto les permite cuidar de los demás de manera adecuada y consciente (Pagni, 2012).

El cuidado de sí implica, en esencia, el proceso de conocerse a uno mismo y establecer una conexión significativa entre dicho conocimiento y las acciones que se

emprenden para el propio bienestar. Esta perspectiva se enfoca en la práctica de la subjetividad y se manifiesta a través de diversas acciones que uno ejerce sobre sí mismo (Lanz, 2012).

Para llevar a cabo el cuidado de sí mismo, se han identificado subcategorías clave que son esenciales en este proceso. Entre estas subcategorías, es crucial considerar: el propósito de vida con significado, la identificación y potenciación de virtudes y fortalezas, las emociones y pensamientos positivos, la espiritualidad, las prácticas de cuidado y el agradecimiento.

- **Propósito De Vida Con Significado:** Dentro de la categoría del cuidado de sí mismo, se encuentra el propósito de vida con significado, esta se enfoca en la búsqueda activa del sentido en la vida de cada individuo y en su lucha intrínseca por encontrar un propósito significativo. En contraposición a la exploración de placer, el propósito de vida con significado enfatiza la "voluntad de sentido" como un elemento fundamental en la vida de los individuos. Esta perspectiva se basa en la libertad de elección y en el desafío significativo de encontrar un propósito auténtico y valioso en la vida de cada individuo. Esta visión enfatiza la relevancia de mantener principios morales y valores genuinos para orientar los actos individuales hacia un significado más profundo y satisfactorio. Este propósito adquiere una importancia superior a las metas meramente materiales o a los objetivos superficiales, ya que se centra en la exploración de significados profundos y puede implicar contribuir al bienestar de la comunidad. Este enfoque en el propósito implica identificar valores, metas y acciones que no solo otorgan significado a la vida personal, sino que también enriquecen la calidad de vida de otros individuos y de la comunidad en general (Freire, 2015).

- **Identificación y Potenciación De Virtudes y Fortalezas:** En el ámbito del cuidado de sí mismo, se destaca la importancia del fortalecimiento de virtudes y fortalezas, una perspectiva que se alinea con los principios de la psicología positiva. Esta idea se centra en el proceso de potenciar los rasgos y las cualidades individuales que representan características positivas y distintivas en una persona. El objetivo es aprovechar y desarrollar estas cualidades y virtudes para estimular el potencial humano y alcanzar niveles de excelencia. Este modelo abarca la identificación, desarrollo y gestión del talento humano, y no se centra únicamente en abordar las adversidades, sino que se enfoca en el uso de las virtudes y fortalezas como impulsores genuinos del crecimiento. Estas cualidades también destacan como amortiguadores ante situaciones adversas. Este proceso implica una evaluación consciente y el desarrollo de las cualidades positivas y habilidades innatas de una persona, basadas en virtudes como la bondad, la empatía y el perdón, en un contexto ético y moral. La relevancia de este proceso radica en su capacidad para fortalecer aspectos valiosos y constructivos de la personalidad, en consonancia con la búsqueda de un crecimiento significativo y un mayor bienestar (Bolaños y Cruz, 2017).
- **Emociones y Pensamientos Positivos:** Otro componente del cuidado de sí son las Emociones y Pensamientos Positivos. Donde estas emociones no solo influyen en el estado emocional de las personas, sino también en su enfoque hacia las situaciones y desafíos. Las emociones positivas generan una sensación de seguridad y promueven la expansión de recursos duraderos, lo que contribuye a la capacidad de recuperación en circunstancias difíciles (Fredrickson, 2001).

Además, el pensamiento positivo y el optimismo son dos conceptos explorados en detalle desde esta subcategoría. El optimismo no solo funciona como un escudo protector ante los efectos debilitantes de eventos negativos, sino que también capacita a las personas para afrontar desafíos con una resolución activa. La gestión de las respuestas emocionales se entrelaza con esta actitud optimista, ya que implica dirigir los pensamientos hacia aspectos constructivos y favorables, en lugar de quedar atrapado en problemas y dificultades (Peterson, 2000).

- **Espiritualidad:** El cuidado de sí mismo también se relaciona con la espiritualidad, según la definición de Vaughan (2002), la espiritualidad tiene un significado amplio y enriquecedor desde el cuidado. Puesto que abarca diversas formas de conocimiento dando una orientación hacia la integración de la vida interna de la mente y el espíritu con las acciones en el mundo exterior. En su enfoque, la inteligencia espiritual puede desarrollarse a través de la exploración de preguntas fundamentales, la búsqueda activa, la práctica y las vivencias. De esta forma, un individuo que posee inteligencia espiritual es capaz de establecer una conexión armoniosa entre lo personal y lo trascendental.

La espiritualidad se revela como un ámbito intrínseco de la experiencia humana que facilita un diálogo interno profundo y reflexivo. En este espacio de reflexión, el individuo se aparta deliberadamente de las distracciones externas y se adentra en una conexión contemplativa con su ser interior. La espiritualidad no solo implica una búsqueda incesante de significado y trascendencia, sino que también nutre el vínculo personal (Pérez, 2016).

- **Prácticas De Cuidado:** Otro componente fundamental del cuidado de sí mismo se relaciona con las prácticas de cuidado, las cuales son esenciales para el bienestar y la

salud integral de los individuos. Desde la perspectiva del modelo biopsicosocial, se reconoce la compleja interacción entre los aspectos biológicos, psicológicos y sociales en la vida de un individuo, fomentando una visión integral del cuidado que va más allá de la mera curación de enfermedades. En este sentido, se busca promover prácticas de cuidado que aborden de manera integral los aspectos físicos, emocionales y sociales del bienestar, contribuyendo al desarrollo. De esta manera, las prácticas de cuidado son una serie de acciones intencionadas que buscan el confort y la salud integral. Estas prácticas incluyen aspectos como: la alimentación equilibrada, la gestión adecuada del sueño, la introspección, la meditación individual, así como la realización de acciones que fomentan la felicidad y el bienestar emocional (Pallares et al., 2022).

- Agradecimiento: Otro elemento fundamental del cuidado de sí mismo se relaciona con la dimensión de la gratitud. Esta dimensión implica la capacidad de reconocer y valorar los aspectos positivos y favorables de las experiencias pasadas y presentes, aportando un matiz significativo y agradable a la propia vida (Peterson y Seligman, 2004; Emmons, 2007).

Autores como McCullough et al. (2002) también abordan este concepto, resaltando su relación con un proceso cognitivo en el cual se atribuyen cualidades positivas a las acciones de individuos o agentes externos. Esta perspectiva implica un estilo de atribución que valora el aporte de otros. No obstante, se plantea que la disposición a sentir gratitud puede expandirse no solo a la influencia positiva de agentes externos sino también a la capacidad de apreciar los propios logros. En conjunto, estas perspectivas resaltan que la gratitud no solo implica reconocer lo positivo en la propia vida, sino también comprender la complejidad de atribuir méritos tanto a factores

externos como a las acciones personales. De esta manera, la gratitud se plantea como una acción concreta y real que capacita a los individuos para enfrentar diversas situaciones en la vida. Consiste en reconocer y expresar aprecio hacia las circunstancias, individuos o eventos que han contribuido positivamente a la experiencia personal, lo que puede influir en una perspectiva más positiva, fortaleciendo la resiliencia ante desafíos y promoviendo un sentido de gratitud.

### **Cuidado Del Otro o Cuidado Como Conexión**

Dentro de la segunda categoría del cuidado, conocida como el cuidado del otro o cuidado como conexión, se aborda desde una actitud hacia uno mismo, pero de igual forma hacia los demás y el mundo. Por un lado, implica una vigilancia sobre los propios pensamientos, pero también involucra una forma de actuar que transforma el hacerse responsables de los demás. Es un proceso que involucra tanto el pensamiento como la acción, el conocimiento y el cuidado de uno mismo, al mismo tiempo que implica el cuidado del otro (Lanz, 2012).

Como se ha mencionado en la definición del cuidado de sí mismo, las relaciones interpersonales están intrínsecamente ligadas a este concepto. Cuando un individuo se dedica a conocer y satisfacer sus necesidades físicas, emocionales y mentales, adquiere la capacidad de mostrar solidaridad hacia los demás. Esto implica reconocer y utilizar las fortalezas y privilegios propios para ser un individuo solidario y comprometido con el bienestar de la comunidad (Garcés y Giraldo, 2013).

En esencia, resulta fundamental promover una educación que transmita la importancia del autocuidado y la consideración de las necesidades de los demás. Para lograrlo, se deben abordar dos aspectos clave. En primer lugar, se debe desarrollar la

capacidad de reconocer cuándo es necesario recibir cuidado y solicitar el apoyo de los demás, fortaleciendo así las habilidades sociales y contribuyendo al bienestar personal. En segundo lugar, se busca fomentar una actitud de cuidado hacia los demás, promoviendo la solidaridad y la empatía. Esto implica identificar las condiciones de los demás y ofrecerles apoyo, potenciando sus fortalezas y empoderándolos para que puedan tener un impacto positivo en su comunidad (García, 2018).

Para llevar a cabo el cuidado del otro o cuidado como conexión, se han identificado subcategorías clave que son esenciales en este proceso. Entre estas subcategorías, es crucial considerar: la suficiencia de las relaciones, la calidad del vínculo, la cercanía con el vínculo y la funcionalidad del vínculo. Estos aspectos permiten establecer relaciones saludables y significativas con los demás, promoviendo la solidaridad y el compromiso con la comunidad.

- **Suficiencia De Las Relaciones:** Dentro de la categoría de cuidado del otro o cuidado como conexión, se encuentra la suficiencia de las relaciones. Este concepto requiere un análisis tanto a nivel individual como comunitario.

En el ámbito individual, se investigan las percepciones personales sobre la integración en la comunidad, el rol que desempeña el individuo y los recursos de apoyo disponibles dentro de la población a la que pertenece. Por otro lado, a nivel comunitario, el apoyo social puede entenderse como las características particulares de una comunidad, que abarcan diferencias en niveles de ingresos, educación, calidad de vivienda, estabilidad residencial y empleo. Estas diferencias influyen en la suficiencia de las relaciones, ya que pueden afectar la capacidad de los individuos para establecer vínculos significativos y saludables con otros miembros de la comunidad (Sarason, 1974).

De esta manera, es fundamental promover el desarrollo de relaciones saludables y significativas, tanto a nivel individual como comunitario. Esto implica fomentar la integración social y la participación en la comunidad, así como identificar y promover los recursos de apoyo disponibles (Gracia y Herrero, 2006).

- **Calidad del vínculo:** En el cuidado como conexión, la calidad del vínculo es un factor crucial que influye en la relación entre los individuos. Puesto que se define como la naturaleza de la conexión entre individuos caracterizada por una interacción positiva y enriquecedora. La calidad del vínculo se manifiesta a través de una comunicación abierta y efectiva, así como una comprensión genuina y apoyo recíproco. Se trata de una conexión que fomenta la confianza y el respeto mutuo, permitiendo resolver conflictos de manera constructiva y compartir momentos íntimos y de confianza. La calidad del vínculo implica brindar seguridad y reconocimiento de las capacidades mutuas, lo que contribuye a una relación duradera y fructífera (Collins et al., 2009; Martínez-Álvarez et al., 2014).
- **Cercanía Con El Vínculo:** Otro componente fundamental del cuidado del otro o cuidado como conexión se relaciona con la cercanía del vínculo, siendo un aspecto crucial para fortalecer la relación social. La cercanía se refiere al grado de conexión emocional y relacional entre los individuos manifestándose en términos de emociones compartidas, comunicación auténtica y apoyo mutuo. La cercanía con el vínculo implica una conexión emocional profunda y una sensación de respaldo recíproco en la relación social. Se trata de satisfacer las necesidades psicológicas y requiere la disponibilidad y proximidad del otro individuo para atender estas necesidades (Zepeda-Goncen y Sánchez-Aragón, 2021).

- **Funcionalidad del vínculo:** La funcionalidad de los vínculos es un aspecto esencial a considerar para integrar los componentes del cuidado del otro o cuidado como conexión puesto que se refiere a la capacidad y oportunidad que una relación tiene para proporcionar respuestas efectivas y resolver los desafíos y dilemas que surgen en la vida. Los vínculos funcionales desempeñan un papel crucial en el desarrollo de la identidad ofreciendo seguridad. Además, moldean la forma en que el sujeto se relaciona y aborda los problemas en su entorno. Es decir, los vínculos funcionales proporcionan un marco de referencia para la forma en que los individuos interactúan con otros y enfrentan las situaciones de la vida (Bowlby, 2009; Páez, 2014).

### **Cuidado De La Casa Común o Cuidado Del Entorno**

Dentro de la tercera categoría del cuidado, conocida como el cuidado de la casa común o cuidado del entorno. Se plantea que el cuidado no es solo una acción, sino una actitud y una forma de ser que sienta las bases para la interacción con el ambiente. De esta manera, se destaca la importancia de reconocer que el planeta tierra requiere una atención especial debido a su naturaleza como un sistema complejo y un súper-organismo que ha evolucionado durante millones de años. En cuanto al cuidado de los seres vivos, se hace hincapié en la necesidad de mostrar respeto y cuidado hacia esta comunidad, protegiendo su vitalidad y diversidad. Se trata de ajustar las actitudes y prácticas personales que puedan representar una amenaza para la supervivencia de las especies y el medio ambiente en general (Boff, 2002).

Para llevar a cabo el cuidado de la casa común o cuidado del entorno, se han identificado subcategorías clave que son esenciales en este proceso. Entre estas

subcategorías, es crucial considerar: el cuidado de lo viviente, incidencia hacia abajo, incidencia hacia arriba y cuidado generacional.

- **Cuidado De Lo Viviente:** Dentro de la categoría de cuidado de la casa común o cuidado del entorno, se encuentra el cuidado de lo viviente. Este término se deriva de la teoría de la ecología profunda, una perspectiva científica y filosófica que aboga por un enfoque holístico y ecocéntrico en la relación entre los seres humanos con la naturaleza. Según este enfoque, la ecología profunda propone un cambio ético y una nueva relación con el entorno, cuestionando la superioridad humana y abogando por la protección de la diversidad biológica y el equilibrio ecológico. Esta perspectiva va más allá de la preocupación por la contaminación y el agotamiento de recursos, buscando preservar y proteger el territorio en su totalidad, comprendiendo que va más allá del espacio físico y que incluye elementos vivos que contribuyen al bienestar y sostenibilidad de todos los seres que lo habitan (Martínez y Porcelli, 2017).
- **Incidencia Hacia Abajo:** En la categoría de cuidado de la casa común o cuidado del entorno, la noción de incidencia hacia abajo, se refiere a un enfoque de acción social en el que los jóvenes participan activamente en sus comunidades para promover la salud y el cuidado. Este proceso implica la identificación y abordaje de problemas específicos que afectan a su generación, mediante la colaboración con la comunidad y la ejecución de iniciativas que van desde la recolección y análisis de información hasta la implementación de campañas. De esta manera, la Investigación-Acción Participativa se conceptualiza como un proceso en el que los integrantes de una comunidad o grupo recopilan y analizan información con el propósito de actuar sobre sus problemáticas para encontrar soluciones y posteriormente, promover transformaciones sociopolíticas. A

través de esta acción, los jóvenes contribuyen a la construcción conjunta de soluciones que resuelven desafíos concretos en temas de salud y cuidado (Selener, 1997).

- **Incidencia Hacia Arriba:** Otro componente fundamental del cuidado de la casa común o cuidado del entorno se relaciona con la incidencia hacia arriba, la cual hace referencia a la evaluación de la red local de jóvenes y su capacidad de influir en instancias externas a nivel local, como las autoridades locales. A través de esta dinámica, se implementan programas y acciones específicos para generar un cambio en niveles superiores de toma de decisiones, garantizando así una atención y enfoque adecuados a las problemáticas identificadas por la red (Selener, 1997).
- **Cuidado Generacional:** Dentro del abordaje del cuidado de la casa común o cuidado del entorno, el concepto de desarrollo sostenible cobra gran importancia. Se fundamenta en la idea de lograr un desarrollo que implique satisfacción sobre las necesidades actuales sin comprometer las demandas de las futuras generaciones. En este paradigma, se busca un equilibrio entre consideraciones ambientales, sociales y económicas en pos del desarrollo y la mejora de la calidad de vida. Formando un conjunto integral en la búsqueda de la sostenibilidad a largo plazo. La práctica del cuidado generacional implica una preocupación orientada hacia el futuro, con el objetivo de asegurar un entorno saludable y sostenible para las generaciones futuras. La preservación de los recursos naturales se convierte en un elemento esencial para garantizar que las próximas generaciones tengan acceso a una buena calidad de vida, a través de la adopción de prácticas responsables y conscientes (Hammer y Pivo, 2017).

### **Cuidado Del Cuidador**

Dentro de la cuarta categoría del cuidado, conocida como el cuidado del cuidador, es primordial reconocer la importancia de proporcionar apoyo a los jóvenes y adolescentes cuidadores, quienes necesitan orientación en esta experiencia. Es crucial comprender su identidad, su red de apoyo, su capacidad para tomar decisiones y el significado que le dan a la tarea de cuidar. Un aspecto clave en esta dimensión del cuidado del cuidador es aliviar la carga que pueden experimentar, la cual puede llevar a problemas físicos, emocionales, sociales o económicos. Por lo tanto, es esencial tener en cuenta factores como el género, la salud y la relación con el individuo al que están cuidando. Los jóvenes y adolescentes cuidadores pueden manifestar esta carga a través de manifestaciones como cansancio, irritabilidad, dificultades para dormir, falta de motivación en las actividades diarias, síntomas físicos sin causa médica aparente, uso de sustancias psicoactivas, depresión, entre otros (Nkongho, 2003)

Con la intención de reducir la carga que recae sobre el cuidador, se presentan las siguientes subcategorías que pueden evaluarse en relación con este elemento: cuidado trascendente y compasivo, mitigar la carga del cuidador, herramienta para cuidar de sí mismo y a los demás y el cuidado maduro.

- **Cuidado Trascendente y Compasivo:** Dentro de la categoría de cuidado del cuidador, se encuentra el cuidado trascendente y compasivo. Este concepto se caracteriza por la manifestación constante de preocupación genuina y cuidado por el bienestar de los demás, basada en la percepción de la interconexión entre todas las formas de vida. Quienes adoptan este enfoque demuestran una interacción empática y comprensiva, buscando mejorar la propia vida como la de los demás y el entorno en

general. El cuidado trascendente y compasivo implica la motivación para brindar protección, apoyo y ayuda, al igual que fomentar el crecimiento y el florecimiento personal, tanto del cuidador como del individuo al que se cuida (Fogel et al., 1989). En esencia, el cuidado trascendente y compasivo involucra una atención constante y activa hacia las necesidades de los demás, guiada por una profunda comprensión de la interdependencia de cada una de las formas de vida existentes. Este enfoque va más allá de la simple acción superficial, buscando genuinamente promover el bienestar y el desarrollo integral de uno mismo y de los demás, generando un sentido de conexión y enriquecimiento mutuo (Gilbert, 2014).

