




doi: 10.4321/s0465-546x2023000300003

Artículo original

# Adaptación transcultural al español chileno de la Perceived Stress Scale-10 (PSS-10) en profesores: estudio Delphi

## Cross-cultural adaptation to Chilean Spanish of the Perceived Stress Scale-10 (PSS-10) in teachers: Delphi study

Gabriel Lagos-Riveros<sup>1</sup>  0000-0002-0908-9238

Karen Domínguez-Cancino<sup>2-3</sup>  0000-0002-4264-8476

Carolina Luengo-Martínez<sup>4</sup>  0000-0002-6541-3645

Bárbara Farías-Fritz<sup>1</sup>  0000-0001-7824-8741

Freddy Guzmán-Garcés<sup>5</sup>  0009-0007-6923-0364

<sup>1</sup>Universidad del Bío-Bío, Departamento de Ciencias de la Rehabilitación en Salud, Facultad de Ciencias de la Salud y los Alimentos, Chillán, Chile.

<sup>2</sup>Université de Sherbrooke, Faculté de médecine et des sciences de la santé, Service sur les dépendances, Longueuil, Canada.

<sup>3</sup>Universidad Bernardo O'Higgins. Centro de Estudios e Investigación en Salud (CEISS), Santiago, Chile.

<sup>4</sup>Universidad del Bío-Bío, Departamento de Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud y los Alimentos, Chillán, Chile.

<sup>5</sup>Universidad del Bío-Bío, Centro de Investigación y Desarrollo en Tecnologías de la Construcción (CITEC), Concepción, Chile.

---

### Correspondencia

Gabriel Lagos-Riveros  
glagos@ubiobio.cl

---

**Recibido:** 22.05.2023

**Aceptado:** 18.08.2023

**Publicado:** 30.09.2023

---

### Contribuciones de autoría

GLR: idea, diseño, recolección, análisis e interpretación de datos; escritura del borrador del artículo, revisión crítica del contenido intelectual y aprobación final de la versión a ser publicada.

KDC: idea, diseño, recolección, análisis e interpretación de datos; escritura del borrador del artículo, revisión crítica del contenido intelectual y aprobación final de la versión a ser publicada

CLM: idea, diseño, recolección, escritura del borrador del artículo, revisión crítica del contenido intelectual y aprobación final de la versión a ser publicada.

BFF: revisión crítica del contenido intelectual y aprobación final de la versión a ser publicada.

FGG: revisión crítica del contenido intelectual y aprobación final de la versión a ser publicada.

---

### **Financiación**

Este trabajo fue seleccionado en la Convocatoria de Proyectos de Investigación e Innovación en Prevención de Accidentes y Enfermedades Profesionales 2020 de la Superintendencia de Seguridad Social Chile, y fue financiado por Mutual de Seguridad C.Ch.C con recursos del Seguro Social de la Ley N°16.744 de Accidentes del Trabajo y Enfermedades Profesionales. Grupo de Investigación CommuniCog, Universidad del Bío-Bío (GI2309435)

---

### **Conflicto de intereses**

Los autores declaran no tener conflicto de interés.

---

### **Agradecimientos**

Agradecemos a los expertos que participaron desinteresadamente en el desarrollo del método Delphi y también al personal docente que participó en el pilotaje.

---

### **Cómo citar este trabajo**

Lagos-Riveros G, Domínguez-Cancino K, Luengo-Martínez C, Farías-Fritz B, Guzmán-Garcés F. Adaptación transcultural al español chileno de la Perceived Stress Scale-10 (PSS-10) en profesores: estudio Delphi. *Med Segur Trab (Internet)*. 2023;69(272):-159. doi: 10.4321/s0465-546x2023000300003

---

© BY-NC-SA 4.0

## Resumen

**Introducción:** objetivo de este estudio es presentar el proceso de adaptación transcultural del instrumento Perceived Stress Scale-10 (PSS-10) para la población de profesores que realizaron docencia de forma telemática a estudiantes de nivel primario y secundario durante la pandemia por COVID-19 en Chile.

**Método:** Estudio de corte transversal, polietápico. Se adaptó transculturalmente la PSS-10 al español chileno mediante un proceso de validación de contenido por expertos usando el método Delphi. Se seleccionaron 9 jueces expertos. Los ítems del cuestionario fueron evaluados bajo tres categorías: relevancia, claridad y suficiencia. Se realizaron dos rondas de evaluación para determinar el grado de concordancia entre jueces, evidenciado mediante el cálculo de índices de validez de contenido. La fase de pilotaje del instrumento se llevó a cabo utilizando la plataforma QuestionPro® en una muestra de 54 docentes, seleccionados a través de un muestreo por conveniencia. Como medida de consistencia interna se calculó un Alfa de Cronbach.

**Resultados:** el instrumento obtuvo un índice de validez de contenido por ítem entre 0,80 y 1,00, un índice de validez de contenido promedio de 0,97 y un índice de validez de contenido universal de 0,96. La consistencia interna arrojó una fiabilidad adecuada del PSS-10 (alfa de Cronbach de 0,85) adaptado transculturalmente al español chileno.

**Conclusiones:** La validación de contenido de la PSS-10, utilizando el método Delphi, permitió consensuar las opiniones expresadas por los expertos en estrés laboral. La escala demostró ser fiable, por tanto, podría ser aplicado para evaluar la autopercepción de estrés laboral en docentes chilenos.

---

**Palabras clave:** Docentes; estrés laboral; Método Delphi.

## Abstract

**Introduction:** the aim of this study is to present the process of cross-cultural adaptation of the Perceived Stress Scale-10 (PSS-10) instrument for a population of teachers who taught primary and secondary school students remotely during the COVID-19 pandemic in Chile.

**Method:** Cross-sectional, multistage study. The PSS-10 was cross-culturally adapted to Chilean Spanish by means of a content validation process by experts using the Delphi method. Nine expert judges were selected. The questionnaire items were evaluated under three categories: relevance, clarity and sufficiency. Two rounds of evaluation were carried out to determine the degree of concordance between judges, evidenced by the calculation of content validity indexes. The trial phase of the instrument was carried out using the QuestionPro® platform in a sample of 54 teachers, selected through convenience sampling. Cronbach's alpha was calculated as a measure of internal consistency.

**Results:** the instrument obtained a content validity index per item between 0.80 and 1.00, an average content validity index of 0.97 and a universal content validity index of 0.96. Internal consistency yielded an adequate reliability of the PSS-10 (Cronbach's alpha of 0.85) cross-culturally adapted to Chilean Spanish.

**Conclusion:** The content validation of the PSS-10, using the Delphi method, allowed consensus on the opinions expressed by experts in occupational stress. The scale proved to be reliable; therefore, it could be applied to evaluate the self-perception of work stress in Chilean teachers.

---

**Keywords:** teachers; work stress; Delphi method.

## Introducción

La pandemia de COVID-19 ha tenido un impacto sin precedentes en el sistema educativo mundial, lo que ha obligado al personal docente a adaptarse rápidamente a un nuevo entorno de enseñanza virtual<sup>(1)</sup>. No obstante, este cambio les ha generado un mayor estrés laboral y, por lo tanto, afectado su bienestar psicológico y desempeño profesional<sup>(2,3)</sup>. La transición a clases en línea y el cierre de escuelas han creado cambios significativos en la forma en que se entrega la enseñanza y han resultado en que la población docente enfrente factores adicionales y significativos de estrés laboral<sup>(4,5,6,7)</sup>.

En especial, la transición hacia la enseñanza virtual se ha acompañado de múltiples desafíos derivados de la falta de capacitación y experiencia previa en el uso de plataformas digitales, la necesidad de adaptarse a nuevas metodologías de enseñanza, las dificultades para mantener la motivación y el compromiso de los estudiantes, así como la necesidad de conciliar la vida laboral y personal<sup>(3)</sup>. Los desafíos descritos anteriormente en conjunto la necesidad de pasar por este cambio de forma rápida ha generado un aumento en la percepción de estrés laboral impactando en el bienestar psicológico como el desempeño profesional de los docentes<sup>(8)</sup>, así también a la calidad de vida de los estudiantes<sup>(1,9)</sup>.

En este contexto, es esencial contar con instrumentos adecuados que permitan la detección temprana de los niveles de estrés en los docentes. En este sentido, los autores han creado una versión abreviada y validada en español de la Perceived Stress Scale (PSS-10)<sup>(10)</sup>, que mide el nivel percibido de estrés durante el último mes. No obstante, es importante tener en cuenta que la percepción del estrés laboral no es un fenómeno uniforme en todas las culturas y contextos.

La forma en que los docentes experimentan y manifiestan el estrés laboral puede verse influida por las diferencias culturales. Por esta razón, es crucial llevar a cabo una adaptación transcultural de la escala de estrés laboral percibido a fin de asegurar su validez y aplicación en distintos contextos culturales<sup>(11)</sup>. Esta medida permitiría identificar los desafíos específicos a los que se enfrentan los docentes en la enseñanza en línea en distintos entornos culturales. Es importante destacar que la adaptación de esta escala se basa en un enfoque transcultural que considera los valores y normas culturales de cada contexto, lo que podría ser de gran ayuda para la comprensión de los efectos de la pandemia en la salud mental de los docentes. Asimismo, permitiría el desarrollo de intervenciones efectivas para prevenir y reducir el estrés laboral en el contexto de la enseñanza en línea durante la pandemia por COVID-19.