- **Mitigar La Carga Del Cuidador:** El cuidado del cuidador también se relaciona con el concepto de mitigar la carga del cuidador, haciendo referencia a la necesidad de aliviar el estrés y el agotamiento psicológico que puede experimentar un individuo que se encarga del cuidado de otro. Este peso tiene la capacidad de tener un impacto negativo tanto en la salud mental como física, acumulándose debido a la falta de estrategias efectivas para enfrentar las situaciones vitales (Freudenberguer, como se citó en Pérez, 2010),

Para reducir la carga del cuidador, es fundamental brindar apoyo social y emocional, los cuales actúa como un recurso que proporciona protección en situaciones estresantes, amortiguando los efectos negativos del estrés. Las acciones destinadas a mitigar la carga del cuidador abarcan el reconocimiento y la valoración de los cuidadores, brindando motivación y soporte. Esto implica adoptar una actitud comprensiva y positiva frente a los cuidadores, fomentando un enfoque bidireccional en el que tanto los proveedores de cuidados como aquellos que brindan apoyo se beneficien (Cobb, 1976).

- **Herramienta Para Cuidar De Sí Mismo y a Los Demás:** Dentro del cuidado del cuidador, el factor de herramientas para cuidar de sí mismo y a los demás es clave para promover el autocuidado personal y el cuidado hacia el otro. Entre estas herramientas, destaca la empatía como un componente esencial.

La empatía se compone de tres elementos interrelacionados. En primer lugar, implica la habilidad de experimentar las emociones de otro individuo como si fueran propias, generando así una conexión emocional profunda. En segundo lugar, demanda el mantenimiento de una identidad personal sólida al mismo tiempo que se comprende claramente la identidad del otro, evitando confusiones entre ambas. En tercer lugar, la empatía conlleva la capacidad de adoptar la perspectiva del otro, lo que involucra ajustar la propia forma de pensar para comprender cómo se experimenta el mundo desde otro punto de vista. En conjunto, estos componentes configuran un proceso fundamental que nos capacita para establecer una conexión emocional con los demás comprendiendo sus sensaciones y perspectivas (Decety y Jackson, 2004).

- **Cuidado Maduro:** Dentro del abordaje del cuidado del cuidador, el entendimiento de cuidado maduro adquiere una gran relevancia. Este concepto implica un compromiso consciente hacia la protección, el bienestar y el mantenimiento de otros individuos. A través de la práctica del cuidado maduro, se establece una relación basada en la responsabilidad y la empatía, donde el cuidado trasciende más allá de ser una simple acción y se convierte en un elemento esencial de la conexión humana (Gilligan, 1985).

Dentro del marco de la ética del cuidado, el cuidado maduro implica una reciprocidad consciente, reconociendo la propia necesidad de recibir cuidado en momentos de vulnerabilidad. Este enfoque integral no se limita a proveer apoyo y

atención a otros, sino que también abarca la disposición y apertura para permitir que otros cuiden de uno mismo. El cuidado maduro representa un equilibrio y compromiso en las relaciones humanas, donde la interacción se nutre a través de la comprensión mutua y el intercambio de cuidado en todas sus dimensiones (García, 2004).

Tras identificar los componentes necesarios para la evaluación del constructo de cuidado, se encontró que los instrumentos previamente existentes no se ajustaban al propósito de los programas actuales en Colombia. Por lo tanto, fue necesario desarrollar y validar un nuevo instrumento para evaluar adecuadamente la dimensión del cuidado. En este sentido, se presentarán los instrumentos desarrollados por la comunidad científica con elementos de diseño y validación en esta área, pero que no cumplen los requisitos y la pertinencia de los programas actualmente en ejecución.

### **Instrumentos Antecedentes Relacionados Con El Constructo Del Cuidado**

El artículo Validación de una escala para medir la habilidad de cuidado de cuidadores de Blanco-Sánchez (2014) presenta una investigación que se enfocó en evaluar la validez facial y de contenido desde una propuesta de ajuste semántico de una escala previamente creada por Barrera. El objetivo era medir la habilidad del cuidado de cuidadores familiares de individuos con enfermedad de tipo crónica. El estudio se llevó a cabo en tres fases. En la fase de adecuación semántica, se revisaron y discutieron los términos de los ítems de la escala. En la fase de determinación del grado de comprensibilidad, se administraron cuestionarios a 385 participantes, identificando ítems con baja y media comprensibilidad, los cuales fueron modificados según la teoría y las observaciones de los sujetos. Finalmente, se estableció la validez facial y de contenido, donde se utilizó un panel de expertos y se aplicó el índice de concordancia de Kappa de

Fleiss. Los resultados del estudio demostraron que la mayoría de los ítems fueron aceptados en términos de su validez facial. Además, se concluyó que la escala modificada semánticamente demostró eficacia para evaluar la capacidad de cuidado de los cuidadores familiares de individuos afectados por enfermedades crónicas.

El estudio Confiabilidad y validez de constructo del instrumento 'Habilidad de Cuidado de Cuidadores en Familiares de Personas con Enfermedad Crónica' realizado por Barón y Díaz (2016) encontró resultados significativos en cuanto a la confiabilidad y la validez del instrumento. En cuanto a la confiabilidad, se observó una consistencia fuerte a lo largo del tiempo, con un coeficiente de confiabilidad de 0,77. En relación a la validez del constructo, se identificaron tres factores que explican el 26% de la variabilidad de la herramienta: comprensión, relación y modificación de los estilos de vida. Estos factores mostraron una consistencia interna adecuada, con coeficientes alfa de Cron Bach de 0,78, 0,82, y 0,71, de manera respectiva. En general, el instrumento demostró una consistencia global satisfactoria, con un coeficiente alfa de Cron Bach de 0,74. Estos hallazgos respaldan la confiabilidad y validez del instrumento para evaluar la habilidad de cuidado de cuidadores en familiares de individuos con alguna enfermedad de prevalencia crónica.

El estudio de Vergara y Barrera (2013) tuvo como objeto determinar la confiabilidad del instrumento Habilidad de Cuidado para cuidadores familiares de personas con enfermedad crónica. La metodología utilizada fue de tipo descriptiva con una muestra conformada por 220 cuidadores familiares de consultantes con alguna afección médica crónica y los cuales se encontraban en instancia hospitalaria bajo responsabilidad de una Empresa Social del Estado en Montería, Córdoba. Los resultados

obtenidos de la investigación señalan que la fiabilidad del instrumento, medida a través del coeficiente alfa de Cron Bach, fue de 0.82, sugiriendo que es una herramienta confiable con una buena interrelación entre todos los ítems que lo componen. También se calcularon los coeficientes alfa de Cron Bach para cada subdimensión, donde se encontró que la dimensión de relación obtuvo un valor de 0.61, la dimensión de comprensión obtuvo un valor de 0.81 y la dimensión de modificación de la vida obtuvo un valor de 0.42.

El estudio llevado a cabo por Achury et al. (2009) se centró en el desarrollo y validación de una herramienta para evaluar la capacidad de agencia de autocuidado en pacientes con hipertensión arterial, teniendo como base la teoría de Cuidado de Orem. El instrumento desarrollado consto de diecisiete reactivos organizados en tres dimensiones: componentes de poder, capacidades fundamentales y capacidad de operar el autocuidado. El estudio incluyó a 159 pacientes diagnosticados con hipertensión arterial, en los que fue aplicado el test. Para evaluar la validez de constructo se realizó un análisis de tipo factorial, mientras que para estimar la consistencia interna del instrumento se utilizó la medida estadística alfa de cron Bach. Los resultados del análisis psicométrico revelaron un índice de confiabilidad del cuestionario total a 0.75, considerado adecuado. Sin embargo, el análisis factorial reveló que las dimensiones sugeridas por los autores no se ajustaron a los factores conseguidos mediante la metodología de extracción de los componentes principales. Esto sugiere que la estructura del instrumento podría requerir revisión y modificaciones para mejorar la validez de constructo.

El artículo realizado por Soto et al. (2021) se centró en el diseño y validación de la Escala de Conductas de Autocuidado, la cual evalúa las conductas que aportan al

mantenimiento de la vida, de la salud y del bienestar de las personas. La muestra utilizada en el estudio incluyó a 235 personas de México. Los resultados obtenidos demostraron que la escala constaba de tres elementos primarios: físico, espiritual y psicológico, los cuales dieron explicación al 54,18% de la varianza total. Asimismo, se evidenció la validez convergente y discriminante de la escala, así como una alta consistencia interna desde los puntajes totales y en las subescalas, con valores entre (0,93 - 0,96). También se observaron correlaciones significativas entre dichos elementos y variables de tipo personales, lo cual respalda la validez concurrente del instrumento. Estos resultados indican que la "Escala de Conductas de Autocuidado" es un instrumento confiable y con validez para evaluar el autocuidado en diferentes contextos y poblaciones.

El estudio de Vesga y Ruiz (2016) evaluó la validez y confiabilidad de la Escala de Cuidado Profesional en español en el contexto de la atención a mujeres embarazadas en Bogotá, Colombia. Los resultados mostraron una alta comprensibilidad de la escala, con una tasa de comprensibilidad superior al 94%. Además, se encontró una validez de contenido en concordancia a la opinión de las enfermeras expertas, con un índice de validez de contenido general de 0.893. En cuanto a la confiabilidad, se consiguió un alto coeficiente de confiabilidad de Cron Bach de 0.907, indicando una alta consistencia interna de la escala. En términos del constructo, se identificaron dos factores: "Sanador compasivo" y "Sanador competente". Estos hallazgos respaldan la utilidad y confiabilidad de la Escala de Cuidado Profesional en el contexto de la atención a mujeres embarazadas, proporcionando una herramienta válida para evaluar el cuidado profesional en esta población.

Posterior a la identificación de la definición y los elementos del constructo de cuidado y las herramientas previamente diseñadas que evaluaban este concepto en diferentes áreas, resulta fundamental tener un conocimiento sólido sobre los conceptos teóricos ligados a la elaboración de un instrumento de medición. Es fundamental tener en cuenta tanto el diseño de la herramienta como su validez para lograr desarrollar un instrumento que mida eficazmente el cuidado. Garantizando una evaluación de alta calidad del programa "Jóvenes Cuidadores".

### **Diseño del instrumento**

Para el desarrollo de una herramienta de medición es necesario considerar diversos aspectos teóricos y prácticos. En primer orden, es fundamental definir claramente el propósito del instrumento y el constructo que se pretende medir, teniendo en cuenta la población objeto y el tipo de decisiones que se tomarán con las puntuaciones obtenidas. Asimismo, se deben considerar las limitaciones prácticas, como el tiempo de aplicación y la modalidad de administración. Además, el diseño de la herramienta debe estar respaldado por elementos teóricos del constructo que se pretende evaluar. Esto implica identificar, desde la literatura y la evidencia, las conductas observables que reflejen fielmente el constructo en cuestión. Posteriormente, se requiere llevar a cabo los criterios de validación pertinentes, como el juicio de jueces expertos en el área o pruebas piloto para evaluar la eficacia (Martínez et al., 2014).

El formato de los reactivos y la revisión por los jueces especialistas son aspectos esenciales en el desarrollo y validación del instrumento. Se determinará, desde el diseño, el tipo de respuesta más adecuado, considerando el propósito de la evaluación y la capacidad cognitiva de los evaluados. La participación de expertos en la evaluación de

contenido es indispensable para disminuir los sesgos o errores desde el planteamiento de los ítems que miden el constructo. Es crucial tener en cuenta que, si el instrumento es comercializado, será vital elaborar un manual que incluya los fundamentos teóricos, las instrucciones de implementación, los datos de fiabilidad y validez, así como las sugerencias de uso y las normas de interpretación de las puntuaciones. Todos estos elementos resultarán clave para asegurar la calidad y utilidad de la herramienta de evaluación (Martínez et al., 2014).

Tras haber revisado los elementos clave para diseñar un instrumento de medición, resulta fundamental que dicha herramienta cuente con distintivos de validez para obtener una evaluación de calidad.

### **Validez de instrumento**

La validez de una prueba hace referencia a su capacidad precisa y confiable para medir lo que se pretende evaluar. En 1985, un comité formado por la Asociación Estadounidense de Investigación Educativa (AERA), la Asociación Psicológica Americana (APA) y el Consejo Nacional de Medición en Educación (NCME) publicó un conjunto de normas para pruebas educativas y psicológicas. Estos estándares establecen que la validez hace referencia a la evidencia que respalda la interpretación prevista de una medida. Para respaldar la validez de una prueba, se requiere uno o varios de los tres tipos de evidencia: evidencia de constructo, evidencia de criterio y/o evidencia de contenido (Kaplan y Sacuzzo, 1993).

En la actualidad, la validación de constructos se considera el enfoque principal y se basa en contrastar la teoría científica del atributo que se pretende medir. La validación de contenido, por su parte, se utiliza para garantizar que los ítems de una prueba

abarquen de manera adecuada los elementos que se desean evaluar (Prieto y Delgado, 2010).

Es fundamental acumular evidencias que respalden la interpretación de las puntuaciones obtenidas, teniendo en cuenta que la validez se centra en las interpretaciones derivadas del cuestionario y no en el cuestionario en sí mismo. Es significativo destacar que la validez de una prueba no puede ser afirmada de manera general, ya que su validez está condicionada por algún fin específico. Un test puede ser válido y adecuado para un determinado propósito, pero carecer de validez en otro contexto distinto (Meneses et al., 2013).

### ***Validez De Constructo***

Dado que la validez de constructo permite contrastar hipótesis, es un componente fundamental de la evaluación psicológica. Puesto que integra la validez de contenido y la validez de criterio en un marco común. Esta validez implica analizar la importancia de las puntuaciones obtenidas a través de los instrumentos de medición en términos de los conceptos psicológicos que se supone están siendo evaluados. Es un proceso que busca establecer una conexión entre las puntuaciones y los constructos psicológicos teóricos que se pretenden medir (Messick, 1980).

La validez de constructo se considera un proceso científico de verificación de hipótesis que involucra tanto la evidencia empírica como los juicios racionales. Las hipótesis se basan en las deducciones que se hacen a partir de los puntajes obtenidos en los test, y la validación implica acumular evidencias que respalden las respectivas inferencias, usos o interpretación de las puntuaciones del instrumento relacionadas con un constructo específico. En este sentido, la validación de un test abarca elementos

experimentales, filosóficos y estadísticos para evaluar las hipótesis y teorías planteadas por la comunidad científica (Messick, 1989).

Por lo tanto, la validez de constructo se basa en el análisis de la importancia de las puntuaciones obtenidas en los test de medida manifestada en términos de los conceptos psicológicos que se utilizan para su medición (Pérez-Gil et al., 2000).

### ***Validez de contenido***

Es significativo destacar la relevancia de la evidencia de validez de contenido en la evaluación de los instrumentos de medición. Esta evidencia hace referencia a la adecuación de los ítems o reactivos que componen una prueba para medir de manera precisa y completa el conjunto de comportamientos o conductas que se pretenden evaluar (Cohen y Swerdik, 2001).

La validez de contenido desempeña un papel fundamental al proporcionar evidencia de apoyo a la validez del constructo, especialmente en la construcción de pruebas para evaluaciones a gran escala. Además, esta validez es un componente esencial en la estimación de la validez de las inferencias basadas en las calificaciones de los test.

La recopilación de esta evidencia durante el proceso de desarrollo de un instrumento de medición es crucial para asegurar que los ítems sean apropiados y pertinentes para evaluar el constructo de interés. Este enfoque riguroso aumenta la confianza en el uso de la prueba por parte de profesionales e investigadores (Ding y Hershberger, 2002).

De esta manera, la validez de contenido se refiere a la evaluación lógica de la correspondencia entre el atributo o característica del aprendizaje que se desea evaluar y

los elementos o preguntas incluidas en la prueba. Su propósito es asegurar que los ítems propuestos reflejen de manera adecuada el dominio de contenido que se pretende medir. Para respaldar esta validez, es necesario reunir evidencias sobre la calidad y relevancia técnica del instrumento, utilizando fuentes válidas como la literatura especializada, la opinión de expertos en el área y la población objetivo. Esto garantiza que la prueba incluya únicamente lo que debe estar presente, asegurando su pertinencia (Urrutia et al., 2014).

Tras considerar la importancia del diseño y la validez en la creación de instrumentos de medición, resulta relevante explorar cómo se aborda el constructo del cuidado, el cual aportará en buena medida a los elementos mencionados de validez.

## Capítulo tercero

### Método

En este capítulo se proporcionará una explicación detallada del abordaje metodológico empleado en la investigación. Se especificara el tipo de estudio y el diseño utilizado, así como la muestra poblacional y los métodos y técnicas de recolección de información, en los cuales se usaron grupos focales y el *Método de Angoff Modificado*. Además, se explicará el plan de análisis de datos, que involucró el programa *ATLAS. Ti 22* para el análisis de la información y el *Índice de Validez de Contenido (CVR) de Lawshe* como método de acuerdo entre jueces. Asimismo, se describirá el procedimiento seguido y las consideraciones éticas que se tuvieron en cuenta durante la validación del instrumento.

### Tipo de estudio

El presente estudio adoptó un enfoque empírico-analítico que combinó métodos de observación y recolección de datos con análisis lógico y deducción para comprender el constructo del "cuidado". Se emplearon variables metodológicas para cuantificar las afirmaciones y obtener datos precisos sobre el constructo y sus categorías (De la Hoz, 2018). Se utilizó un marco psicométrico para diseñar y validar un instrumento que permitiera medir el cuidado en estudiantes universitarios (Muñiz ,2010). En cuanto a su naturaleza, este estudio fue descriptivo, ya que su objetivo principal fue describir y categorizar el cuidado sin buscar establecer relaciones causales. (Veiga y Zimmermann, 2008). Además, se clasificó como instrumental, ya que el resultado esperado fue la elaboración de una herramienta de medición del "cuidado" para futuras investigaciones y programas (Montero y León, 2005).

## **Participantes**

En la presente investigación, la muestra poblacional estuvo compuesta por 7 jueces expertos seleccionados para participar en la validación de las categorías y subcategorías del instrumento de cuidado. La elección de los jueces especializados se basó en criterios rigurosos de idoneidad y experiencia relevante en el ámbito de estudio (Otzen y Manterola, 2017).

Se integraron psicólogos con formación en psicología positiva, lo que permitió aportar una mirada especializada para evaluar la validez y pertinencia de las categorías. También se contó con la participación de psicólogos con estudios interdisciplinarios desde el ámbito del cuidado, lo que proporcionó una perspectiva amplia y comprensiva de las complejidades del cuidado desde las diversas dimensiones.

Además, se involucraron psicómetras con conocimiento en la evaluación de la confiabilidad y validez de instrumentos de medición, lo que aseguró que el instrumento fuera evaluado por jueces con experiencia en identificar los criterios mínimos de validez y pertinencia. De igual forma, se incluyeron psicólogos expertos en proyectos de investigación, destacados por su experiencia en la dirección y gestión del conocimiento en campos de educación y entornos comunitarios con poblaciones concretas. Su perspectiva pragmática y orientada a resultados garantizó una evaluación rigurosa del instrumento de cuidado. Los perfiles de los expertos se pueden encontrar en el Apéndice A.

## **Métodos y Técnicas Para La Recolección De La Información**

En este estudio, se emplearon dos técnicas diferentes para la recolección de la información: *Grupos focales* y *el Método de Angoff modificado*.