El proceso de adaptación transcultural de una escala es exigente debido que involucra la revisión y ajuste de los ítems de la escala original, considerando su comprensión y relevancia en el contexto cultural que se desea estudiar. Este proceso también debe prestar atención a los aspectos lingüísticos, por lo que se hace necesaria la traducción y retro-traducción de los ítems para asegurar que los conceptos se capturen y expresen fielmente en la lengua meta<sup>(11)</sup>. Además, es fundamental llevar a cabo estudios de validez y confiabilidad en la población objetivo para asegurar la calidad psicométrica de la escala adaptada. De esta manera, se garantiza la adecuación de la escala al contexto cultural específico en el que se aplicará.

Por lo tanto, una adaptación transcultural de la escala de estrés laboral percibido en docentes que imparten clases en línea durante la pandemia de COVID-19 es un paso fundamental previo a la generación de estudios que busquen comprender los factores que influyen en el estrés laboral en este contexto y comparar los resultados entre diferentes culturas y contextos educativos. Por este motivo, el objetivo de este estudio es presentar el proceso de adaptación transcultural del instrumento PSS-10 para la población de profesores que realizaron docencia de forma telemática a estudiantes de nivel primario y secundario durante la pandemia por COVID-19 en Chile.

## Métodos

Estudio de corte transversal, polietápico. En contexto del desarrollo de un proceso de adaptación transcultural de instrumentos de medición se consideró llevar a cabo un proceso de validación de contenido y evaluación de la consistencia interna del PSS-10 para adaptarlo culturalmente al español chileno.

PSS-10: Esta escala se basa en la original<sup>(10)</sup>, compuesta por 14 ítems, es un instrumento de auto-reporte que evalúa el nivel percibido de estrés durante el último mes. Utiliza una escala de respuesta de 5 puntos (0=nunca, 1=casi nunca, 2=de vez en cuando, 3=frecuentemente, 4 =muy frecuentemente). También cuenta con una versión abreviada con 10 ítems (PSS-10) la cual ha sido adaptada transculturalmente y validada a varios idiomas tales como el danés<sup>(12)</sup>, árabe<sup>(13)</sup>, japonés<sup>(14)</sup>, entre otros, incluyendo el español<sup>(15)</sup>. La puntuación total de la PSS-10 se obtiene invirtiendo las puntuaciones de los ítems 4, 5, 7 y 8. La puntuación directa obtenida indica que a una mayor puntuación corresponde un mayor nivel de estrés percibido.

## Validez de contenido

El proceso de validez de contenido fue realizado entre los meses de abril y mayo de 2022. Dentro de la adaptación transcultural se consideró una primera subetapa de validez de contenido. Inicialmente se revisó la versión original en inglés<sup>(10)</sup> y la traducción al español del instrumento<sup>(15)</sup>. Se realizaron ajustes lingüísticos leves llevados a cabo a través de discusión y consenso entre el equipo de investigadores<sup>(16)</sup>. Posteriormente, se realizó a través de un trabajo con expertos/as utilizando la técnica Delphi<sup>(17,18)</sup>. Para esto se contactó a expertos/as que cumplieran con los criterios que se muestran en la Figura 1.

**Figura 1:** Criterios de elegibilidad de expertos

1. Médicos/Enfermeras/Psicólogos laboral o profesionales afines al área de salud.
2. Que haya cursado programa de formación continua en el área.
3. Ejercicio profesional mínimo de 3 años en salud del trabajo y/o ocupacional.
4. Investigador principal en el área de estrés laboral.

En la primera ronda se calcularon los índices de validez de contenido y se obtuvieron comentarios para poder llevar a cabo una adaptación transcultural.

Para efectuar la validación a través de expertos se hizo envío de una carta de invitación con detalles del estudio, una carta de presentación de los instrumentos a evaluar y los instrumentos originales para el análisis de estos<sup>(19)</sup>. Adicionalmente, se envió una pauta para evaluar la claridad y pertinencia<sup>(20)</sup> de los ítems. En la validación se solicitó evaluar los ítems de cada instrumento en base a los criterios de relevancia, claridad y suficiencia con puntuaciones que fueron 1 a 4; en el caso de relevancia se consideraron las categorías no relevante, poco relevante, bastante relevante y muy relevante; en términos de claridad las categorías fueron: no claro, poco claro, bastante claro y muy claro; mientras que en suficiencia se consideraron las categorías no suficiente, poco suficiente, bastante suficiente y muy suficiente. Sumado a esto, en cada instrumento se puso a disposición un espacio donde se podía señalar cualquier tipo de observaciones o comentarios respecto a cada instrumento.

En el caso de la validez de contenido se calcularon los índices de validez de contenido por ítem (ICVI), validez de contenido promedio (Ave-CVI) y universal (U-CVI)<sup>(20,21,22)</sup>. Adicionalmente, se realizó un análisis de contenido de los comentarios de los expertos/as y se preparó una carta de respuesta final para justificar los ajustes realizados en cada instrumento.

## Consistencia interna

El instrumento fue piloteado con un grupo de docentes utilizando un muestreo bolo de nieve con personas que cumplieran con los criterios de elegibilidad (Tabla 1). Este tipo de muestreo es habitualmente utilizado en poblaciones que son difíciles de contactar, el cual fue empleado en esta investigación de forma estratégicamente por temas de factibilidad<sup>(23)</sup>. La fase de pilotaje del instrumento se llevó a cabo utilizando la plataforma QuestionPro® en una muestra de 54 docentes, seleccionados a través de un muestreo por conveniencia. Como medida de consistencia interna se calculó un Alfa de Cronbach<sup>(24)</sup>.

**Tabla 1:** Criterios de elegibilidad pilotaje de instrumento PSS-10 adaptado transculturalmente al español chileno.

| Inclusión  | Exclusión  |
|--|--|
| Profesores de enseñanza básica y media que desarrollen clases vía telemática.<br>Que deseen participar voluntariamente y acepten el consentimiento informado | Profesores de enseñanza básica y media que cumplan jornada parcial o completa en cargos administrativos. |

### Aspectos éticos.

El estudio obtuvo aprobación de Comité de Ética Científico de la Mutual de Seguridad CChC (Resolución CI N° 203) previo al inicio del trabajo de campo. La participación de cada participante fue voluntaria, iniciando con la lectura de un consentimiento informado que detalló el propósito del estudio, la naturaleza voluntaria, confidencial y no remunerada de la participación y las actividades a realizar.

## Resultados

### Características de panel de expertos

En el caso del instrumento PSS-10, el proceso contó con la participación de 9 expertos (tasa de respuesta 90%), 56,6% de género masculino con una edad promedio de 46,5 ( $\pm 7,63$ ) y 22,1 ( $\pm 6,6$ ) años de experiencia. La totalidad realiza labores de investigación, teniendo grado de doctorado. Se contó con un experto internacional (tabla 2).

**Tabla 2:** Características sociodemográficas y profesionales del panel de expertos.

| Características                         | PSS-10 (n=9) |
|---|--------------|
| Edad (X, DE)                            | 46,5 (7,63)  |
| Género (n,%)                            |              |
| Femenino                                | 4 (44,4)     |
| Masculino                               | 5 (56,6)     |
| Años de experiencia profesional (X, DE) | 22,11 (6,6)  |
| Grado académico más alto (n,%)          |              |
| Licenciada en enfermería                | 0 (0,0)      |
| Master                                  | 0 (0,0)      |
| Doctorado                               | 9 (100)      |
| Área de desempeño laboral (n,%)         |              |
| Actividad asistencial-clínica           | 0 (0,0)      |
| Investigación                           | 9 (100)      |
| Experto nacional o internacional (n,%)  |              |
| Nacional                                | 8 (88,8)     |
| Internacional                           | 1 (11,2)     |

### Validez de contenido

En la primera ronda el instrumento obtuvo un índice de validez de contenido por ítem entre 0,70 y 1,00, un índice de validez de contenido promedio de 0,96 y un índice de validez de contenido universal de 0,70. Los resultados obtenidos indicaron la necesidad de pasar por una segunda ronda y realizar ajustes lingüísticos. Una vez efectuados los ajustes necesarios, se reenvió la documentación al panel. La segunda ronda el instrumento obtuvo un índice de validez de contenido por ítem entre 0,80 y 1,00, un

índice de validez de contenido promedio de 0,97 y un índice de validez de contenido universal de 0,96. Posterior a la segunda ronda, se realizaron nuevos ajustes de lenguaje y se hizo envío de una carta de respuesta a los expertos con los instrumentos finales.

### Consistencia interna

Luego de aplicar una prueba piloto se obtuvieron los siguientes indicadores de consistencia interna: alfa de Cronbach de 0,85. El instrumento final adaptado transculturalmente al español chileno se presenta en la tabla 3.