### ***Grupos Focales***

En el contexto de esta investigación, se utilizó la técnica de grupos focales como método de recolección de datos para obtener una aproximación rápida y multidimensional al tema específico del cuidado y sus categorías correspondientes. Durante la sesión de grupo focal con los representantes del programa de jóvenes cuidadores, se realizaron preguntas guiadas que puede observar en el Apéndice B y se tomaron notas de las interacciones, comportamientos del grupo así como de la comunicación verbal (Aigner, 2002).

La participación desde el grupo focal permitió a los participantes del programa aportar sus perspectivas, enfoques y definiciones sobre el constructo en estudio, sus categorías y subcategorías. Estas opiniones capturadas durante las sesiones de grupo focal fueron posteriormente presentadas al investigador, quien se encargó de identificar las subcategorías y los elementos que conforman el constructo del cuidado mediante la herramienta *Atlas ti.22*.

### ***Método De Angoff Modificado***

En este estudio, se utilizó el *método de Angoff modificado* como técnica para evaluar la validez y relevancia de las categorías o elementos clave identificados previamente en el instrumento de cuidado. Este método consistió en la creación de rejillas que puede observar en el Apéndice C, diseñadas para recopilar la información de

los jueces expertos que participaron en la investigación (Papageorgiou y Tannenbaum, 2016).

Los jueces expertos, seleccionados debido a su conocimiento y experiencia en el área de estudio, completaron las rejillas diseñadas específicamente para recopilar sus valoraciones sobre cada ítem del instrumento. Estas valoraciones se centraron en aspectos como la redacción, pertinencia, estructura y lenguaje. La recopilación de la información a través de este método permitió obtener una evaluación objetiva y sistemática de las categorías y elementos propuestos.

### **Plan De Análisis De Datos**

Para realizar el análisis de la información recopilada en el grupo focal y determinar los elementos clave y categorías del constructo, se utilizó el software *ATLAS.Ti 22*. De igual manera, se empleó el *Índice de Validez de Contenido (IVC) de Lawshe* para analizar el acuerdo entre los jueces que participaron en la evaluación de los ítems. *ATLAS.Ti 22*

Durante la etapa de análisis de datos, se revisó la información recopilada en el grupo focal para identificar las subcategorías del constructo del cuidado. El software *ATLAS.ti 22* desempeñó un papel crucial al sintetizar la información obtenida del grupo focal en elementos clave y presentarlo mediante redes conceptuales, lo que facilitó la visualización de las interrelaciones entre categorías y componentes clave. Esto permitió una comprensión profunda de las perspectivas de los expertos del programa que participaron en el grupo focal, logrando identificar las subcategorías que conformarían finalmente el instrumento de cuidado.

Una vez que se obtuvo claridad respecto a las categorías y subcategorías que constituyen el instrumento de cuidado, se procedió a la construcción de los ítems. Estos ítems fueron sometidos a evaluación por parte de los jueces expertos, quienes desempeñaron un papel crucial en la determinación de la validez del contenido.

### ***Índice De Validez De Contenido (CRV) De Lawshe***

En este estudio, se utilizó *el Índice de Validez de Contenido (IVC) de Lawshe* para evaluar la validez de contenido del instrumento de cuidado y sus categorías correspondientes. Se convocó por medio digital a un panel de expertos conformado por especialistas en el área específica y se les solicitó que emitieran su evaluación sobre la redacción, pertinencia, estructura y lenguaje de cada ítem del instrumento, asignándoles una clasificación de acuerdo (puntajes de 3 y 4) o desacuerdo (puntajes de 1 y 2). La aplicación del *IVC* permitió obtener una medida cuantitativa de la validez de los ítems, contribuyendo así a mejorar la calidad y la validez del instrumento. La participación de expertos en el campo aseguró una evaluación imparcial y rigurosa, aportando una perspectiva especializada para validar los ítems propuestos. Una vez que cada experto emitió sus opiniones y clasificaciones de acuerdo o desacuerdo en relación con las cuatro categorías de análisis por ítem, se procedió a determinar el consenso entre las valoraciones de los jueces colaboradores. Para ello, se empleó el *Índice de Validez de Contenido ajustado (CVR\*)*, donde se consideró que un ítem era adecuado para formar parte del instrumento si el grado de acuerdo superaba el  $CVR^* \geq a 0.58$  del total de los jueces participantes. Esto aseguró que los ítems seleccionados fueran pertinentes y reflejaran de manera adecuada el constructo que estaba siendo evaluado (Arregui et al., 2017).

## **Procedimiento**

En este estudio, el proceso de identificación y validación de las categorías del instrumento del cuidado constó de varias fases:

- **Generación Del Grupo Focal fase 1:** Se conformó un grupo focal con los representantes del programa de jóvenes cuidadores para obtener información cualitativa a través de la interacción y discusión grupal acerca del elemento a evaluar.
- **Análisis De Los Elementos Del Grupo Focal fase 2:** Se utilizó la herramienta Atlas.Ti para identificar los conceptos comunes y acuerdos surgidos de la discusión del grupo focal, logrando así identificar las subcategorías que constituyen el instrumento del cuidado.
- **Búsqueda y Conceptualización Del Constructo y Categorías fase 3:** En esta etapa, se llevó a cabo una revisión bibliográfica utilizando las definiciones del grupo focal para cada elemento, estableciendo las bases teóricas que sirvieron como fundamento para el desarrollo del instrumento de investigación.
- **Diseño De Los Ítems De Cada Categoría fase 4:** Con base en los elementos identificados, analizados y definidos se procedió al diseño de los ítems de cada categoría, teniendo en cuenta la claridad, comprensibilidad y pertinencia de los ítems para medir las diferentes dimensiones del constructo.
- **Búsqueda y Selección De Los Jueces Expertos fase 5:** Se llevó a cabo la búsqueda y selección de jueces expertos que contaran con la experiencia y conocimientos adecuados para validar los ítems del instrumento.
- **Juicio de los Expertos fase 6:** Los jueces expertos evaluaron los ítems del instrumento de manera virtual utilizando el método de Angoff, asignando calificaciones

o estimaciones de la probabilidad de que un candidato típico respondiera a cada ítem, en esta evaluación. Se consideró la pertinencia, estructura, lenguaje y redacción.

- **Análisis Cualitativos y Cuantitativos De Acuerdos Entre Jueces fase 7:** Se llevó a cabo un análisis de acuerdo entre los jueces expertos utilizando el *Índice de Validez de Contenido de Lawshe (CRV)* para determinar el acuerdo entre los jueces en cuanto a la pertinencia y representatividad de los ítems en relación con las categorías del constructo del cuidado.
- **Ajustes Realizados fase 8:** Finalmente, se llevaron a cabo los ajustes necesarios en el instrumento con base en las recomendaciones proporcionadas por los jueces expertos. Estas sugerencias fueron analizadas y consideradas meticulosamente, contribuyendo significativamente a la mejora y refinamiento del instrumento de medición del cuidado.

### **Aspectos éticos**

En este estudio, se siguieron las normativas establecidas por el Código Bioético y Deontológico de la Psicología, Ley 1090 de 2006 (Congreso de la República [CRC], 2006). Así como la Resolución 8430 de 1993 (Ministerio de Salud [Minsalud], 1993). Se consideró que este estudio se clasificaba como de riesgo mínimo según dichas normativas.

Es fundamental tener presentes las consideraciones éticas establecidas en la ley 1090 de 2006, a fin de asegurar el bienestar de las personas involucradas en el estudio. Por lo tanto, se tuvo en cuenta las disposiciones éticas establecidas en esta ley con el propósito de garantizar el cuidado y protección de los participantes del estudio, así como asegurar la integridad de la investigación en términos éticos.

- **Confidencialidad:** En relación con la confidencialidad, se aseguró la protección de los datos recopilados durante el proceso de desarrollo y validación de la herramienta en este estudio. Siguiendo las pautas de confidencialidad mencionadas en el Código Bioético y Deontológico de la Psicología, Ley 1090 de 2006, se garantizó la seguridad de la información recogida, asegurando a los jueces expertos que sus datos serían tratados con confidencialidad y no serían compartidos sin su consentimiento, lo mencionado lo puede observar en el Apéndice D(Código Ético del Psicólogo, 2000).
- **Bienestar del usuario:** En este estudio, se tuvo en cuenta el bienestar de los participantes, como se estableció en el Código Bioético y Deontológico de la Psicología, Ley 1090 de 2006. Se consideró el contexto e historia de cada participante para evitar cualquier afectación física o emocional durante el proceso de validación de la herramienta. Se tomaron medidas para proteger la integridad y el bienestar de los participantes, brindando un ambiente seguro y respetuoso (Código Ético del Psicólogo, 2000).
- **Evaluación de técnicas:** La evaluación de técnicas fue un aspecto esencial en el proceso de investigación, ya que garantiza la calidad y la precisión de los resultados obtenidos. Para lograrlo, se utilizaron métodos de evaluación válidos respaldados por evidencia científica, de manera ética y profesional. Durante la validación del instrumento, se implementaron enfoques y procedimientos rigurosos para garantizar la validez de los resultados. Además, se aseguró que los participantes recibieran información clara y detallada sobre los resultados obtenidos, asegurando la transparencia y el respeto por su participación (Código Ético del Psicólogo, 2000).

- Investigación con participantes humanos: Durante el proceso de investigación, se priorizó el bienestar de los participantes, obteniendo su consentimiento informado por medio de una carta y respetando su autonomía. Para ello, se proporcionó información coherente y especificada acerca del propósito de este estudio, los procesos involucrados y los posibles riesgos de participar en la investigación. Además, se contó con los conocimientos y competencias necesarios para intervenir adecuadamente durante la validación del instrumento (Código Ético del Psicólogo ,2000).

En concordancia con Ley 8430 de 1993, esta investigación se consideró de riesgo mínimo. Esto se debe a que se trata de un estudio de tipo prospectivo el cual emplea documentos de datos a través de procesos estándar. Con el objetivo de evitar cualquier tipo de daño a la comunidad, se han implementado medidas para asegurar la confidencialidad de los datos obtenidos y se han aplicado los protocolos necesarios para asegurar la validez y la correcta aplicación del estudio.

Es importante destacar que durante la realización de esta investigación se tuvo en cuenta la Ley 1581 de 2012, conocida como Ley Habeas Data, la cual establece las normas para salvaguardar la privacidad y protección de datos personales. En el contexto de esta investigación, se solicitó el consentimiento de los participantes por medio de una carta para recopilar y utilizar información personal, con el objetivo educativo de la investigación. Asimismo, se garantizó un almacenamiento seguro de los datos y se restringió el acceso solo a personas autorizadas, con el propósito de dar protección a la confidencialidad y privacidad de la información o datos obtenidos.

## Capítulo cuarto

### Resultados

En este capítulo se realizara la presentación de los resultados obtenidos a través de los elementos trabajados para el cumplimiento de los objetivos específicos del estudio. En primer lugar, se presentarán los hallazgos obtenidos mediante el uso de grupos focales y la herramienta de análisis de datos *Atlas. Ti 22*, donde se identificaron las categorías y subcategorías teóricas que conformaron el instrumento de cuidado. En segundo lugar, se presentará el resultado del *Índice de Validez de Contenido (CVR) de Lawshe*, el acuerdo alcanzado entre los jueces expertos y el ajuste realizado a la herramienta de cuidado.

Para el cumplimiento del primer objetivo específico el cual implica identificar las categorías teóricas que conforman el instrumento para medir el cuidado, se generaron una serie de acciones. Dentro de esas actividades se llevó a cabo un grupo focal conformado por los representantes del programa jóvenes cuidadores donde la información recolectada fue analizada mediante la herramienta *ATLAS. Ti 22* para identificar las categorías y subcategorías del instrumento de cuidado así como las definiciones planteadas. Asegurando la pertinencia y la validez de contenido y permitiendo el desarrollo de la tabla de especificaciones.

#### **Identificación de las categorías y subcategorías teóricas del instrumento.**

En primer momento, se llevó a cabo un grupo focal que involucró a los delegados del programa "Jóvenes Cuidadores", miembros de la YMCA. Durante esta sesión, se emplearon preguntas guiadas, en relación al constructo de cuidado y sus categorías. El propósito fundamental de la reunión fue explorar en profundidad las percepciones,

opiniones y experiencias de los representantes del programa en relación con el concepto de "cuidado" en sus diversas categorías: Cuidado, Cuidado de Sí Mismo, Cuidado del Otro o cuidado como conexión, Cuidado del Entorno o Cuidado de la casa común y Cuidado del Cuidador.

A lo largo del grupo focal, se solicitó a los participantes que compartieran sus perspectivas individuales sobre cada dimensión del cuidado y su relevancia en el proceso de desarrollo del instrumento. La intención subyacente fue comprender cómo estos elementos eran percibidos por ellos y hasta qué punto contribuyen al concepto global de cuidado. De la misma manera se hizo hincapié, en línea con los objetivos de la sesión, en la necesidad de identificar con precisión los componentes esenciales que los representantes del programa de Jóvenes Cuidadores consideraban cruciales para medir adecuadamente cada una de las categorías que integraron finalmente el instrumento.

### ***Análisis de las subcategorías de cuidado a partir de grupos focales***

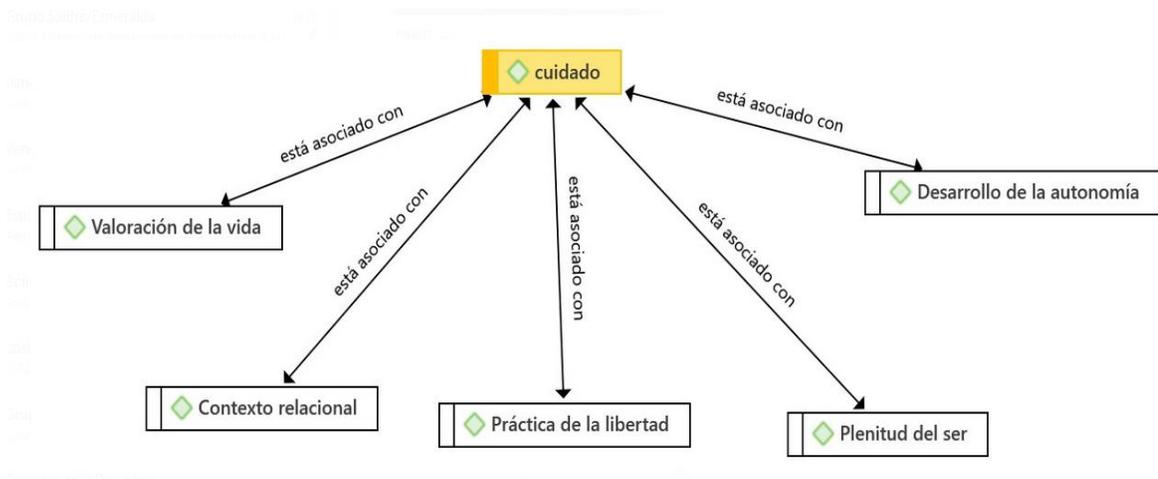
Para el análisis se empleó el programa *Atlas. Ti*. Con el fin de identificar las subcategorías que conformarían las siguientes categorías del instrumento de cuidado.

La valoración de la dimensión del cuidado desde la perspectiva del programa Jóvenes Cuidadores ha identificado una serie de elementos esenciales para medir dicha dimensión. Estos componentes se han dividido en las subcategorías Plenitud del ser, Desarrollo de la autonomía, Práctica de la libertad, Valoración de la vida y la influencia del contexto relacional, tal como se presenta en la Figura 1. Cada subcategoría representa un aspecto distinto pero complementario del cuidado que contribuye a una evaluación completa de cómo un individuo cuida de sí mismo y de los demás, considerando tanto aspectos internos como las influencias externas del entorno y las relaciones

interpersonales. Estos factores son importantes para evaluar el cuidado porque abordan aspectos primordiales de la experiencia humana que influyen en la capacidad de cuidar y ser cuidado de manera efectiva.

### Figura 1

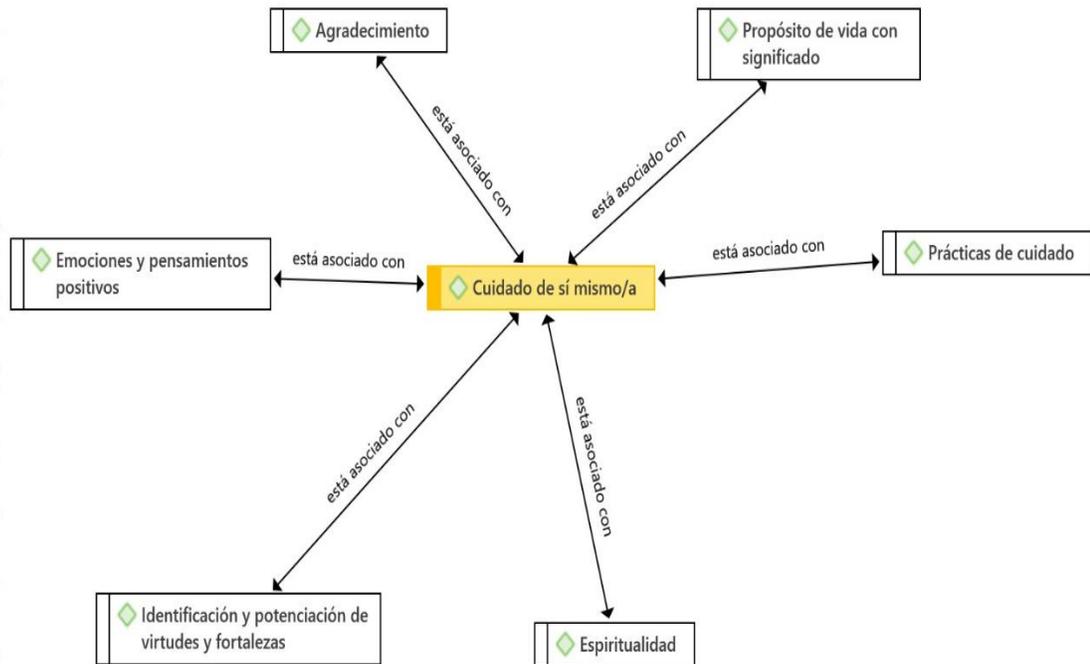
#### *Subcategorías identificadas de la categoría del cuidado*



En cuanto a la evaluación del autocuidado o cuidado de sí mismo, los representantes del programa Jóvenes Cuidadores han sugerido la consideración de la interacción de elementos tales como el agradecimiento, las prácticas de cuidado, la espiritualidad, las emociones y pensamientos positivos, la identificación y potenciación de virtudes y fortalezas, así como el propósito de vida con significado, tal como se observa en la Figura 2. Esta propuesta de elementos establece una base integral para la evaluación del cuidado de sí mismo, abordando no solo aspectos físicos, sino también dimensiones emocionales, espirituales y de autorreflexión. La inclusión de estos componentes en la evaluación del cuidado de sí mismo es esencial para comprender y evaluar la capacidad de un individuo para cuidarse a sí mismo de manera efectiva, considerando aspectos internos y externos.