**Tabla 3:** PSS-10 adaptado transculturalmente al español chileno.

| Item 1  | En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente?                   |
|---------|--|
| Item 2  | En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?           |
| Item 3  | En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado?  |
| Item 4  | En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado seguro sobre su capacidad para manejar sus problemas personales?     |
| Item 5  | En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que hacer?         |
| Item 6  | En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar las molestias/irritaciones en su vida?                     |
| Item 7  | En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar las molestias/irritaciones en su vida?                     |
| Item 8  | En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que ha tenido las cosas bajo control?                               |
| Item 9  | En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado enojado porque las cosas que sucedieron estaban fuera de su control? |
| Item 10 | En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?     |

## Discusión

El presente estudio tuvo como objetivo una adaptación transcultural y realizar validez de contenido de la PSS-10 en docentes chilenos. En cuanto a la validez de contenido, se usó de la técnica Delphi, proceso estructurado que emplea un cuestionario en una serie de iteraciones para obtener información de los expertos participantes. Se seleccionó esta técnica en consideración de su amplio uso en el área sanitaria para recopilar datos y sintetizar información<sup>(17)</sup>. Además, se tuvo en cuenta alguna de sus principales ventajas, tales como, la gestión de la información a través de correo electrónico; lo que vuelve innecesaria una reunión presencial de los especialistas<sup>(25)</sup> y permite el anonimato de los participantes. Esto evita la influencia de un especialista en la opinión, voluntariamente o no, en otros participantes durante el proceso de consenso<sup>(26)</sup>. El empleo de esta técnica en esta investigación, permitió evidenciar el consenso entre las opiniones de los expertos consultados respecto al instrumento revisado.

Con el fin de obtener análisis, juicios y valoraciones confiables respecto al instrumento a evaluar, se incluyeron como jueces a profesionales con estudios de doctorado y trayectoria prolongada en investigación. Otros estudios<sup>(27,28)</sup> han seguido las mismas directrices con la finalidad de fortalecer la confiabilidad de los resultados. Sin embargo, no se cuentan con lineamientos claros sobre el número mínimo de jueces que se requieren para validar un instrumento por contenido, razón por la cual, se encuentran estudios que incluyen desde 2 participantes hasta 1000<sup>(29)</sup>.

Un punto a considerar del estudio fue que la tasa de respuesta alcanzó un 90% en todas sus rondas. Esto podría estar relacionado, principalmente, con el grado de interés que represente el tema para los participantes<sup>(18)</sup>. Por otro lado, las investigaciones difieren en relación con la cantidad de rondas nece-

sarias para obtener consenso, variando entre 1 hasta 4<sup>(30)</sup>. En el presente estudio se efectuaron 2 rondas dada la dificultad para mantener una tasa de respuesta alta cuando se supera este límite<sup>(29)</sup>.

Es importante señalar que el estudio se realizó en el periodo de confinamiento, año 2022, durante la Pandemia por COVID-19, momento en el cual no se disponía el PSS-10 adaptado transculturalmente ni validado para ser utilizado en docentes chilenos. Sin embargo, existía un estudio que validó el instrumento PSS-10 y PSS-14 que emplearon población de trabajadores conformados por profesionales, técnicos de nivel superior, técnicos de nivel medio y no profesionales<sup>(31)</sup>. Posteriormente, en 2023, también se realizó una validación de la estructura del instrumento mediante un análisis factorial confirmatorio en docentes de una región de Chile<sup>(32)</sup>. Sin embargo, en ambas investigaciones no se menciona si han utilizado la versión original del PSS-10<sup>(10)</sup> o una adaptación al español<sup>(15)</sup> para determinar las propiedades psicométricas y tampoco se refieren al proceso de adaptación transcultural efectuado. Adicionalmente, se aprecian diferencias en cuanto a la equivalencia semántica, conceptual<sup>(14)</sup> y aspectos gramaticales entre los reactivos utilizados en los estudios mencionados y la presente investigación (tabla 4 y tabla 5). En relación a esto, es importante destacar que se encontró una mayor divergencia con el trabajo realizado en docentes chilenos<sup>(32)</sup>.

**Tabla 4:** Diferencias de reactivos del PSS-10 entre estudios chilenos realizados por Calderón et al (2017) y estudio actual.

| Estudio actual   | Calderón et al (2017)  |
|--|--|
| En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las cosas <b>ocurren a su manera o a su modo</b> ?                            | En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las cosas le van bien?  |
| En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar las <b>molestias/irritaciones en su vida</b> ?                           | En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?                                     |
| En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que <b>ha tenido las cosas</b> bajo control?                                      | En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido que tenía todo bajo control?   |
| En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado <b>enojado</b> porque las cosas que <b>sucedieron</b> estaban fuera de su control? | En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado enfadado porque las cosas que le han ocurrido estaban fuera de su control? |

**Tabla 5:** Diferencias de reactivos del PSS-10 entre estudios chilenos realizados por Jorquera & Guerra (2023) y estudio actual.

| Estudio actual   | Jorquera & Guerra (2023)   |
|--|--|
| En el último mes, ¿con qué frecuencia <b>ha estado afectado</b> por algo que ha <b>ocurrido</b> inesperadamente?           | En el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido agobiado/a por algo que ha sucedido inesperadamente?    |
| En el último mes, ¿con qué frecuencia se <b>ha sentido nervioso o estresado</b> ?  | En el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido ansioso/a?  |
| En el último mes, ¿con qué frecuencia <b>ha estado seguro sobre su</b> capacidad para manejar sus problemas personales?    | En el último mes, ¿con qué frecuencia has confiado en tu capacidad para manejar tus problemas personales?    |
| En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las cosas <b>ocurren a su manera o a su modo</b> ?                    | En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que las cosas van por buen camino?                         |
| En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que no <b>podía afrontar</b> todas las cosas que <b>tenía que</b> hacer? | En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que no puedes sobrellevar todas las cosas que debes hacer? |
| En el último mes, ¿con qué frecuencia <b>ha podido</b> controlar las <b>molestias/irritaciones en su vida</b> ?            | En el último mes, ¿con qué frecuencia has sido capaz de controlar las irritaciones cotidianas?               |



| Estudio actual   | Jorquera & Guerra (2023)  |
|--|---|
| En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido <b>que ha tenido las cosas bajo control?</b>                                  | En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que estás en tu mejor momento?  |
| En el último mes, ¿con qué frecuencia ha <b>estado enojado porque las cosas que sucedieron estaban fuera de su control?</b>    | En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido enfado ante sucesos que escapan a tu control?                               |
| En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan <b>tanto</b> que no <b>puede</b> superarlas? | En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que las dificultades se acumulan de tal manera que no consigues superarlas? |

Por otro lado, la consistencia interna de la presente adaptación transcultural se evaluó usando el alfa de Cronbach el cual arrojó un valor de 0.85. Este valor coincide con adaptaciones transculturales realizadas en idiomas español de diversos países iberoamericanos<sup>(15,33)</sup>; sin embargo, difiere con otras también en español la cual han arrojado resultados inferiores (alfa=0.65)<sup>(34)</sup>.

Una limitación corresponde a la modificación de la etapa de traducción-retrotraducción. En cuanto a esto, se consideró la versión española de la PSS-10 como documento base, a partir de la cual se aplicó el método Delphi. Por tanto, se contrastó la traducción española del PSS-10 con su homóloga original, por miembros del equipo y un traductor profesional. Esta decisión se basó en que la versión española no dista mayormente en su gramática en comparación al español chileno, sin embargo, fue necesario realizar un análisis del instrumento por profesionales expertos en estrés laboral para efectuar ajustes lingüísticos y la adaptación transcultural.

La validación de contenido de la PSS-10, utilizando el método Delphi, permitió consensuar las diferentes opiniones expresadas por los expertos involucrados en el campo del estrés laboral, la cual fue evidenciada por buenos valores de los índices de validez de contenido por ítem (entre 0,8 y 1,00), promedio (0,97) y universal (0,96). A su vez, la escala demostró ser fiable dado por su valor de alfa de Cronbach (0,85), por tanto, podría ser aplicado para evaluar la autopercepción de estrés laboral en docentes chilenos. Ahora bien, se sugiere utilizar esta versión de la PSS-10 en una muestra representativa de profesores chilenos para obtener sus propiedades psicométricas.

## Bibliografía

1. Bozkurt A, Karakaya K, Turk M, Karakaya Ö, Castellanos-Reyes D. The impact of COVID-19 on education: A meta-narrative review. TechTrends [Internet]. 2022;66(5):883–96. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1007/s11528-022-00759-0>
2. Klapproth F, Federkeil L, Heinschke F, Jungmann T. Teachers experiences of stress and their coping strategies during COVID - 19 induced distance teaching. J Pedagog Res [Internet]. 2020;4(4):444–52. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.33902/jpr.2020062805>
3. Sucapuca E, Yapu L, Mamani O, Turpo J. Efecto de la carga de trabajo y estrés sobre la percepción del teletrabajo en docentes peruanos: rol mediador de la satisfacción laboral. Rev Asoc Esp Espec Med Trab 2022; 31(1): 70-78
4. Cortés Rojas JL. El estrés docente en tiempos de pandemia. Dilemas contemp: educ política valores [Internet]. 2021; Disponible en: <http://dx.doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2560>
5. Charria Ortiz VH, Romero-Caraballo MP, Sarsosa-Prowesk K. Bienestar laboral y condiciones de trabajo en docentes de primaria y secundaria. CES Psicol [Internet]. 2022;15(3):63–80. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.21615/cesp.5984>
6. Robinet A, Pérez MA. Estrés en los docentes en tiempos de pandemia Covid-19. Polo del Conocimiento: Revista científico – profesional [Internet]. 2020; 5(12): 637-653