**Figura 2**

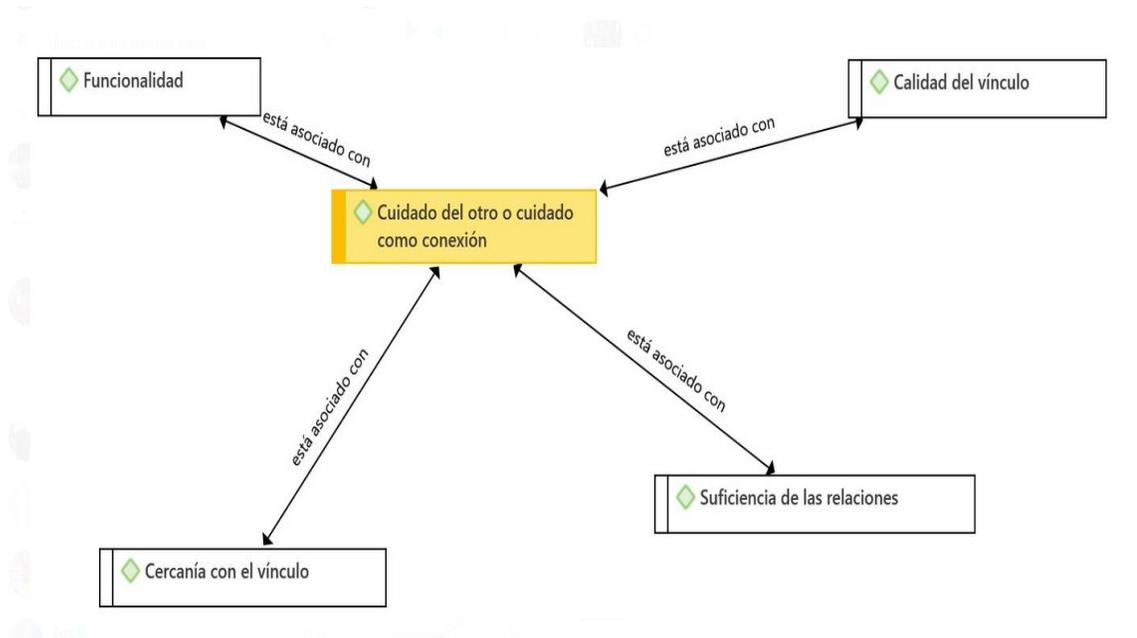
*Subcategorías identificadas de la categoría del cuidado de sí mismo*



Desde la mirada del programa Jóvenes Cuidadores, la valoración del Cuidado del otro o cuidado como conexión debe considerar la interacción de elementos clave, como la funcionalidad del vínculo, la cercanía con el vínculo, la calidad del vínculo y la suficiencia de las relaciones, así como se muestra en la Figura 3. Dichos factores propuestos ofrecen una perspectiva integral para evaluar esta dimensión desde la experiencia de los jóvenes cuidadores, considerando aspectos esenciales que reflejan la naturaleza de su compromiso y cuidado hacia los demás.

**Figura 3**

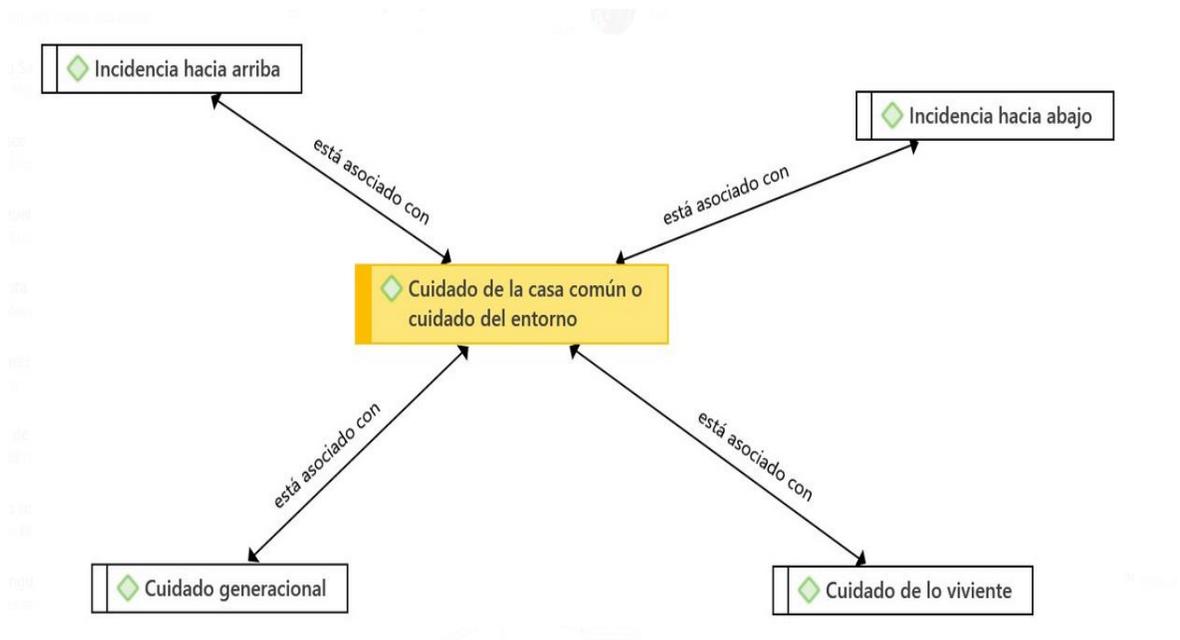
*Subcategorías identificadas de la categoría del “Cuidado del otro” o “cuidado como conexión”*



En la categoría del Cuidado de la casa común o cuidado del entorno, resultó crucial integrar la presencia e interacción de elementos tales como el cuidado generacional, la incidencia hacia arriba, la incidencia hacia abajo y el cuidado de lo viviente, así como se observa en la Figura 4. Estos factores propuestos ofrecieron una perspectiva integral para evaluar el cuidado del entorno desde la experiencia y el compromiso de los jóvenes cuidadores. La atención generacional, la influencia en las decisiones, la transmisión de conocimiento y el enfoque en la preservación de toda forma de vida son aspectos esenciales que reflejan la contribución de los jóvenes cuidadores al cuidado del entorno.

**Figura 4**

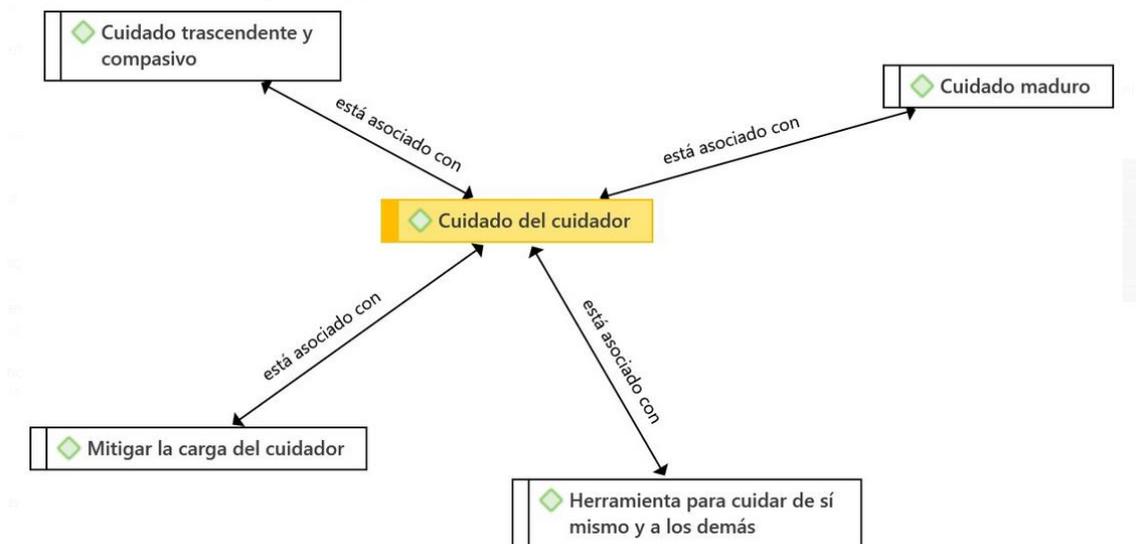
*Subcategorías identificadas de la categoría del “Cuidado de la casa común” o “cuidado del entorno”*



Los representantes del programa Jóvenes Cuidadores proponen que la evaluación del Cuidado del cuidador considere la interacción de los siguientes elementos Cuidado maduro, Herramienta para cuidar de sí mismo y a los demás, Mitigar la carga del cuidador y el Cuidado trascendente-compasivo, tal como se observa en la Figura 5. Estos componentes ofrecen una perspectiva integral para evaluar el Cuidado del cuidador desde la experiencia y el bienestar de aquellos que desempeñan el rol de cuidadores, destacando la importancia del autocuidado, la mitigación de la carga y la dimensión compasiva en esta labor de cuidar de otros.

**Figura 5**

*Subcategorías identificadas de la categoría del Cuidado del Cuidador*



Después de llevar a cabo el grupo focal y de identificar las diferentes categorías y subcategorías mediante el uso del programa *Atlas. Ti*, se procedió a crear y desarrollar la tabla de especificaciones. En ella, se definieron cada uno de los elementos que conformarán el instrumento del cuidado.

#### ***Desarrollo de las definiciones de categorías y componentes del instrumento***

Durante el proceso de grupos focales con los representantes del programa de jóvenes cuidadores, se logró un consenso en las definiciones tanto de las categorías que componen el instrumento de cuidado como de los elementos de las subcategoría, así como se observa en la Tabla 1. Estas definiciones se utilizarán para medir el constructo de cuidado de manera coherente y consensuada, lo que permitirá una evaluación precisa y fiable del cuidado.

**Tabla 1***Definiciones De Las Categorías y Subcategorías Del Instrumento De Cuidado*

<b>Categorización del instrumento</b>		
<b>Categorías</b>	<b>Definición</b>	<b>Subcategorías</b>
<b>Cuidado</b> 20%	El cuidado es una relación simétrica que potencia y permite florecer, sin sustituir ni anular. Es inherente a la naturaleza humana, orientado al reconocimiento de la existencia humana y la realización plena.	<p><b>Valoración de la vida</b> La valoración de la vida considera una amplia gama de factores que influyen en la percepción individual, como las condiciones de vida, el nivel socioeconómico y la búsqueda de la felicidad. Esta valoración impacta directamente en el bienestar físico, social y psicológico de cada persona y es altamente subjetiva debido a las experiencias personales, ambiciones y expectativas individuales, lo que contribuye a la diversidad en diferentes grupos sociodemográficos y culturales.</p> <p><b>Contexto relacional</b> El elemento del cuidado relacionado con el contexto social se basa en la idea de que las personas dependen intrínsecamente de sus interacciones con otros. Según la psicología evolutiva, estas interacciones sociales satisfacen necesidades sociales y promueven el desarrollo de habilidades cognitivas, emocionales y conductuales a lo largo de la vida, permitiendo a cada individuo tomar conciencia de sus relaciones con los demás en diferentes contextos de su vida.</p> <p><b>práctica de la libertad</b> La educación crítica hace que las personas sean conscientes de su entorno y puedan ser agentes activos en la construcción de la sociedad, permitiéndoles comprender y transformar el mundo en lugar de ser simples observadores de la vida.</p> <p><b>desarrollo de la autonomía</b> fomentar del desarrollo de la autonomía, lo que implica asumir responsabilidad por las decisiones individuales</p> <p><b>plenitud del ser</b> refiere a cómo una persona percibe su logro de niveles subjetivos de bienestar</p>

<b>Categorización del instrumento</b>		
<b>Categorías</b>	<b>Definición</b>	<b>Subcategorías</b>
<b>Cuidado de sí mismo</b> 20%	Todas las prácticas que posibilitan la autorrealización, el bienestar del individuo, el crecimiento personal, el cuidado trascendente, el propósito de vida y la plenitud desde el reconocimiento de las virtudes , puede ser conceptualizada como una dimensión psicológica y científica que se centra en la optimización de los recursos internos y externos para promover el desarrollo integral de la persona.	<p><b>Propósito de vida con significado</b> La orientación fundamental de una persona hacia una existencia que trasciende el bienestar individual, y que se encuentra intrínsecamente conectada al compromiso con el cuidado y el beneficio de los demás. Se destaca por su preeminencia sobre las metas puramente materiales o propositivas, ya que se centra en la búsqueda de significados profundos y en la contribución al bienestar colectivo. Este propósito implica la identificación de valores, objetivos y acciones que otorgan sentido a la vida personal y, al mismo tiempo, nutren la calidad de vida de otros individuos y de la comunidad en su conjunto.</p> <p><b>Identificación y potenciación de virtudes y fortalezas</b> Se refiere a la evaluación y amplificación de las cualidades positivas y habilidades innatas en un individuo. Esto involucra el reconocimiento consciente de dichas potencialidades basadas en virtudes como la bondad, empatía y perdón, que se enmarcan dentro de un contexto ético y moral en la práctica. Este proceso se considera trascendente en la medida en que busca potenciar aspectos valiosos y constructivos</p> <p><b>Emociones y pensamientos positivos</b> Proceso de gestionar las respuestas emocionales al enfocar el pensamiento en aspectos constructivos y favorables, evitando estancarse en los problemas. Implica enfrentar las situaciones desde una perspectiva optimista y adaptativa, buscando soluciones y resiliencia en lugar de enredarse en las dificultades.</p> <p><b>Espiritualidad</b> Un ámbito intrínseco de la experiencia humana que facilita un diálogo interno profundo y reflexivo. En este espacio, el individuo se aparta de las distracciones externas y se conecta con su ser interior de manera contemplativa. La espiritualidad implica una búsqueda de significado, trascendencia y conexión con aspectos más profundos de la existencia. En este contexto, el diálogo consigo mismo no solo promueve la autoconciencia, sino que también puede servir como fuente de guía, reflexión y enriquecimiento personal.</p>

<b>Categorización del instrumento</b>		
<b>Categorías</b>	<b>Definición</b>	<b>Subcategorías</b>
		<p><b>Prácticas de cuidado</b> Engloban una serie de acciones intencionadas que buscan el bienestar y la salud integral de un individuo. Estas prácticas incluyen aspectos como la alimentación equilibrada, la gestión adecuada del sueño, la introspectiva meditación individual, así como la ejecución de actividades que promueven la felicidad y el bienestar emocional como cruciales para mantener y mejorar la calidad de vida de un individuo.</p> <p><b>Agradecimiento</b> Acción concreta y real que capacita a los individuos para enfrentar diversas situaciones en la vida. Consiste en reconocer y expresar aprecio hacia las circunstancias, personas o eventos que han contribuido positivamente a la experiencia personal, lo que puede influir en una perspectiva más positiva, fortaleciendo la resiliencia ante desafíos y promoviendo un sentido de gratitud en el individuo.</p>
<b>Cuidado de la casa común o cuidado del entorno</b> 20%	El enfoque ambientalista se centra en la preservación de todos los seres vivos, incluyendo animales, plantas, bosques, aire y ríos. Esto implica cuidar no solo nuestro entorno inmediato, sino también la comunidad en su totalidad. Este enfoque busca influir activamente para mejorar el bienestar del medio ambiente, tanto	<p><b>Cuidado de lo viviente</b> Acto de reconocer y preservar el territorio en el que nos encontramos. Este territorio va más allá de ser simplemente un espacio físico, ya que se refiere al entorno ambiental en su totalidad. Este enfoque implica la responsabilidad de velar por la conservación y protección de los elementos vivos presentes en dicho territorio, contribuyendo así al bienestar y sostenibilidad de todos los seres que lo componen.</p> <p><b>Incidencia hacia abajo</b> Representa la acción emprendida por individuos jóvenes en sus respectivos territorios, con el propósito de fomentar la salud mental y el cuidado. Este ejercicio se traduce en la multiplicación de iniciativas hasta la ejecución de campañas. Los jóvenes colaboran con la comunidad para abordar problemas específicos que afectan a su generación en relación con estos temas. Esta forma de incidencia se refleja en la construcción conjunta de soluciones en la comunidad, donde los jóvenes identifican y enfrentan problemas concretos relacionados con la salud mental y el</p>

<b>Categorización del instrumento</b>		
<b>Categorías</b>	<b>Definición</b>	<b>Subcategorías</b>
	para la actualidad como para las generaciones futuras. Los ciudadanos tienen la responsabilidad de cuidar su territorio y crear condiciones que beneficien a todos los seres vivos.	<p>cuidado. Sus acciones concretas influyen en la resolución de estos problemas, y al hacerlo, generan un impacto positivo en el territorio y en su propia generación.</p> <p><b>Incidencia hacia arriba</b> Implica la evaluación de la red local de jóvenes, la cual busca influir en instancias externas a nivel local, como las autoridades locales. En este contexto, se propone identificar y abordar problemáticas relacionadas con la salud mental. La finalidad es que las autoridades estatales respondan de manera adecuada a estas cuestiones. A través de esta dinámica, se implementan programas y acciones específicas para generar un cambio en niveles superiores de toma de decisiones, garantizando así una atención y enfoque adecuados a las problemáticas identificadas por la red de jóvenes.</p> <p><b>Cuidado generacional</b> Acción de conservar los recursos naturales con la mirada puesta en un equilibrio ecológico a largo plazo. Esta práctica implica un enfoque trascendente, orientado a garantizar que las generaciones venideras puedan gozar de un ambiente sano y sustentable.</p>
<b>“Cuidado del otro” o “cuidado como conexión”</b> 20%	Este proceso fluido y estructurado implica alinearse con uno mismo en busca del bienestar, estrechamente relacionado con las interacciones con los demás y la relación con uno mismo. La conexión interna guía las relaciones externas y afecta el	<p><b>Suficiencia de las relaciones</b> Presencia y calidad de apoyo social y vínculos positivos en la vida de una persona. Estos vínculos de calidad actúan como una protección contra la fragilidad y la vulnerabilidad.</p> <p><b>Calidad del vínculo</b> La naturaleza de la conexión entre individuos, caracterizada por una relación positiva y enriquecedora. Implica comunicación abierta y efectiva, así como una comprensión genuina y apoyo mutuo. Esta calidad se refleja en la habilidad para resolver conflictos de manera constructiva, compartir momentos íntimos y de confianza, además de proporcionar seguridad y reconocimiento de las capacidades.</p>

<b>Categorización del instrumento</b>		
<b>Categorías</b>	<b>Definición</b>	<b>Subcategorías</b>
	<p>bienestar personal y colectivo, destacando la importancia del autocuidado, el cuidado propio y el cuidado hacia los demás. Para lograrlo, es vital identificar y nutrir relaciones positivas y tomar decisiones conscientes sobre cómo interactuamos con quienes nos rodean.</p>	<p><b>Cercanía con el vínculo</b> Grado de conexión emocional y relacional entre individuos, en términos de sus emociones, comunicación y apoyo mutuo. Esta cercanía refleja una conexión emocional profunda, comunicación auténtica y una sensación de respaldo recíproco en la relación. Implica satisfacer las necesidades psicológicas, lo que a su vez requiere que la otra persona esté cerca y disponible para atender estas necesidades.</p> <p><b>Funcionalidad</b> Capacidad y oportunidad que una relación tiene para proporcionar respuestas efectivas y solucionar los desafíos y dilemas que surgen en la vida.</p>
<b>Cuidado del cuidador</b> 20%	<p>Cuidado trascendente y compasivo mitigando la carga del cuidador Relación métrica con el otro requiere un cuidado de sí mismo Salirse de sí mismo sin olvidarse de sí mismo pero entendiendo relación significativa y relacional el cuidado es bidireccional</p>	<p><b>Cuidado trascendente y compasivo</b> Manifestación constante de cuidado y preocupación genuina por el bienestar y las necesidades de los demás. Quienes practican este tipo de cuidado demuestran una interacción empática y comprensiva con los demás, basada en la conciencia de la interconexión entre todas las formas de vida. Este enfoque se caracteriza por su orientación hacia la mejora y el enriquecimiento tanto de la propia vida como de la vida de los demás y del entorno en general.</p> <p><b>Mitigar la carga del cuidador</b> Acciones destinadas a aliviar, reducir o facilitar la responsabilidad y esfuerzo asociados con el cuidado de otra persona. Estas acciones abarcan el reconocimiento y la valoración de los cuidadores, brindando motivación y apoyo emocional. Se orientan hacia el desarrollo de actitudes positivas y comprensivas frente a los cuidadores, fomentando un enfoque bidireccional en el que tanto los proveedores de cuidados como aquellos que brindan apoyo</p> <p><b>herramientas para cuidar de sí mismo y a los demás</b></p>

<b>Categorización del instrumento</b>		
<b>Categorías</b>	<b>Definición</b>	<b>Subcategorías</b>
		<p>Las herramientas para cuidar de uno mismo y de los demás pueden variar según las circunstancias y las necesidades individuales, sin embargo existen elementos significados como la empatía que influyen como herramientas para dar y recibir cuidado</p> <p><b>cuidar maduro</b>            Proceso consciente en el cual se brinda cuidado a los demás de manera deliberada, pero también se reconoce la importancia de recibir cuidado. Este enfoque integral abarca tanto el acto de proporcionar apoyo y atención como la apertura y disposición a aceptar cuidado</p>

Una vez identificadas las categorías, subcategorías y definiciones de los elementos que componen el instrumento de cuidado, se solicitó al grupo de representantes del programa jóvenes cuidadores que distribuyeran en porcentajes el peso de cada categoría en relación con el instrumento. Como resultado, el grupo decidió distribuir de manera equitativa la relevancia de cada una de las cinco categorías finales del instrumento, asignando un 20% a cada una. En consecuencia, se presenta la tabla concreta de especificaciones del instrumento, la cual servirá como una herramienta fundamental en el proceso de evaluación del cuidado, proporcionando un marco de referencia detallado y coherente para la medición del constructo, así como se observa en la Tabla 2.