- 7.** Wang Z, Pang H, Zhou J, Ma Y, Wang Z. “What if...it never ends?”: Examining challenges in primary teachers’ experience during the wholly online teaching. *J Educ Res* [Internet]. 2021;114(1):89–103. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1080/00220671.2021.1884823>
- 8.** Rengifo Cruz DC, Valencia Álzate N. Factores intralaborales y extralaborales que inciden en el estrés laboral en docentes en la modalidad de teletrabajo. 2023 [citado el 16 de diciembre de 2023]; Disponible en: <https://repository.unicatolica.edu.co/handle/20.500.12237/2413>
- 9.** Aguilar Gordón F del R. Del aprendizaje en escenarios presenciales al aprendizaje virtual en tiempos de pandemia. *Estud pedagóg* [Internet]. 2020;46(3):213–23. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/s0718-07052020000300213>
- 10.** Cohen S, Kamarck T, Mermelstein R. A global measure of perceived stress. *J Health Soc Behav* [Internet]. 1983;24(4):385. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.2307/2136404>
- 11.** Lira MT, Caballero E. ADAPTACIÓN TRANSCULTURAL DE INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN EN SALUD: HISTORIA Y REFLEXIONES DEL POR QUÉ, CÓMO Y CUÁNDO. *Rev médica Clín Las Condes* [Internet]. 2020;31(1):85–94. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.rmclc.2019.08.003>
- 12.** Eskildsen A, Dalgaard VL, Nielsen KJ, Andersen JH, Zachariae R, Olsen LR, Jørgensen A, Christiansen DH. Cross-cultural adaptation and validation of the Danish consensus version of the 10-item Perceived Stress Scale. *Scand J Work Environ Health*. 2015 Sep 1;41(5):486-90. doi: 10.5271/sjweh.3510. Epub 2015 Jun 25. PMID: 26111225.
- 13.** Ali AM, Hendawy AO, Ahmad O, Al Sabbah H, Smail L, Kunugi H. The Arabic Version of the Cohen Perceived Stress Scale: Factorial Validity and Measurement Invariance. *Brain Sci*. 2021 Mar 26;11(4):419. doi: 10.3390/brainsci11040419. PMID: 33810322; PMCID: PMC8066085.
- 14.** Mimura C, Griffiths P. A Japanese version of the perceived stress scale: translation and preliminary test. *Int J Nurs Stud*. 2004 May;41(4):379-85. doi: 10.1016/j.ijnurstu.2003.10.009. PMID: 15050849.
- 15.** Remor E. Psychometric properties of a European Spanish version of the Perceived Stress Scale (PSS). *Span J Psychol* [Internet]. 2006;9(1):86–93. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1017/s1138741600006004>
- 16.** Tsang S, Royse CF, Terkawi AS. Guidelines for developing, translating, and validating a questionnaire in perioperative and pain medicine. *Saudi J Anaesth*. 2017 May;11(Suppl 1):S80-S89. doi: 10.4103/sja.SJA\_203\_17. PMID: 28616007; PMCID: PMC5463570.
- 17.** Palmieri PA. La técnica Delphi: Un método de consenso para la investigación en servicios de salud en Latino América. *Ágora Rev Cient* [Internet]. 2017 [citado el 6 de noviembre de 2023];4(2):30–8. Disponible en: <https://www.revistaagora.com/index.php/cieUMA/article/view/68>
- 18.** Massaroli A, Martini JG, Lino MM, Spenassato D, Massaroli R. MÉTODO DELPHI COMO REFERENCIAL METODOLÓGICO PARA A PESQUISA EM ENFERMAGEM. *Texto Contexto Enferm* [Internet]. 2018 [citado el 10 de noviembre de 2023];26(4). Disponible en: <https://www.scielo.br/j/tce/a/7Q7Xg6BBXBtXgmvxyYt-jNTG/?lang=pt>
- 19.** Grant JS, Davis LL. Selection and use of content experts for instrument development. *Res Nurs Health* [Internet]. 1997;20(3):269–74. Disponible en: [http://dx.doi.org/10.1002/\(sici\)1098-240x\(199706\)20:3<269::aid-nur9>3.0.co;2-g](http://dx.doi.org/10.1002/(sici)1098-240x(199706)20:3<269::aid-nur9>3.0.co;2-g)
- 20.** Polit DF, Beck CT, Owen SV. Is the CVI an acceptable indicator of content validity? Appraisal and recommendations. *Res Nurs Health*. 2007 Aug;30(4):459-67. doi: 10.1002/nur.20199. PMID: 17654487.
- 21.** Polit DF, Beck CT. The content validity index: are you sure you know what’s being reported? Critique and recommendations. *Res Nurs Health*. 2006 Oct;29(5):489-97. doi: 10.1002/nur.20147. PMID: 16977646.
- 22.** Almanasreh E, Moles R, Chen TF. Evaluation of methods used for estimating content validity. *Res Social Adm Pharm*. 2019 Feb;15(2):214-221. doi: 10.1016/j.sapharm.2018.03.066. Epub 2018 Mar 27. PMID: 29606610.