**Tabla 2***Especificaciones y Relevancia De Las Categorías Del Instrumento De Cuidado*

<b>Cuidado</b>				
<b>Cuidado</b>	<b>Cuidado de sí mismo</b>	<b>Cuidado del otro o cuidado como conexión</b>	<b>Cuidado de la casa común o cuidado del entorno</b>	<b>Cuidado del cuidador</b>
- Valoración de la vida -Contexto relacional -Práctica de la libertad -Desarrollo de la autonomía -Plenitud del ser	- Agradecimiento -Prácticas de cuidado -Espiritualidad -Emociones y pensamientos positivos -Identificación y potenciación de virtudes y fortalezas -Propósito de vida con significado	- Funcionalidad -Cercanía con el vínculo -Calidad del vínculo -Suficiencia de las relaciones	-Cuidado generacional -Incidencia hacia arriba -Incidencia hacia abajo -Cuidado de lo viviente	-Cuidado maduro - Herramienta para cuidar de sí mismo y a los demás -Mitigar la carga del cuidador -Cuidado trascendente y compasivo
Ponderado 20%	20%	20%	20%	20%

Una vez alcanzado el primer objetivo específico de este estudio, se procedió a la elaboración de los ítems correspondientes a cada subcategoría identificada para medir el cuidado tal como se observa en la Tabla 3, utilizando como base las definiciones otorgadas a cada elemento y el marco teórico establecido, en el cual se definió el constructo de cuidado, las categorías y las subcategorías.

**Tabla 3***Tabla de Especificaciones con ítems*

<b>Instrumento</b>			
<b>Categoría</b>	<b>Subcategoría</b>	<b>Código</b>	<b>Ítems</b>
cuidado	Valoración de la vida	1	Valoro el entorno en el que me desarrollo
		2	Busco momentos de felicidad en mi vida
		3	Me esfuerzo por mejorar mi situación financiera
		4	Trabajo a diario en mis ambiciones personales
	Contexto relacional	5	Valoro las relaciones con los demás
		6	Encuentro satisfacción en mis relaciones personales
		7	Mis relaciones contribuyen al desarrollo de mis cualidades personales
	Práctica de la libertad	8	Soy consciente del escenario social en el que vivo
		9	Aporto desde mis conocimientos al desarrollo de la sociedad
		10	Estoy abierto a nuevas experiencias de aprendizaje
		11	Participo en el cambio de mi entorno
	Desarrollo de la autonomía	12	Pienso antes de actuar
		13	Tomo responsabilidad de mis decisiones personales
		14	Reconozco que mis acciones tienen consecuencias
	Plenitud del ser	15	Identifico cómo alcanzar mi éxito personal

<b>Instrumento</b>			
<b>Categoría</b>	<b>Subcategoría</b>	<b>Código</b>	<b>Ítems</b>
		16	Me comprometo con mis actividades diarias
		17	Experimento emociones positivas con frecuencia
		18	Mantengo relaciones personales satisfactorias
		19	Reconozco mi esfuerzo al completar una meta
Cuidado de sí mismo	Propósito de vida con significado	20	Los valores personales guían mis decisiones
		21	Mis decisiones contribuyen a la satisfacción personal
		22	Busco propósitos significativos en la vida
		23	Mis propósitos tienen la intención de ayudar a los demás
		24	Medito el significado de la vida
		25	Mis metas van más allá de conseguir objetivos materiales
	Identificación y potenciación de virtudes y fortalezas	26	Identifico cuáles son mis fortalezas personales
		27	Fortalezco mis cualidades actuando en línea con mis valores
		28	Aprovecho mis cualidades personales para alcanzar la excelencia
		29	Pongo en práctica mis cualidades para afrontar desafíos
		30	Busco ser la mejor versión de mí mismo
		31	Mis emociones influyen sobre la forma de ver la vida
		32	Soy optimista frente a los desafíos

<b>Instrumento</b>			
<b>Categoría</b>	<b>Subcategoría</b>	<b>Código</b>	<b>Ítems</b>
	Emociones y pensamientos positivos	33	Busco activamente mantener una actitud positiva
		34	Empleo emociones positivas para enfrentar desafíos
		35	En situaciones adversas propongo soluciones constructivas
Espiritualidad		36	Dialogo conmigo mismo para encontrar significados en la vida diaria
		37	La reflexión personal es esencial para mi desarrollo como persona
		38	La reflexión personal me ayuda a tomar decisiones constructivas
		39	Me logro desconectar de las distracciones diarias
Prácticas de cuidado		40	Mantengo un equilibrio en mi alimentación
		41	Practico la meditación para reducir el estrés
		42	Valoro la importancia de cuidar mi salud
		43	Realizo actividades de ocio que fomentan mi felicidad
		44	Establezco rutinas de descanso
		45	Se gestionar mis emociones
Agradecimiento		46	Valoro las experiencias positivas que he tenido en el pasado
		47	Aprecio las acciones amables de otras personas
		48	Agradezco mis logros personales

<b>Instrumento</b>			
<b>Categoría</b>	<b>Subcategoría</b>	<b>Código</b>	<b>Ítems</b>
		49	Expreso mi agradecimiento hacia los demás
		50	Valoro cuando me agradecen
Cuidado del otro o cuidado como conexión	Suficiencia de las relaciones	51	Entiendo que las relaciones personales influyen en mi bienestar
		52	Construyo relaciones cercanas para mejorar mi bienestar
		53	Valoro la importancia de ser parte de la comunidad
		54	Busco apoyo por parte de mi círculo social
		55	Comprendo mi rol dentro de la comunidad
	Calidad del vínculo	56	Me esfuerzo por cultivar relaciones positivas con los demás
		57	Establezco una comunicación honesta con los demás
		58	Demuestro sinceridad en mis relaciones
		59	Resuelvo conflictos de manera constructiva
		60	Brindo seguridad a los demás con mis acciones
		61	Comparto momentos íntimos con las personas cercanas
	Cercanía con el vínculo	62	Me mantengo cerca de las personas que me brindan apoyo
		63	Comparto mis emociones abiertamente con alguien cercano
		64	Respaldo a las personas que me rodean
		65	Estoy disponible cuando las personas necesitan apoyo

<b>Instrumento</b>			
<b>Categoría</b>	<b>Subcategoría</b>	<b>Código</b>	<b>Ítems</b>
	Funcionalidad	66	Empleo mi relación con otras personas para superar desafíos
		67	Reconozco mis relaciones positivas
		68	Fortalezco mis relaciones positivas
		69	Busco relaciones positivas que aporten a mi desarrollo personal
Cuidado de la casa común o cuidado del entorno	Cuidado de lo viviente	70	Reconozco el valor de todas las formas de vida
		71	Mis acciones diarias contribuyen a la protección del medio ambiente
		72	Mi compromiso ecológico abarca la preservación del entorno
		73	Pongo en práctica el cuidado por la vida
		74	Contribuyo a la sostenibilidad de los hábitats naturales
	Incidencia hacia abajo	75	Identifico problemáticas en mi comunidad
		76	llevo a cabo acciones que promuevan el cuidado en mi comunidad
		77	Colaboro con mi comunidad para resolver problemas
	Incidencia hacia arriba	78	Busco Influir en las autoridades locales por el bienestar de mi comunidad
		79	Participo en la red local de jóvenes para influir positivamente sobre la comunidad
	Cuidado generacional	80	Preservo recursos naturales para un equilibrio ecológico duradero.
		81	Fomento un entorno sostenible para las futuras generaciones

<b>Instrumento</b>			
<b>Categoría</b>	<b>Subcategoría</b>	<b>Código</b>	<b>Ítems</b>
		82	Comprendo que mis acciones afectarán a las generaciones futuras
Cuidado del cuidador	Cuidado	83	Me preocupo por el bienestar de las demás personas
	trascendente y compasivo	84	Brindo apoyo a los demás para fomentar su desarrollo personal
		85	Me relaciono desde el respeto con todas las formas de vida
		86	Me siento satisfecho cuando brindo ayuda a los demás
		87	Enfoco mi atención hacia las necesidades de los demás
Mitigar la carga del cuidador		88	Brindo apoyo emocional a quienes cuidan de otros
		89	Tengo una actitud comprensiva frente a la persona que cuida de otro
		90	Busco estrategias para aliviar el estrés de la persona que cuida de otros
Herramienta para cuidar de sí mismo y a los demás		91	Me pongo en el lugar de los demás, para entender sus emociones como propias
		92	Acepto la personalidad de los demás
		93	Ajusto mi perspectiva para ver el mundo desde el punto de vista de los demás
Cuidado maduro		94	Acepto apoyo de los demás cuando lo necesito
		95	Ayudo a los demás sin pedir nada a cambio
		96	Promuevo la colaboración mutua

### **Validez de Contenido**

Con el fin de cumplir el segundo objetivo específico del estudio, que implicaba la validación del contenido del instrumento del cuidado en estudiantes universitarios, se llevaron a cabo una serie de acciones. En primer lugar, se procedió a la identificación y comunicación con los jueces expertos, a quienes se les envió todo el material de validación, incluyendo la tabla de especificaciones como se puede observar en la Tabla 3, las bases teóricas de las categorías y subcategorías, el formato de validación construido en base al *método de Angoff Modificado* y el instrumento final con los ítems. Tras su valoración y la recolección de la información, se utilizó el *Índice de Validez de Contenido (CRV) de Lawshe* para evaluar el acuerdo entre los expertos. Finalmente, se realizaron ajustes con base en las valoraciones cualitativas de los jueces sobre la herramienta, como se observa en la Tabla 5, con el objetivo de mejorar su calidad y validez en la medición del constructo de cuidado.

### ***Características de la muestra***

En primer momento, se llevó a cabo la búsqueda y el contacto con el conjunto de jueces expertos, los cuales estuvieron integrados por un total de 7 participantes, distribuidos entre 3 mujeres (42.86%) y 4 hombres (57.14%). La información detallada acerca de las variables relacionadas con su relevancia en la participación se presenta en la Tabla 4.

**Tabla 4**

*Frecuencias por cada una de las variables de experticia de los jueces*

juez N	Experticia			
	Psicometría	Proyectos investigación	Psicología positiva	Expertos en cuidado
1		X	X	X
2	X	X		
3		X	X	
4	X	X	X	X
5	X	X		
6		X	X	X
7	X	X	X	
Total jueces expertos	57.14%	100%	71.43%	57.14%

En relación con la muestra de jueces expertos, se evidenció que el 57.14% de ellos contaban con habilidades y conocimientos en el ámbito de la psicometría, incluyendo métodos de investigación tanto cuantitativos como cualitativos. Todos los jueces expertos, es decir, el 100%, estaban involucrados en la dirección de proyectos de investigación. Asimismo, el 71.43% de los jueces demostraron tener experiencia en psicología positiva, y el 42.86% de ellos poseían entendimiento y practica en el ámbito del cuidado.

Con relación a esta información, se suministraron a los expertos los documentos esenciales para llevar a cabo la validación de contenido del instrumento de cuidado. Estos documentos incluían las bases teóricas que contenían las definiciones de categorías y subcategorías, el formato de categorías con el banco de ítems y especificaciones, así como la plantilla de validación de contenido diseñado en base al *Método de Angoff modificado*, centrándose en aspectos como redacción, pertinencia, estructura y lenguaje. Además, se les proporcionó un archivo que contenía la herramienta que se presentaría posteriormente a la población.

***Índice de Validez de Contenido (CRV) de Lawshe***

Una vez que cada experto proporcionó sus opiniones y calificaciones en relación con las cuatro categorías de análisis por ítem (redacción, pertinencia, estructura y lenguaje), se procedió a determinar el acuerdo entre las valoraciones de los jueces participantes. Para ello, se utilizó el Índice de *Validez de Contenido ajustado (CVR\*)*, que permitió evaluar la validez de los ítems del instrumento de cuidado en función del acuerdo entre los jueces expertos, tal como se observa en la tabla 5.

**Tabla 5**  
*Acuerdo de jueces expertos en base al CRV\**

ítem	Índice de Validez				Conclusión por ítem
	Redacción CRV*	Pertinencia CRV*	Estructura CRV*	Lenguaje CRV*	
1	0,86	0,86	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
2	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
3	1,00	0,86	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
4	1,00	1,00	1,00	0,86	Acuerdo entre jueces
5	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
6	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
7	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
8	1,00	1,00	0,86	0,86	Acuerdo entre jueces
9	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
10	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
11	1,00	0,86	0,86	1,00	Acuerdo entre jueces

ítem	Índice de Validez				Conclusión por ítem
	Redacción CRV*	Pertinencia CRV*	Estructura CRV*	Lenguaje CRV*	
12	1,00	0,86	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
13	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
14	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
15	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
16	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
17	0,86	0,86	0,86	0,86	Acuerdo entre jueces
18	0,86	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
19	0,86	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
20	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
21	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
22	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
23	0,86	0,86	0,86	0,86	Acuerdo entre jueces
24	1,00	1,00	0,86	0,86	Acuerdo entre jueces
25	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
26	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
27	0,86	0,86	0,86	0,86	Acuerdo entre jueces
28	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
29	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
30	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
31	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
32	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
33	1,00	0,86	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
34	0,86	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces

ítem	Índice de Validez				Conclusión por ítem
	Redacción CRV*	Pertinencia CRV*	Estructura CRV*	Lenguaje CRV*	
35	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
36	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
37	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
38	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
39	0,71	0,14	0,57	0,71	Retirar el ítem
40	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
41	1,00	0,86	0,86	0,86	Acuerdo entre jueces
42	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
43	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
44	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
45	0,86	0,71	0,86	0,86	Acuerdo entre jueces
46	1,00	1,00	0,86	1,00	Acuerdo entre jueces
47	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
48	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
49	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
50	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
51	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
52	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
53	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
54	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
55	1,00	1,00	1,00	0,86	Acuerdo entre jueces
56	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
57	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces

ítem	Índice de Validez				Conclusión por ítem
	Redacción CRV*	Pertinencia CRV*	Estructura CRV*	Lenguaje CRV*	
58	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
59	0,86	0,86	0,86	0,86	Acuerdo entre jueces
60	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
61	1,00	1,00	1,00	0,86	Acuerdo entre jueces
62	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
63	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
64	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
65	1,00	1,00	0,86	1,00	Acuerdo entre jueces
66	0,86	0,86	0,86	0,71	Acuerdo entre jueces
67	0,86	0,71	0,86	0,86	Acuerdo entre jueces
68	0,86	0,86	0,86	0,86	Acuerdo entre jueces
69	0,86	0,86	0,86	0,86	Acuerdo entre jueces
70	1,00	1,00	0,86	1,00	Acuerdo entre jueces
71	1,00	1,00	1,00	0,86	Acuerdo entre jueces
72	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
73	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
74	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
75	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
76	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
77	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
78	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
79	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
80	1,00	0,86	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces

ítem	Índice de Validez				Conclusión por ítem
	Redacción CRV*	Pertinencia CRV*	Estructura CRV*	Lenguaje CRV*	
81	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
82	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
83	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
84	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
85	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
86	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
87	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
88	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
89	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
90	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
91	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
92	0,71	0,71	0,71	0,71	Acuerdo entre jueces
93	0,86	0,86	0,86	0,86	Acuerdo entre jueces
94	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
95	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces
96	1,00	1,00	1,00	1,00	Acuerdo entre jueces

*Nota.* Para determinar el acuerdo entre los jueces expertos por cada ítem, se debe considerar que el valor mínimo aceptable debe ser igual o superior a ( $CVR^* \geq 0.58$ ).

***Análisis del coeficiente de razón de validez ajustado (CVR\*)***

- Redacción: La evaluación del coeficiente de razón de validez ajustado para el criterio de redacción reveló que el 100% de los ítems obtuvieron la aprobación de los jueces expertos ( $CVR^* \geq 0.58$ ). Sin embargo, 16 ítems, equivalentes al 16.67% del total del instrumento, no alcanzaron el nivel máximo de exigencia ( $CVR^* = 1.00$ ). Por lo tanto, es necesario realizar ajustes en la redacción para los siguientes ítems (1, 17, 18, 19, 23, 27, 34, 39, 45, 59, 66, 67, 68, 69, 92, 93), con el objetivo de mejorar su lógica, coherencia, claridad y facilidad de comprensión.

- Pertinencia: La evaluación del coeficiente de razón de validez ajustado para el criterio de pertinencia reveló que el 98.96% de los ítems obtuvieron la aprobación de los jueces expertos ( $CVR^* \geq 0.58$ ), a excepción del ítem número 39 con un valor de ( $0.14 < CVR^*$ ). Sin embargo, al incluir este ítem, se encontró que 19 ítems, equivalentes al 19.79% del total del instrumento, no alcanzaron el nivel máximo de exigencia ( $CVR^* = 1.00$ ). Por lo tanto, es recomendable realizar ajustes en el elemento de pertinencia para los siguientes ítems (1, 3, 11, 12, 17, 23, 27, 33, 39, 41, 45, 59, 66, 67, 68, 69, 80, 92, 93), con el objetivo de mejorar la adecuación y oportunidad de los reactivos en relación al tema a medir.