- 23.** Parker C, Scott S, Geddes A. Snowball Sampling. En: SAGE Research Methods Foundations. 1 Oliver's Yard, 55 City Road, London EC1Y 1SP United Kingdom: SAGE Publications Ltd; 2020.
- 24.** Reidl-Martínez Lucy María. Confiabilidad en la medición. *Investigación educ. médica [revista en la Internet]*. 2013 Jun [citado 2023 Dic 27]; 2( 6): 107-111. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-50572013000200007&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-50572013000200007&lng=es).
- 25.** Varela-Ruiz M, Díaz-Bravo L, , García-Durán R. Descripción y usos del método Delphi en investigaciones del área de la salud. *Investigación en Educación Médica [Internet]*. 2012;1(2):90-95. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349736303007>
- 26.** Keeney S, Hasson F, McKenna HP. A critical review of the Delphi technique as a research methodology for nursing. *Int J Nurs Stud*. 2001 Apr;38(2):195-200. doi: 10.1016/s0020-7489(00)00044-4. PMID: 11223060.
- 27.** Escobar-Pérez J, Cuervo-Martínez A. Validez de contenido y juicio de expertos: Una aproximación a su utilización. *Av en Medición*. 2008; 6:27-36. [https://www.researchgate.net/publication/302438451\\_Validez\\_de\\_contenido\\_y\\_juicio\\_de\\_expertos\\_Una\\_aproximacion\\_a\\_su\\_utilizacion](https://www.researchgate.net/publication/302438451_Validez_de_contenido_y_juicio_de_expertos_Una_aproximacion_a_su_utilizacion)
- 28.** Dominguez Cancino K, Gonzales Carhuajulca DB. ADAPTACIÓN TRANSCULTURAL DE INSTRUMENTOS PARA EL ESTUDIO DE ACOSO PSICOLÓGICO Y FACTORES RELACIONADOS EN ENFERMERAS/OS. *Cienc enferm [Internet]*. 12 de diciembre de 2023 [citado 28 de diciembre de 2023];29. Disponible en: <https://revistas.udec.cl/index.php/cienciayenfermeria/article/view/11461>
- 29.** Keeney S, McKenna H, Hasson F. *The Delphi technique in nursing and health research: Keeney/the Delphi technique in nursing and health research*. Chichester, Inglaterra: Wiley-Blackwell; 2010.
- 30.** Binkley J, Finch E, Hall J, Black T, Gowland C. Diagnostic classification of patients with low back pain: report on a survey of physical therapy experts. *Phys Ther*. 1993 Mar;73(3):138-50; discussion 150-5. doi: 10.1093/ptj/73.3.138. Erratum in: *Phys Ther* 1993 May;73(5):330. PMID: 8438002.
- 31.** Calderón Carvajal C, Gómez N, López F, Otárola N, Briceño M. Estructura factorial de la escala de estrés percibido (PSS) en una muestra de trabajadores chilenos. *Salud soc. [Internet]*. 26 de enero de 2018 [citado 28 de diciembre de 2023];8(3):218-26. Disponible en: <https://revistas.ucn.cl/index.php/saludysociedad/article/view/2649>
- 32.** Jorquera-Gutiérrez R, , Guerra-Díaz F. Análisis psicométrico de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14 y PSS-10) en un grupo de docentes de Copiapó, Chile. *Liberabit. Revista Peruana de Psicología [Internet]*. 2023;29(1):1-12. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68675542001>
- 33.** Campo-Arias A, Bustos-Leiton GJ, Romero-Chaparro A. Consistencia interna y dimensionalidad de la Escala de Estrés Percibido (EEP-10 y EEP-14) en una muestra de universitarias de Bogotá, Colombia. *Aquichan [Internet]*. 25 de enero de 2010 [citado 28 de diciembre de 2023];9(3). Disponible en: <https://aquichan.unisabana.edu.co/index.php/aquichan/article/view/1525>
- 34.** Campo-Arias A, Oviedo H. C, , Herazo E. Escala de Estrés Percibido-10: desempeño psicométrico en estudiantes de medicina de Bucaramanga, Colombia. *Revista de la Facultad de Medicina [Internet]*. 2014;62(3):407-413. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=576363530010>