- Estructura: La evaluación del coeficiente de razón de validez ajustado para el criterio de estructura reveló que el 98.96% de los ítems obtuvieron la aprobación de los jueces expertos ( $CVR^* \geq 0.58$ ), a excepción del ítem número 39 con un valor de ( $0.57 < CVR^*$ ). Sin embargo, al incluir este ítem, se encontró que 19 ítems, equivalentes al 19.79% del total del instrumento, no alcanzaron el nivel máximo de exigencia ( $CVR^* = 1.00$ ). Por lo tanto, es recomendable realizar ajustes en el elemento

de estructura para los siguientes ítems (8, 11, 17, 23, 24, 27, 39, 41, 45, 46, 59, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 92 y 93), con el fin de mejorar el grado de relación, amplitud y organización de los conceptos usados en la conformación de los ítems.

- Lenguaje: La evaluación del coeficiente de razón de validez ajustado para el criterio de lenguaje ha arrojado resultados satisfactorios, ya que el 100% de los ítems han obtenido la aprobación de los jueces expertos, con un valor mínimo de CVR\* igual o superior a 0.58. Sin embargo, se ha identificado un grupo de 19 ítems, equivalentes al 19.79% del total del instrumento, que no han alcanzado el nivel máximo de exigencia ( $CVR^* = 1,00$ ) en cuanto al aspecto de lenguaje se refiere. Por consiguiente, se recomienda realizar ajustes en la terminología de los ítems (4, 8, 17, 23, 24, 27, 39, 41, 45, 55, 59, 61, 66, 67, 68, 69, 71, 92, 93), tomando en consideración las características de la población, con el objetivo de mejorar la calidad del instrumento.

- Generalidades del instrumento: Sin embargo, se han detectado dificultades significativas con el ítem N.39, en cuanto a su pertinencia ( $CVR^* = 0.14$ ) y estructura ( $CVR^* = 0.57$ ). En consecuencia, se sugiere la sustitución de dicho reactivo, seguida de una nueva evaluación basada en las teorías y las sugerencias de los expertos, con el fin de evitar que su exclusión afecte negativamente la validez del instrumento.

En aras de garantizar la mayor calidad posible del instrumento de cuidado, se han llevado a cabo ajustes en aquellos ítems que no alcanzaron el nivel máximo de exigencia ( $CVR^* = 1.00$ ), tomando en cuenta la evaluación cualitativa y las recomendaciones de los jueces expertos, tal como se muestra en la Tabla 6.

**Tabla 6***Ajuste de los ítems a partir de la validación de contenido*

<b>ítem</b>	<b>Ajuste</b>	<b>Observación de jueces</b>	<b>Ítem ajustado</b>
1. Valoro el entorno en el que me desarrollo	Redacción Pertinencia	1. Ítem no es claro en relación con el concepto “valoración de la vida”. 2. El ítem es adecuado, pero desde una perspectiva cuantitativa diferente, podría asociarse más con "Cuidado del hogar" o "Cuidado del entorno" por la palabra "entorno" en su redacción, lo cual no lo hace tan pertinente en esta categoría. sugiero: “valoro positivamente la vida que estoy construyendo ”este ítem es amplio desde esta subcategoría y permite evaluar elementos positivos de la población dando un abrebocas de valoración de la vida, además de ser una pregunta directa a lo que concierne	Valoró positivamente la vida que estoy construyendo
3.Me esfuerzo por mejorar mi situación financiera	Pertinencia	1.No queda claro con el componente 2. Sugerencia: “procuró que mi situación financiera mejore constantemente” (Es buena – si así lo valora y en esa medida busca mantenerla o mejorarla).	Procuró que mi situación financiera mejore constantemente
4. Trabajo a diario en mis ambiciones personales	Lenguaje	1.Considero que podría utilizarse un sinónimo de ambiciones 2."ambición" puede dar lugar a una generalización inapropiada y sugerir una disposición a pasar por encima de otros para alcanzar metas, afectando negativamente la variable empática. En vez de "ambición", "metas" sería una alternativa más adecuada. 3.Sugerencia: “permanentemente me oriento por el alcance de mis ambiciones” (si son suya son personales)	Permanentemente me oriento en el alcance de mis metas
7.Mis relaciones contribuyen al desarrollo de mis cualidades personales	observación	1.Sugerencia: “mis relaciones sociales contribuyen al mejoramiento de mis cualidades” (sobrearías personales)	Mis relaciones contribuyen al desarrollo de mis cualidades

<b>ítem</b>	<b>Ajuste</b>	<b>Observación de jueces</b>	<b>Ítem ajustado</b>
8.Soy consciente del escenario social en el que vivo	Estructura Lenguaje	1. Considero que se requiere ajustar mejor el componente 2.Cuando hacen referencia al “soy consciente “me queda la duda del ser consciente frente a qué, no es claro, mejor” “comprendo las necesidades de mi comunidad”	Comprendo las necesidades de mi comunidad
10.Estoy abierto a nuevas experiencias de aprendizaje	Observación	1.Sugerencia: “estoy abierto a nuevos aprendizajes”	Estoy abierto a nuevos aprendizajes
11. Participo en el cambio de mi entorno	Pertinencia Estructura	1.Considero que se requiere ajustar mejor el componente Considero que sería importante especificar el tipo de cambio, Aquí quedan muchas dudas sobre el tipo de cambio. Es como si se asumiera que el cambio por ser cambio, independientemente del tipo de cambio, es bueno. Quizás se resuelva al reemplazar “cambio” con “mejoramiento” 2. Queda con mucha apertura el decir solamente “cambio”. Lo cambiaría a “participo activamente en el desarrollo de mi comunidad”	Participó activamente en el desarrollo de mi comunidad
12. Pienso antes de actuar	pertinencia	1.Complementar a “Considero mis acciones antes de llevarlas a cabo”	Considero mis acciones antes de llevarlas a cabo
14.Reconozco que mis acciones tienen consecuencias	observación	1. Sugerencia: “Reconozco las consecuencias de mis actos”	Reconozco las consecuencias de mis actos
17.Experimento emociones positivas con frecuencia	Redacción Pertinencia Estructura Lenguaje	1. Sugerencia: “Experimento emociones positivas frecuentemente”	Experimento emociones positivas frecuentemente
18.Mantengo relaciones personales satisfactorias	Redacción	1.No es muy clara 2.El mantengo suena A forzar el vínculo, desde la filosofía cuando se fuerza el vínculo al final se rompe o se vulnera y siendo contra indicativo con la construcción que quieren hacer del cuidado simplemente cambiar el mantengo con “tengo” o “promuevo relaciones personales satisfactorias ”	Promuevo relaciones personales satisfactorias

<b>ítem</b>	<b>Ajuste</b>	<b>Observación de jueces</b>	<b>Ítem ajustado</b>
19. Reconozco mi esfuerzo al completar una meta	Redacción	1. Presenta confusión 2. Mejor “Reconozco mi esfuerzo mientras alcanzo una meta “o “Reconozco mi esfuerzo en el proceso de alcanzar una meta “; desde las teorías de nueva generación en psicología el completar la meta no significa valorarla este elemento es más claro en el transcurso de conseguir la meta, no en la meta en sí misma.	Reconozco mi esfuerzo en el proceso de alcanzar una meta
23. Mis propósitos tienen la intención de ayudar a los demás	Redacción Pertinencia Estructura Lenguaje	1. Considero que no corresponde 2. Sugerencia: “Para mi es una prioridad ayudar a los demás “va más acorde al constructo	Para mi es una prioridad ayudar a los demás
24. Medito el significado de la vida	Estructura Lenguaje	1. Falta contexto 2. Sugerencia: sustituir “medito” por: “reflexiono” o “pienso”	Pienso sobre el significado de la vida
26. Identifico cuáles son mis fortalezas personales	Observación	1. Sugerencia: cambiar “identifico” por “se”	Se cuáles son mis fortalezas personales
27. Fortalezco mis cualidades actuando en línea con mis valores	Redacción Pertinencia Estructura Lenguaje	1. Podría ser más clara 2. Sugerencia: para dar más claridad sustituir “en línea con” por “de acuerdo con”	Fortalezco mis cualidades actuando de acuerdo con mis valores
29. Pongo en práctica mis cualidades para afrontar desafíos	observación	1. Sugerencia: “Uso mis habilidades para afrontar desafíos”	Uso mis habilidades para afrontar desafíos
33. Busco activamente mantener una actitud positiva	Pertinencia	1. Podría ser más clara 2. Sugerencia: Reemplaza “Busco” por “Procuro” o “trato; Busco” no es el mejor término está lleno de matices	Trato activamente de mantener una actitud positiva

ítem	Ajuste	Observación de jueces	Ítem ajustado
34. Empleo emociones positivas para enfrentar desafíos	Redacción	1. Se podría cambiar la palabra empleo por uso; “uso mis emociones positivas para enfrentar desafíos” ;es más directa para la persona; el empleo se entiende más como en algunas ocasiones sí o en algunas no el” uso” es más directivo va más a la acción	Uso mis emociones positivas para enfrentar desafíos
39. Me logro desconectar de las distracciones diarias	Redacción Pertinencia Estructura Lenguaje	1. Sugiero modificar el ítem por uno más acorde con espiritualidad. ¿Con qué me conecto en mi práctica espiritual? 2. No es clara la relación con la dimensión Se puede revisar la redacción, pertinencia y Estructura del ítem, podría estar más orientado a la Espiritualidad y no confundir con cualquier Distracción. 3. El ítem no es específico y la palabra "distracción" es demasiado general. No resulta adecuado para evaluar la espiritualidad. Podría reemplazarse por un ítem que aborde más elementos, como la meditación, sin la necesidad de expresar "me desconecto", ya que desde la psicología reconocemos que desconectar implica elementos de evasión, lo cual no es apropiado. 4. Sería mejor abordarlo desde la reflexión como los demás ítems ej. tengo momentos de reflexión 5. No aplica 6. No me queda claro el objetivo, es ambigua la afirmación	Tengo momentos de reflexión
41. Practico la meditación para reducir el estrés	Pertinencia Estructura Lenguaje	1. La meditación va mucho más allá de reducir el estrés, implica autoconocimiento, aceptación y crecimiento personal. Creo que el ítem se queda corto. 2. Enfocarla de forma más amplia no solo con la meditación 3. Es un instrumento desde la psicología positiva. En este sentido las practicas no deben estar sujetas a la intervención sobre lo negativo “estrés”, considero más pertinente” practico la meditación para mi crecimiento individual”	Practico la meditación para mi crecimiento individual
42. Valoro la importancia de cuidar mi salud	observación	1. Valorar la importancia es redundante. Sugerencia: Considero que el cuidado de mi salud es importante	Considero que el cuidado de mi salud es importante

<b>ítem</b>	<b>Ajuste</b>	<b>Observación de jueces</b>	<b>Ítem ajustado</b>
45. Se gestionar mis emociones	Redacción Pertinencia Estructura Lenguaje	1.Es más para la categoría de emociones Sin embargo Para que mida realmente esta categoría sugiero “gestiono mis emociones mediante la meditación “así entra la herramienta en función	Gestiono mis emociones mediante la meditación
46. Valoro las experiencias positivas que he tenido en el pasado	Estructura	1. Pasado y también en el presente (es importante vivir en el ahora y valorarlo). Recomiendo solo dejarlo “Valoro las experiencias positivas que he tenido”	Valoro las experiencias positivas que he tenido
55. Comprendo mi rol dentro de la comunidad	lenguaje	1.Lo cambiaría más por “comprendo mis responsabilidades dentro de la comunidad” “rol es una palabra ambigua”	Comprendo mis responsabilidades dentro de la comunidad
59.Resuelvo conflictos de manera constructiva	Redacción Pertinencia Estructura Lenguaje	1.Sugerencia: reemplazar “de manera constructiva” por “constructivamente “la palabra (de manera) es negarse a más opciones es más directa constructivamente y por el tipo de población”universitarios”debería ser comprendida sin problemas 2.No la veo tan relevante	Resuelvo conflictos constructivamente
60.Brindó seguridad a los demás con mis acciones	Observación	1.Con mis acciones es un elemento que sobra	Brindo seguridad a los demás
61.Comparto momentos íntimos con las personas cercanas	Lenguaje	1.Momentos íntimos puede ser visto de manera diferente para muchas personas; intimidad sexual, intimidad de afinidad, intimidad de entendimiento, intimidad de confesión para evitar el sesgo podría ser; “comparto situaciones personales con personas cercanas a mi”	Comparto situaciones personales con personas cercanas a mi
65.Estoy disponible cuando las personas necesitan apoyo	Estructura	1.Sugerencia: “estoy disponible para cuando me necesitan “acá si es mejor generalizar la acción para aumentar el valor del cuidado	Estoy disponible para cuando me necesitan

<b>ítem</b>	<b>Ajuste</b>	<b>Observación de jueces</b>	<b>Ítem ajustado</b>
66. Empleo mi relación con otras personas para superar desafíos	Redacción Pertinencia Estructura Lenguaje	1. Este factor no me queda claro 2. Aquí vale la pena diferenciar entre funcionalidad e instrumentalizar. Como está redactado apunta más a lo segundo y no lo considero adecuado. Sugerencia: “las personas con las que me relaciono me ayudan a superar desafíos”	Las personas con las que me relaciono me ayudan a superar desafíos
67. Reconozco mis relaciones positivas	Redacción Pertinencia Estructura Lenguaje	1. Creo que es un ítem más para la categoría de cercanía o suficiencia; para adaptarlo a esta considero que podría ser “reconozco las relaciones que me ayudan a superar desafíos”	Reconozco las relaciones que me ayudan a superar desafíos
68. Fortalezco mis relaciones positivas	Redacción Pertinencia Estructura Lenguaje	1. Podría ser más específico” Fortalezco mis relaciones personales “no es correcto usar el positivas “Fortalezco las relaciones que me ayudan a superar desafíos”	Fortalezco las relaciones que me ayudan a superar desafíos
69. Busco relaciones positivas que aporten a mi desarrollo personal	Redacción Pertinencia Estructura Lenguaje	1. Podría ser más específico 2. Eliminar el “Busco” parece conveniencia. Sugerencia: “Mis relaciones positivas aportan a mi desarrollo personal”	Mis relaciones positivas aportan a mi desarrollo personal
70. Reconozco el valor de todas las formas de vida	Estructura	1. Ajustar lo de valor mejor “reconozco la importancia.”	Reconozco la importancia de todas las formas de vida
71. Mis acciones diarias contribuyen a la protección del medio ambiente	Lenguaje	1. Sugerencia: “contribuyo diariamente al cuidado del medioambiente”	Contribuyo diariamente al cuidado del medioambiente
80. Preservo recursos naturales para un equilibrio ecológico duradero	Pertinencia	1. Lo entendí más como un ítem de la subcategoría “Cuidado de lo viviente “para que sea totalmente a la categoría cuidado generacional sugiero modificarlo a “mis acciones contribuyen a un equilibrio ecológico Sostenible”	Mis acciones contribuyen a un equilibrio ecológico sostenible

ítem	Ajuste	Observación de jueces	Ítem ajustado
88.Brindo apoyo emocional a quienes cuidan de otros	Observación	1.Sugerencia: “apoyo emocionalmente a quienes cuidan de otros”	Apoyo emocionalmente a quienes cuidan de otro
92. Acepto la personalidad de los demás	Redacción Pertinencia Estructura Lenguaje	1. Es un ítem complejo de evaluar el Acepto la personalidad de los demás, recordar que personalidad es una variable multicausal y multidisciplinar y abordada de muchas maneras desde la epistemología además aceptar todo tipo de personalidad? Ósea si es agresivo si hay rasgo antisocial debo aceptar todos sus actos justificándolo desde la personalidad? Podría ser comprendo la forma de ser de los demás   Ajustar redacción 2.Siento que hay relación entre estos ítems y los de la anterior categoría de mitigar la carga del cuidador	Comprendo la forma de ser de los demás
93.Ajusto mi perspectiva para ver el mundo desde el punto de vista de los demás	Redacción Pertinencia Estructura Lenguaje	1.No aporta mucho a la categoría, y si consideran que aporta podría ser un poco más concisa no usa palabras como perspectiva ni mundo puede prestar a confusión es demasiado amplio y poco objetivo   recomiendo “Me esfuerzo por comprender el punto de vista de los demás	Me esfuerzo por comprender el punto de vista de los demás
94.Acepto apoyo de los demás cuando lo necesito	Observación	1.“Acepto el apoyo de los demás” así se economiza lingüísticamente y no se vuelve redundante	Acepto el apoyo de los demás

Tras analizar y tomar en consideración el ajuste de los ítems que no alcanzaron el nivel máximo de exigencia ( $CVR^* = 1.00$ ) en cuanto a la redacción, pertinencia, estructura y lenguaje u observación general, se ha elaborado la versión final del instrumento de cuidado, la cual puede observar en el Apéndice E. Con base en la validación por jueces expertos y en cumplimiento con el segundo objetivo del estudio.

## Capítulo quinto

### Discusión

El capítulo de discusión se centrará en los dos objetivos específicos del estudio. En primer lugar, se discutirá el proceso de identificación de las categorías teóricas que conformaron el instrumento para medir el cuidado, analizando los resultados obtenidos mediante el uso de grupos focales y la herramienta *Atlas. Ti 22*. Se analizarán las diferentes categorías y subcategorías identificadas, así como su relevancia en el contexto del cuidado y su implicación en la elaboración del instrumento. En segundo lugar, se llevará a cabo una discusión sobre la validación del contenido del instrumento de cuidado en estudiantes universitarios, analizando los resultados obtenidos mediante el uso del *Índice de Validez de Contenido (CVR) de Lawshe* y el acuerdo alcanzado entre los jueces expertos. Se discutirán los diferentes aspectos relacionados con la validez del instrumento, así como su utilidad en el ámbito del cuidado.

#### Identificación de las categorías teóricas

En primer lugar, la presente investigación se enfocó en la identificación de las categorías teóricas que conformaron el instrumento para medir el cuidado. Para lograr este objetivo, se utilizó la técnica de grupo focal, la cual permitió una aproximación rápida y multidimensional al tema del cuidado. Durante este proceso, se llevaron a cabo preguntas guiadas con el grupo de representantes del programa jóvenes cuidadores, lo que permitió que los participantes aportarán sus perspectivas, enfoques y definiciones sobre el constructo en estudio, sus categorías y subcategorías. Además, se utilizó el programa *Atlas Ti 22* para sintetizar la información obtenida del grupo focal en

elementos clave y presentarlo mediante redes conceptuales, lo que facilitó la visualización de las interrelaciones entre categorías y componentes clave. Este proceso de análisis permitió identificar cinco categorías principales que conforman el instrumento para medir el cuidado (Aignerren, 2002).

Dentro de la estructura general del instrumento para medir el cuidado, se concluye una representación por cinco categorías que han sido conceptualmente trabajadas y desarrolladas a partir de elementos teóricos que se enfocan en la valoración integral del cuidado en distintas áreas. Estas categorías incluyen: cuidado, cuidado de sí mismo, cuidado del otro o cuidado como conexión, cuidado del entorno o cuidado de la casa común y cuidado del cuidador, las cuales reflejan fielmente y de manera integral el concepto de cuidado. Cada una de estas categorías se enfoca en diferentes aspectos del cuidado, abarcando desde el bienestar personal y de los demás, hasta la importancia del cuidado del medio ambiente y de las generaciones futuras. Las subcategorías identificadas en cada una de estas categorías representan el cuidado en todas sus dimensiones, ya que se orientan en ayudarse a sí mismo y a las personas a alcanzar un mayor grado de armonía entre su alma, mente y cuerpo a través de transacciones de cuidado. Es importante destacar que estas subcategorías no solo se enfocan en el cuidado físico, sino que también se enfocan en el cuidado emocional y mental, dando especial atención al poder establecer relaciones de cuidado que promuevan el bienestar integral entre los individuos. En este sentido, se reconoce la importancia de cuidar no solo el cuerpo, sino también la mente y el espíritu, lo que permite una aproximación completa y holística sobre el cuidado desde las categorías propuestas (García, 2018).

- Cuidado: Tras lo anteriormente mencionado la primera categoría, conocida como *cuidado*, está compuesta por varias subcategorías que han sido conceptualmente desarrolladas a partir de elementos teóricos que se enfocan en el bienestar personal, la autonomía, la capacidad de tomar decisiones y la influencia del entorno en el cuidado. Como resultado, las subcategorías identificadas en esta categoría, fueron: la plenitud del ser, el desarrollo de la autonomía, la práctica de la libertad, la valoración de la vida y la influencia del contexto relacional, las cuales reflejan fielmente el concepto de cuidado, ya que fomentan y evalúan que los individuos promuevan su bienestar, salud y calidad de vida, así como la mitigación del dolor y la adopción de estilos de vida saludables. De esta manera, estas subcategorías se presentan como un acto de cuidado tanto hacia uno mismo como hacia los demás, lo que permite una conexión emocional y ética significativa entre las personas (Heidegger, 1927).
- Cuidado de sí mismo: La segunda categoría del instrumento para medir el cuidado, denominada cuidado de sí mismo, está compuesta por varias subcategorías que han sido conceptualmente desarrolladas a partir de elementos teóricos clave en el cuidado personal y el fomento del bienestar emocional y espiritual. Estas subcategorías incluyen el agradecimiento, las prácticas de cuidado, la espiritualidad, las emociones y pensamientos positivos, la identificación y potenciación de virtudes y fortalezas, así como el propósito de vida con significado. Se considera que estas subcategorías representan el cuidado de sí mismo, ya que implican la realización de prácticas que permiten al individuo establecer una conexión significativa con su propia persona, convirtiéndose en el agente activo de sus propias acciones y forjando su identidad. El cuidado de sí mismo implica, en esencia, el proceso de conocerse a uno mismo y

establecer una conexión significativa entre dicho conocimiento y las acciones que se emprenden para el propio bienestar. Esta perspectiva se enfoca en la práctica de la subjetividad y se manifiesta a través de diversas acciones que uno ejerce sobre sí mismo, como la autoexploración, la autorreflexión y la adopción de medidas que fomenten el crecimiento personal y el bienestar. Desde la teoría del cuidado, el cuidado de sí mismo se relaciona con la perspectiva del florecimiento humano, que plantea que el cuidado personal es fundamental para el desarrollo de una vida plena y significativa. En este sentido, las subcategorías de agradecimiento, prácticas de cuidado, espiritualidad, emociones y pensamientos positivos, identificación y potenciación de virtudes y fortalezas, así como el propósito de vida con significado, representan elementos clave para el cuidado personal (Garcés y Giraldo ,2013; Giraldo, 2008; Lanz, 2012; Pagni, 2012).

- Cuidado del otro o cuidado como conexión: La tercera categoría del instrumento para medir el cuidado, conocida como cuidado del otro o cuidado como conexión, está compuesta por varias subcategorías que han sido conceptualmente desarrolladas a partir de elementos teóricos que se enfocan en la importancia de la conexión emocional con los demás y la capacidad de establecer relaciones saludables y significativas. Las subcategorías identificadas en esta categoría, como la funcionalidad del vínculo, la cercanía con el vínculo, la calidad del vínculo y la suficiencia de las relaciones, reflejan fielmente la categoría, ya que representan una vigilancia sobre los propios pensamientos, pero también involucran una forma de actuar que transforma el hacerse responsables de los demás. Estas subcategorías representan el proceso que involucra tanto el pensamiento como la acción, el conocimiento y el cuidado de uno mismo, al mismo tiempo que

implica el cuidado del otro. Abordan las relaciones interpersonales y se comprometen a evaluar cuando un individuo se dedica a conocer y satisfacer las necesidades físicas, emocionales y mentales de los demás, adquiriendo la capacidad de mostrar solidaridad hacia ellos. Esto implica reconocer y utilizar las fortalezas y privilegios propios para ser un individuo solidario y comprometido con el bienestar de la comunidad (Garcés y Giraldo, 2013; García, 2018; Lanz, 2012).

- Cuidado de la casa común o cuidado del entorno: La cuarta categoría del instrumento para medir el cuidado, conocida como cuidado de la casa común o cuidado del entorno, está compuesta por varias subcategorías que han sido conceptualmente desarrolladas a partir de elementos teóricos que se enfocan en la importancia del cuidado del medio ambiente y de las generaciones futuras. Las subcategorías identificadas en esta categoría, como el cuidado generacional, incidencia hacia arriba, incidencia hacia abajo y cuidado de lo viviente, reflejan fielmente el concepto de cuidado de la casa común o cuidado del entorno, ya que plantean que los individuos adquieran una actitud y una forma de ser que sienta las bases para la interacción con el ambiente. De esta manera, se destaca la importancia de reconocer que el planeta Tierra requiere una atención especial debido a su naturaleza y al cuidado de los seres vivos. Se hace hincapié en la necesidad de mostrar respeto y cuidado hacia esta comunidad, protegiendo su vitalidad y diversidad. Las subcategorías identificadas en esta categoría buscan ajustar las actitudes y prácticas personales que puedan representar una amenaza para la supervivencia de las especies, el medio ambiente y el territorio en general (Boff, 2002).
- Cuidado del cuidador: La quinta categoría del instrumento para medir el cuidado, conocida como cuidado del cuidador, está compuesta por varias subcategorías que han

sido conceptualmente desarrolladas a partir de elementos teóricos que se enfocan en la importancia del cuidado de aquellos que se dedican a cuidar a otros, y en la necesidad de desarrollar habilidades y herramientas que les permitan cuidar de sí mismos mientras cuidan a otros. Las subcategorías identificadas en esta categoría, como el cuidado maduro, herramienta para cuidar de sí mismo y a los demás, mitigar la carga del cuidador y cuidado trascendente-compasivo, reflejan fielmente el concepto de cuidado del cuidador, ya que plantean que los individuos adquieran y reconozcan la importancia de proporcionar apoyo a los cuidadores, quienes necesitan orientación en esta experiencia. Comprender su identidad, su red de apoyo, su capacidad para tomar decisiones y el significado que le dan a la tarea de cuidar como aspectos clave en esta dimensión del cuidado del cuidador (Nkongho, 2003).

### **Validación Del Contenido**

El segundo objetivo de la presente investigación fue validar el contenido del instrumento del cuidado en estudiantes universitarios. Los ítems que se crearon a partir de los elementos teóricos, métricos y psicométricos fueron validados desde una perspectiva de validez de contenido, la cual se enfoca en establecer si los reactivos propuestos indican el dominio de contenido es decir: el conocimiento, las destrezas o la habilidad que se pretende evaluar y por lo cual se recopilaban evidencias acerca de la calidad y la pertinencia técnica del instrumento, utilizando fuentes válidas, como la literatura, los miembros del programa jóvenes cuidadores y la opinión de expertos. En este estudio, fue relevante la experticia de los jueces como método de validación, lo que se refiere a una metodología que permite determinar la validez del instrumento mediante

un panel de jueces expertos para cada una de las áreas a considerar en el instrumento de evaluación (Urrutia et al., 2014).

Cada juez contó con un marco organizativo de la herramienta, que abarcaba los reactivos a evaluar, y en el cual los jueces debían expresar su evaluación y opinión sobre el cumplimiento de los criterios por ítem. El grado de acuerdo, principalmente en las categorías de pertinencia, estructura, lenguaje y redacción la cual se evaluó a través del *índice de validez de contenido de Lawshe*, el cual establece que se espera que el nivel de consenso alcance más del 50% de la totalidad de los jueces involucrados en la evaluación, es decir que el valor mínimo aceptable para un total de siete jueces expertos debe ser igual o superior a ( $CVR^* \geq 0.58$ ). Para determinar la idoneidad de cada reactivo de poder formar parte del instrumento (Lawshe, 1975; Tristán-López, 2008; Toledo et al., 2012).

En la validación de este instrumento para evaluar el cuidado, se logró un consenso de aprobación entre los jueces expertos para el 98,96% del total del instrumento, lo que indica un alto grado de validez de contenido. Específicamente, de los 96 ítems sometidos a evaluación, 95 obtuvieron un consenso de aprobación entre los jueces expertos en las cuatro categorías de evaluación. Este resultado respalda y concluye la calidad y relevancia técnica de esta herramienta, asegurando que solo incluya lo que debe contener en su totalidad, es decir, la pertinencia de la herramienta para evaluar este constructo y también los programas de impacto que se están ejecutando actualmente en Colombia y que requerían de una herramienta para evaluar el cuidado de manera integral (Lawshe, 1975).

## Conclusiones

En conclusión, el primer objetivo de la presente investigación, que fue la identificación de las categorías teóricas que conformaron el instrumento para medir el cuidado, se logró a través de la técnica de grupo focal y el uso del programa *Atlas Ti 22*. Estas categorías, cuidado, cuidado de sí mismo, cuidado del otro o cuidado como conexión, cuidado del entorno o cuidado de la casa común y cuidado del cuidador, lograron conceptualmente ser desarrolladas a partir de elementos teóricos que se enfocan en la valoración integral del cuidado en distintas áreas, abarcando desde el bienestar personal y de los demás, hasta la importancia del cuidado del medio ambiente y de las generaciones futuras. De igual manera las subcategorías identificadas en cada una de estas categorías representan el cuidado en todas sus dimensiones, ya que se orientan en ayudarse a sí mismo y a las personas a alcanzar un mayor grado de armonía a través de transacciones de cuidado.

Como segunda conclusión, se logró una validez de contenido a través del juicio de expertos. En este sentido, se contó con la participación de un panel de jueces expertos para cada una de las áreas consideradas en el instrumento de evaluación, quienes evaluaron la pertinencia estructural, el lenguaje y la redacción de los ítems del instrumento. Los resultados obtenidos a través del *índice de validez de contenido de Lawshe* permitieron un consenso de aprobación entre los jueces expertos del total del instrumento, lo que indica un alto grado de validez de contenido. De esta manera, se evidencia que los ítems propuestos reflejan el dominio de contenido que se desea medir.

Se concluye que los programas de impacto que se están ejecutando actualmente en Colombia y no contaban con una herramienta para medir el cuidado de manera

integral, ahora pueden contar con un instrumento validado desde la evidencia teórica y psicométrica. Esto permitirá una evaluación más rigurosa y válida de los resultados de estos programas, lo que contribuirá a mejorar la calidad de los servicios que se ofrecen y a maximizar el impacto de los mismos.

Por otro lado es importante destacar algunos elementos desde recomendaciones a considerar.

En primer lugar, aunque siete jueces expertos resultan pertinentes para evaluar el índice de validez de contenido a través del modelo de Lawshe, se recomienda contar con la mayor representatividad posible en cuanto al número de expertos. Una mayor cantidad de expertos permitiría una evaluación más amplia y confiable de la pertinencia de los ítems del instrumento. Además, el juicio de expertos también puede estar sujeto a sesgos individuales. Los expertos pueden tener diferentes perspectivas, enfoques teóricos o maneras de calificar, lo que podría influir en la evaluación de la pertinencia de los ítems del instrumento. Por lo tanto, es importante considerar la diversidad de perspectivas y enfoques teóricos al momento de seleccionar a los expertos que participarán en el juicio.

En segundo lugar, se recomienda emprender una prueba piloto en este proyecto de investigación con el propósito de reducir posibles errores y sesgos en la recolección de datos, al mismo tiempo que se fortalece la metodología aplicada. La ejecución de dicha prueba tiene la finalidad de evaluar la idoneidad y el comportamiento de los ítems incluidos en la herramienta de cuidado, al mismo tiempo que se asegura con mayor solidez la validez del instrumento.

En tercer lugar, se sugiere llevar a cabo un pilotaje cualitativo con una muestra de la población con el propósito de evaluar la comprensión de los ítems incluidos en el

instrumento, así como de la escala de elección de los reactivos (a. Siempre b. Casi siempre c. Casi nunca d. Nunca) empleada en el mismo. La finalidad de esta prueba es asegurarse de que la muestra comprenda adecuadamente el instrumento, lo que contribuirá a garantizar en buena medida la validez de las respuestas obtenidas.

De igual forma, se sugiere que un instrumento que ha demostrado elementos de validez para evaluar el cuidado como un constructo integral, no quede limitado únicamente a los programas de impacto, sino que sea adaptable en otros contextos, como el clínico, educativo, laboral, entre otros . La adaptación del instrumento en estos contextos permitirá su aplicación en una mayor diversidad de poblaciones y contextos, lo que contribuirá a la evidencia en la medición del cuidado desde una perspectiva de la psicología positiva y, por ende, al bienestar. La adaptación del instrumento en estos diferentes contextos permitirá evaluar no solo los programas de impacto, sino también otros programas y situaciones que involucren el cuidado, lo que resulta relevante para una mayor comprensión y atención al constructo desde una perspectiva positiva.

## Referencias

- Achury, J., Sepúlveda, J. y Rodríguez, L. (2009). Instrumento para evaluar la capacidad de agencia de autocuidado en pacientes con hipertensión arterial. *Enfermería Global*, 19(1), 1-11. <http://scielo.isciii.es/pdf/eg/v19n1/original3.pdf>
- Aignerren, M. (2002). La técnica de recolección de información mediante los grupos focales. *La Sociología En Sus Escenarios de la Universidad de Antioquia*, (6). <https://revistas.udea.edu.co/index.php/ceo/article/view/1611>
- Álvarez, S. (2015). La autonomía personal y la autonomía relacional. *Sociedad Argentina de Análisis Filosófico*, 15(1), 13-26. <https://www.redalyc.org/pdf/3400/340042261002.pdf>
- Anbazhagan, S. y Surekha, A. (2016). Role of non-governmental organizations in global health. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, 3(1), 17–22. DOI: <http://dx.doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20151544>
- Arenas, N. (2006). El cuidado como manifestación de la condición humana. *Salus*, 10(1), 12-17. <https://www.redalyc.org/pdf/3759/375938979004.pdf>
- Arregui, G., Chaparro, A. y Cordero, G. (2017). El índice de validez de contenido (IVC) de Lawshe, para la obtención de evidencias de validez de contenido en la construcción de un instrumento. En D. López., J. Caso., Á. Contreras., C. Rodríguez., Z. Sarabia., L. Acosta., G. Arregui., A. Chaparro., G. Cordero., V. Cantú., Á. Vázquez., E. Luna., L. Murillo., M. Prieto., C. Aguirre., D. Rodríguez de la Peña (Eds.), *Prácticas de investigación aplicada a contextos educativos* (1nd ed., pp.70-96). Editorial Universitaria.

[http://mide.ens.uabc.mx/files/capitulos/chaparro\\_arregui\\_practicas\\_investigacion.pdf](http://mide.ens.uabc.mx/files/capitulos/chaparro_arregui_practicas_investigacion.pdf)

Asociación Latinoamericana de Autocuidado Responsable. (2023). *El autocuidado genera ahorros millonarios y bienestar en América Latina*.  
<https://www.infoilar.org/es/articulos/el-autocuidado-genera-ahorros-millonarios-y-bienestar-en-america-latina>

Barón, L. y Díaz, L. (2016). Confiabilidad y validez de constructo del instrumento Habilidad de Cuidado de Cuidadores Familiares de Personas con Enfermedad Crónica. *Investigación en Enfermería Imagen y desarrollo*, 20(2), 1-7.  
<https://doi.org/10.1114/Javeriana.ie20-2.cvc>

Benítez, I. (2016). La evaluación de la calidad de vida: retos metodológicos presentes y futuros Papeles del Psicólogo. *Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos*, 37(1), 69-73. <https://www.redalyc.org/pdf/778/77844204009.pdf>

Blanco-Sánchez, P. (2014). Validación de una escala para medir la habilidad de cuidado de cuidadores [Validation of a Scale to Measure the Care-giving Ability of Caregivers]. *Scielo Analytics*, 14 (3), 351-363.  
<http://dx.doi.org/10.5294/aqui.2014.14.3.7> ->

Boff, L. (2002). *El cuidado esencial: Ética de lo humano, compasión por la tierra* (1nd ed.). Editorial Trotta. <https://redmovimientos.mx/wp-content/uploads/2020/07/El-Cuidado-Esencial-Boff.pdf>

Bolaños, R. y Cruz, E. (2017). Positive psychology: A new approach to the study of happiness. *Razón y Palabra*, 21(96), 660-679.  
<https://www.redalyc.org/pdf/1995/199551160035.pdf>

- Bowlby, N. (2009). *Una base segura. Aplicaciones clínicas de una teoría del apego* (1nd ed.). Paidós SAICF. <https://holossanchezbodas.com/wp-content/uploads/2021/08/John-Bowlby-Una-base-segura.pdf>
- Centro de Investigación y Formación en Educación Superior. (2022). *Más del 70% de los jóvenes en Colombia se ha sentido poco feliz o deprimido en las últimas semanas.* <https://ceinfes.com/mas-del-70-de-los-jovenes-en-colombia-se-ha-sentido-poco-feliz-o-deprimido-en-las-ultimas-semanas/>
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300-314. DOI: [10.1097/00006842-197609000-00003](https://doi.org/10.1097/00006842-197609000-00003)
- Código Ético del Psicólogo, Colombia. (2000). *Revista Latinoamericana de Psicología*, 32(1), 209-225. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80532121.pdf>
- Cohen, R. y Swerdlik, M. (2001). *Pruebas y evaluación psicológicas: Introducción a las pruebas y a la medición.* (4nd Ed.). MCGRAW-HILL / INTERAMERICANA DE MEXICO. <https://www.studocu.com/es-ar/document/universidad-de-buenos-aires/psicologia/cohen-y-swerdlik-pruebas-y-evaluacion-psicologica-introduccion-a-las-pruebas-y-a-la-medicion-capitulo-13/53778235>
- Collins, W., Welsh, D. y Furman, W. (2009). Adolescent romantic relationships. *Annual Review of Psychology*, 60(1), 631-652. DOI:10.1146/annurev.psych.60.110707.163459.
- Comisión Internacional Del Test. (2014). El Uso de los Test y otros Instrumentos de Evaluación en Investigación. *Concejo general de la psicología*, 1-11 [https://www.intestcom.org/files/statement\\_using\\_tests\\_for\\_research\\_spanish.pdf](https://www.intestcom.org/files/statement_using_tests_for_research_spanish.pdf)

- De la Hoz, J. (2018). .Fundamentación Epistemológica de los Procesos de Investigación, Cultura de Paz e Investigación Educativa. *Revista de la Facultad de Ciencias de la Educación*, 3(2), ,234-256.<http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/381/3811794015/3811794015.pdf>
- Decety, J. y Jackson, H. (2004). The Functional Architecture of Human Empathy. *Behavioural and Cognitive Neuroscience Review*, 3(2), 71-100. Doi: 10.1177/1534582304267187
- Ding, C. y Hershberger, S. (2002). Assessing content validity and content equivalence using structural equation modeling. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 9 (2), 283-297. DOI: [10.1207/S15328007SEM0902\\_7](https://doi.org/10.1207/S15328007SEM0902_7)
- Emmons, R. (2007). *¡Gracias! De cómo la gratitud puede hacerte feliz*. Ediciones B.
- Fogel, A., Melson, F. y Mistry, J. (1989). Children's Ideas about Animal Young and Their Care: A Reassessment of Gender Differences in the Development of Nurture. *Origins of nurturance*, 2(4), 265-273. DOI:[10.2752/089279389787057920](https://doi.org/10.2752/089279389787057920)
- Fredrickson, L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218-226. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3122271/>
- Freire, J. (2015). *El hombre en busca de sentido* (3rd ed.). Herder Editorial, S.L., Barcelona. <https://www.studocu.com/es-mx/document/instituto-mexico-de-ciudad-juarez/psicologia-ii/0366-el-hombre-en-busca-de-sentido-2015/34427048>
- Freire, P. (1965). *La educación como práctica de la libertad* (3rd ed.). SIGLO XXI. [https://asslliab.noblogs.org/files/2013/09/freire\\_educaci%C3%B3n\\_como\\_pr%C3%A1ctica\\_libertad.pdf-1.pdf](https://asslliab.noblogs.org/files/2013/09/freire_educaci%C3%B3n_como_pr%C3%A1ctica_libertad.pdf-1.pdf)

- Garcés, F. y Giraldo, C. (2013). El cuidado de sí y de los otros en Foucault, principio orientador para la construcción de una bioética del cuidado. *Discusiones Filosóficas*, 14 (22), 87 - 201.  
<http://www.scielo.org.co/pdf/difil/v14n22/v14n22a12.pdf>
- García, A. (2004). La ética del cuidado. *Facultad de Enfermería, Universidad de La Sabana*, 4(1), 31-35.  
<https://aquichan.unisabana.edu.co/index.php/aquichan/article/view/47>
- García, M. (2018). El cuidado en el florecimiento o desarrollo humano personal: reflexiones desde la psicología para la bioética del cuidado. *Pers. Bioética*, 22(2), 271-287. DOI: 10.5294/pebi.2018.22.2.6
- Gilbert, P. (2014). The origins and nature of compassion focused therapy. *British Journal of Clinical Psychology*, 53(1), 6–41. DOI:10.1111/bjc.12043
- Gilligan, C. (1985). *La moral y la teoría: psicología del desarrollo femenino* (1nd ed.). Fondo de Cultura Económica.  
[https://bibliotecadigital.ucc.edu.co/discovery/fulldisplay/alma990001187790204416/57UCC\\_INST:57UCC\\_INST](https://bibliotecadigital.ucc.edu.co/discovery/fulldisplay/alma990001187790204416/57UCC_INST:57UCC_INST)
- Giraldo, R. (2008). “La resistencia y la estética de la existencia en Michel Foucault”. *Entramado*, 4(2), 90-100. <https://www.redalyc.org/pdf/2654/265420459008.pdf>
- Gracia, E. y Herrero, J. (2006). La comunidad como fuente de apoyo social: Evaluación e implicaciones en los ámbitos individual y comunitario. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38(2), 327-342.  
<http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v38n2/v38n2a07.pdf>

- Hammer, S. y Pivo, G. (2017). The Triple Bottom Line and Sustainable Economic Development Theory and Practice. *Economic Development Quarterly*, 31(1), 25-36. Doi: 10.1177/0891242416674808
- Heidegger, M. (1927). *Ser y Tiempo* (3rd ed.).Trotta.  
[https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/ser\\_y\\_tiempo-martin\\_heidegger.pdf](https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/ser_y_tiempo-martin_heidegger.pdf)
- Kaplan, R. y Saccuzzo, D. (1993). *Psychological testing principles, applications and issues*. (3rd ed.). Cengage Learning <https://psycnet.apa.org/record/1993-97435-000>
- Lanz, C. (2012)."El cuidado de sí y del otro en lo educativo". *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 17(56), 39-46.  
<https://www.redalyc.org/pdf/279/27921998005.pdf>
- Lawshe, H. (1975). A quantitative approach to content validity. *Personnel Psychology*, 28 (4), 563-575. DOI:/10.1111/j.1744 6570.1975.tb01393.x/abstract
- Ley 1090 de 2006. Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones. 6 de septiembre de 2006. D.O. No. 46383
- Ley 1581 de 2012 [Constitución Política De Colombia]. Por la cual se dictan disposiciones generales para la protección de datos personales. Octubre 17 de 2012
- Martín, A. (2015). El Concepto de cuidado a lo largo de la Historia. *Cultura de los Cuidados (Edición digital)*, 19(41) ,101-105.  
<http://dx.doi.org/10.14198/cuid.2015.41.12>>

- Martínez, N. y Porcelli, M. (2017). A New Vision of the World: Deep Ecology and its Incipient Reception in National and International Law (First Part). *Revista de la facultad de derecho y ciencia*, 15(20), 1861-2313. DOI: <http://dx.doi.org/10.21503/lex.v15i20.1450>
- Martínez, R., Hernández, J. y Hernández, V. (2014). *Psicometría*. (2nd ed.). Alianza Editorial, Edición de la revista digital de Madrid. <https://1library.co/document/zljwrnoy-martinez-arias-psicometria-alianza-editorial-pdf.html>
- Martínez-Álvarez, J., Fuertes-Martín, A., Orgaz-Baz, B., Vicario-Molina, I. y González-Ortega, E. (2014). Vínculos afectivos en la infancia y calidad en las relaciones de pareja de jóvenes adultos: el efecto mediador del apego actual. *Anales de Psicología*, 30(1), 211-220. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.30.1.135051>
- Mazo, H. (2012). La autonomía: principio ético contemporáneo. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 3 (1), 115-132. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5123760.pdf>
- McCullough, M., Emmons, R. y Tsang, J. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112–127. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.112>
- Médicos Sin Fronteras. (2019, 9 de Agosto). *Logros de Médicos Sin Fronteras en 2018*. <https://www.msf.org.co/actualidad/logros-medicos-fronteras-2018>
- Meneses, J., Barrios, M., Bonillo, A., Cosculluela, A., Lozano, L., Turbany, J. y Valero, S. (2013). *Psicometría* (2nd ed.). Editorial UOC.

[https://www.researchgate.net/profile/JulioMeneses2/publication/293121344\\_Psicometria/links/584a694408ae5038263d9532/Psicometria.pdf](https://www.researchgate.net/profile/JulioMeneses2/publication/293121344_Psicometria/links/584a694408ae5038263d9532/Psicometria.pdf)

Messick, S. (1980). Test validity and the ethics of assessment. *American Psychologist*, 35(11), 1012–1027. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.35.11.1012>

Messick, S. (1989). Validity, Reliability and Equivalence of Parallel Examinations in a University Setting. *American Council on education and Macmillan*, 3(3), 13-104. [https://www.scirp.org/\(S\(i43dyn45teexjx455qlt3d2q\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=590541](https://www.scirp.org/(S(i43dyn45teexjx455qlt3d2q))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=590541)

Ministerio de Salud. (2015). *Encuesta Nacional de Salud Mental (Ind ed.)*. Colciencias. [https://www.minjusticia.gov.co/programasco/ODC/Publicaciones/Publicaciones/CO031102015-salud\\_mental\\_tomoI.pdf](https://www.minjusticia.gov.co/programasco/ODC/Publicaciones/Publicaciones/CO031102015-salud_mental_tomoI.pdf)

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>

Muñiz, J. (2010). Las Teorías de los Test: Teoría Clásica y Teoría de Respuesta a los Ítems. *Papeles del Psicólogo*, 31 (1), 57-66. <https://www.redalyc.org/pdf/778/77812441006.pdf>

Niilm University. (2012). *Concepts and functions of NGO (Ind ed.)*. Rai Technology University. [https://zbook.org/read/105ddb\\_concepts-and-functions-of-ngo-niilm-university.html](https://zbook.org/read/105ddb_concepts-and-functions-of-ngo-niilm-university.html)

Nkongho, N. (2003). The caring ability inventory. En: Strickland, O.; Dilorio, C. (Eds). *Measurement of nursing outcomes. USA*, 3(1) ,184-98. <http://www.scielo.org.co/pdf/rudca/v19n2/v19n2a04.pdf>

- Oblitas, L. (2008). Una ciencia Del bienestar y la felicidad Health psychology: A well-being and happiness science. *Universidad Nacional Autónoma de México, 16*(1), 9-38. <http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2008/psicologiasalud.pdf>
- Organización de las Naciones Unidas. (16 de noviembre de 2021). *ONU Mujeres y CEPAL promueven la construcción de Sistemas Integrales de Cuidados en América Latina y el Caribe*. <https://www.cepal.org/es/noticias/onu-mujeres-cepal-promueven-la-construccion-sistemas-integrales-cuidados-america-latina>
- Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International. Journal of morphology, 35*(1), 227-232. [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-95022017000100037&lng=es&synrm=1&isoyt=1&es](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95022017000100037&lng=es&synrm=1&isoyt=1&es)
- Páez, M. (2014). Vínculos afectivos juveniles: dilemas y convergencias entre padres e hijos. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia, 6*(1), 114-129. <https://revistasoj.s.ucaldas.edu.co/index.php/revlatinofamilia/article/view/4147/3832>
- Pagni, P. (2012). "El cuidado ético de sí y las figuras del maestro en la relación pedagógica: reflexiones a partir del último Foucault" .*Revista de Educación, 2*(1), 665-683. DOI:10.4438/1988-592X-RE-2013-360-217
- Pallares, L., Ortiz, M. y Beltrán, S. (2022). *Modelo biomédico y modelo biopsicosocial: Diferencias y similitudes en la salud* [Tesis de pregrado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio institucional - Universidad Cooperativa de Colombia.

<https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/4b27d805-3bbe-4f37-bf82-5e17a0f0aea9/content>

- Papageorgiou, S. y Tannenbaum, J. (2016). Situating Standard Setting within Argument-Based Validity. *Language Assessment Quarterly*, 13(2), 109–123. <https://doi.org/10.1080/15434303.2016.1149857>
- Pava, A. (2001). ONG 's: Supuestos, Evidencia y Capacidad. *Revista Civilizar, N° 1, ed. Fondo de Publicaciones de la Universidad Sergio Arboleda*, 1(1), 63-83. <https://revistas.usergioarboleda.edu.co/index.php/ccsh/article/view/835/pdf>
- Pérez-Gil, J., Chacón, S. y Moreno, R. (2000). Validez de constructo: el uso de análisis factorial exploratorio-confirmatorio para obtener evidencias de validez. *Psicothema*, 12(2), 442-446. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72797102>
- Pérez, A. (2010). The burnout syndrome: Overview and development of the concept. *Revista de Comunicación Vivat Academia*, 13(112), 42-80. DOI: <http://dx.doi.org/10.15178/va.2010.112.42-80>.
- Pérez, M. (2016). Inteligencia espiritual: conceptualización y cartografía psicológica. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 63-69. <https://www.journals.elsevier.com/international-journal-of-developmental-and-educational-psychology/volume-2/issue-1>
- Peterson, C. y Seligman, M. (2004). Character Strengths and Virtues: a handbook and classification. *American Psychology Association*, 1(1), 1-815. <https://psycnet.apa.org/record/2004-13277-000>
- Peterson, C. (2000). The future of optimism. *American Psychologist*, 55(1), 44-55. DOI: 10.1037//0003-066X.55.1.44

- Pinzón, M. (2005). El papel de las ONG y sus alcances en la responsabilidad social empresarial. *Revista Opera*, 5(5), 75-96.  
<https://www.redalyc.org/pdf/675/67550506.pdf>
- Prieto, G. y Delgado, R. (2010). Fiabilidad y Validez. *Papeles del Psicólogo*, 31(1), 67-74. <https://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1797.pdf>
- Resolución 8430 de 1993[Ministerio de Salud]. Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud. 4 de octubre de 1993
- Salavarieta, A. (2008). La medición en Psicología como herramienta y como reflexión ética en el ejercicio del psicólogo. *Psicogente*, 11(19), 46-51.  
<https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/2688>
- Sarason, B. (1974). *The psychological sense of community: Prospects for a community psychology* (1nd Ed.).San Francisco: Josey-Bass.  
<https://archive.org/details/psychologicalsen0000sara/page/n17/mode/2up>
- Selener, D. (1997). *Participatory action research and social change* (2nd ed.). Cornell University. <https://edepot.wur.nl/425683>
- Seligman, M. y Csikszentmihalyi, M. (2000). Psicología Positiva. *American Psychological Association*, 55(1), 5-14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Seligman, M. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being* (1nd Ed.). Simón y Schuster. <https://scottbarrykaufman.com/wp-content/uploads/2015/01/Seligman-2011-Chapter-1.pdf>

- Servicio Civil Internacional Madrid (2019). *Servicio Civil Internacional Madrid*.  
<https://www.cde.ual.es/wp-content/uploads/2019/05/SCI-Info-y-Campos-de-Voluntariado-Internacional-2019.pdf>
- Shareef, S. (2023). Role and functions of NGO'S in social development-an overview. *Peer Reviewed and Refereed Journal*, 12(1), 39-46.<http://ijmer.in.doi./2023/01.01.55>
- Sistema Distrital de Cuidado. (2020). *Sistema distrital de cuidado, logro histórico para mujeres en Plan de Desarrollo*. <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/mujer/el-sistema-distrital-de-cuidado-un-logro-historico-para-las-mujeres>
- Soto, Y., Verdugo, V., Corral, S. y Armadillo, M. (2021). Diseño y validación de la "Escala de Conductas de Autocuidado". *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 29(3), 721-741. <https://doi.org/10.51668/bp.8321312s>
- Spiro, P. (1995). El papel de las Organizaciones No Gubernamentales en el contexto internacional. *Revista Ciencia Política*, 3(2), 1-100.  
[http://www.icpcolombia.org/dev/wpcontent/uploads/2016/04/el\\_papel\\_organizaciones\\_no\\_gubernamentales\\_contexto\\_internacional.pdf](http://www.icpcolombia.org/dev/wpcontent/uploads/2016/04/el_papel_organizaciones_no_gubernamentales_contexto_internacional.pdf)
- Toledo, M., Maldonado, S. y López, V. (2012). Propiedades psicométricas de una adaptación de LibQUAL+. Un estudio en bibliotecas de universidades mexicanas. *Revista Biblios*, 49(1), 1-13. <http://biblios.pitt.edu/>
- Tristán-López, A. (2008). Modificación al Modelo de Lawshe para el dictamen cuantitativo de la validez de un instrumento objetivo. *Avances en medición*, 6(1), 3748.[http://www.humanas.unal.edu.co/psicometria/files/8413/8574/6036/Articulo4\\_Indice\\_de\\_validez\\_de\\_contenido\\_37-48.pdf](http://www.humanas.unal.edu.co/psicometria/files/8413/8574/6036/Articulo4_Indice_de_validez_de_contenido_37-48.pdf)

- Urrutia, M., Barrios, S., Gutiérrez, M. y Mayorga, M. (2014). Métodos óptimos para determinar validez de contenido. *Educación Médica Superior*, 28(3) ,547-558.  
<http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v28n3/ems14314.pdf>
- Vásquez, C. (2010). *La asociación cristiana de jóvenes reflejo del humanitarismo global*. (Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Javeriana).Repositorio institucional- Pontificia Universidad Javeriana. <http://hdl.handle.net/10554/6611>
- Vaughan, F. (2002). What is Spiritual Intelligence?. *Journal of Humanistic Psychology*, 42(2), 16-33. [http://www.diabasis.cz/psychospiritualni-krize/vyzkum-a-publicace/Frances\\_Vaughan\\_What\\_is\\_Spiritual\\_Intelligence.pdf](http://www.diabasis.cz/psychospiritualni-krize/vyzkum-a-publicace/Frances_Vaughan_What_is_Spiritual_Intelligence.pdf)
- Veiga, E. y Zimmermann, M. (2008). Modelos de Estudios en Investigación Aplicada: Conceptos Teóricos y Criterios para el Diseño. *Med Segur Trab*, 4(210) ,81-88.<https://scielo.isciii.es/pdf/mesetra/v54n210/aula.pdf>
- Vergara, M. y Barrera, L. (2013). Confiabilidad del instrumento "Habilidad de cuidado de cuidadores familiares de personas con enfermedad crónica". *Universidad del Sinú Elías Bechara Zainum av.enferm.*, 31 (2), 12-20.  
<http://www.scielo.org.co/pdf/aven/v31n2/v31n2a02.pdf>
- Vesga, M. y Ruiz de Cárdenas, H. (2016). Validez y confiabilidad de una escala de cuidado profesional en español. *Scielo Analytic*, 34(1), 1-17.<http://dx.doi.org/10.15446/av.enferm.v34n1.44488>
- Watson, J. (1979). Nursing: The Philosophy and Science of Caring. *Scientific Research An Academy Publisher*, 3(4), 86-87.[https://www.scirp.org/\(S\(i43dyn45teexjx455qlt3d2q\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1402454](https://www.scirp.org/(S(i43dyn45teexjx455qlt3d2q))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1402454)

- Young Men's Christian Association. (2019). *PAE Programa de Alimentación Escolar*. <https://ymcabogota.org/pae-programa-de-alimentacion-escolar/>
- Young Men's Christian Association (2023a). *Programa Jóvenes Cuidadores* [Discurso principal]. Grupo focal del programa jóvenes cuidadores, Bogotá, Colombia.
- Young Men's Christian Association. (2023b). *historia y línea del tiempo de la ONG/ACJ*. <https://ymcabogota.org/linea-de-tiempo/>
- Young Men's Christian Association. (2023c). *Países de referencia*. <https://iuymca.edu.ar/ymca-internacional/>
- Young Men's Christian Association. (2023d). *Todos los programas y servicios*. <https://ymcabogota.org/primera-infancia/>
- Young Men's Christian Association. (2023e) *Paza la Paz*. <https://ymcacolombia.org/liderazgo-y-construcción-de-paz/>
- Young Men's Christian Association (2023f). *Programa Jóvenes Cuidadores* [Discurso secundario del programa jóvenes cuidadores]. Grupo focal número dos del programa jóvenes cuidadores, Bogotá, Colombia.
- Zepeda-Goncen, D. y Sánchez-Aragón, R. (2021). Impacto de la cercanía, toque afectivo y satisfacción con el apoyo de la pareja en los comportamientos saludables. *Psicogente*, 24(45), 1-22. <https://doi.org/10.17081/psico.24.45.3736>