

## Problemas semánticos en la adaptación del POMS al castellano

Constantino Arce Fernández, Elena María Andrade Fernández y Gloria Seoane Pesqueira  
Universidad de Santiago de Compostela

El POMS (McNair, Lorr y Droppleman, 1971) es una lista compuesta originalmente por 65 adjetivos, destinados a medir siete factores de estado de ánimo: Tensión, Depresión, Cólera, Vigor, Fatiga, Confusión y Amistad. Aunque ha sido diseñado para el ámbito clínico, su uso se ha extendido a otras áreas de la Psicología. Los resultados más concluyentes con el cuestionario provienen de las muestras que son comparables en edad y nivel educativo con los estudiantes universitarios de Estados Unidos. En este estudio se ha llevado a cabo la traducción del POMS al castellano y una primera aplicación a una muestra de 374 estudiantes universitarios. El análisis psicométrico de los datos ha revelado que algunos de los adjetivos han sido interpretados por los sujetos como indicadores de un estado de ánimo diferente al que originalmente les correspondía, siendo el factor Confusión el más difícil de replicar.

*Spanish adaptation of the Profile of Mood States (POMS).* The POMS is a 65-item, adjective rating scale for the measurement of seven mood states labelled Tension, Depression, Anger, Vigor, Fatigue, Confusion and Friendliness. Although it has been designed for clinical settings, his use has become popular in other Psychological areas. The most concluyent results with the POMS come from samples which are comparable to those of the United States university students in terms of age and educational level. The aim of this study has been the translation and a preliminary administration of the scale to a 374 Spanish university students' sample. The psychometric analysis revealed that, relative to the original description of each mood state, some of the adjectives have lost their original meaning and have been associated to a different mood factor. One of the seven POMS scales, Confusion, was not replicated successfully.

El Perfil de los Estados de Ánimo, más conocido por sus siglas en inglés, POMS (*Profile of Mood States*; McNair, Lorr y Droppleman, 1971) es una lista compuesta originalmente por 65 adjetivos, mediante la cual se puede obtener un índice general de alteración del estado de ánimo y siete medidas parciales, referidas a los estados de Tensión, Depresión, Cólera, Vigor, Fatiga, Confusión y Amistad. Para su elaboración, los autores realizaron seis Análisis Factoriales sobre un total de 100 adjetivos. El componente denominado Amistad no ha podido ser replicado de forma consistente; de ahí que con frecuencia se haya prescindido de los siete adjetivos empleados para su definición y que la versión más conocida del cuestionario haya quedado reducida a 58 ítems.

Aunque ha sido diseñado para medir el efecto de la psicoterapia y la medicación psicotrópica en pacientes psiquiátricos externos, posteriormente ha sido probado en gran variedad de muestras no-psiquiátricas y se ha convertido en un instrumento muy popular en la investigación en Psicología del Deporte, ámbito en el que ha sido empleado con diferentes fines: para predecir el éxito y el fracaso deportivos (Morgan, 1980), para estudiar los beneficios derivados de la práctica de ejercicio

(McDonald y Hodgdon, 1991) y en el seguimiento psicológico del sobreentrenamiento y la fatiga (Morgan, Brown, Raglin, O'Connor y Ellickson, 1987; Suay, Ricarte y Salvador, 1998).

Los resultados más concluyentes de los estudios con el POMS provienen de las muestras que son comparables con la edad y nivel educativo de los estudiantes universitarios de Estados Unidos. No existe todavía evidencia suficiente para su extrapolación a otros contextos socio-culturales. Se han desarrollado versiones abreviadas del cuestionario (Schacham, 1983; Grove y Prapavessis, 1992, para su aplicación a pacientes hospitalizados y a deportistas, respectivamente) y ha sido adaptado a diferentes idiomas. En España se han realizado trabajos de traducción (Pérez y Marí, 1991) y de obtención de los datos normativos con una amplia muestra de estudiantes valencianos (Balaguer, Fuentes, Meliá, García-Merita y Pérez, 1993). No obstante, los estudios acerca de la equivalencia entre la versión original en inglés y su traducción al castellano son escasos.

Atendiendo a las dificultades inherentes al uso de pruebas de evaluación en contextos socio-culturales diferentes del que han sido editadas originalmente, hemos querido profundizar en este proceso de adaptación del POMS al castellano. En base al Manual del POMS y a los estudios previos realizados con la escala en nuestro país, se ha llevado a cabo la traducción y una primera aplicación del cuestionario. Este trabajo expone los resultados más relevantes de esta primera aplicación.

## Método

### Sujetos

La muestra estaba formada por 374 sujetos que cursaban estudios de Psicología y que participaron en la prueba de forma voluntaria. Cincuenta y nueve de ellos eran hombres y 315 mujeres, de edades comprendidas entre 18 y 37 años ( $\bar{X}$ = 20.302;  $S_x$ = 3.078).

### Material

#### Traducción del cuestionario

Se ha realizado un proceso de doble traducción, consistente en: (1) traducir cada ítem del inglés al castellano, (2) traducir cada ítem, de nuevo, del castellano al inglés. Los pasos 1 y 2 se repitieron tantas veces como fue necesario hasta comprobar que ambas versiones (en castellano e inglés) coincidían. En esta tarea colaboraron profesores nativos de lengua inglesa, y para la selección definitiva de los adjetivos se han tomado como referencia, tanto las traducciones existentes en nuestro país (Pérez y Marí, 1991), como la definición ofrecida por el Manual del POMS (McNair, Lorr y Droppleman, 1971) para cada uno de los estados de ánimo que se pretendían evaluar. Su descripción, junto con el número de ítems y el enunciado de los mismos, es la siguiente:

**Tensión.** Se define por adjetivos que reflejan incrementos en la tensión músculo esquelética. Son 9 los ítems que lo componen: *Tenso*, *Con los nervios de punta* (indicadores de tensión somática que puede no ser observable directamente), *Agitado*, *Inquieto* (manifestaciones psicomotoras observables), *Intranquilo*, *Ansioso* (que reflejan estados de ansiedad difusa), *Descontrolado*, *Nervioso* y *Relajado*.

**Depresión.** Constituye un estado depresivo, acompañado de un sentimiento de inadecuación personal. Está formado por 15 ítems: *Desmerecedor* (indica sentimientos de poca valía), *Desesperanza*, *Desesperado* (futilidad en la lucha por ajustarse), *Melancólico*, *Solo*, *Desdichado*, *Desvalido* (sentimiento de aislamiento emocional de los demás), *Triste*, *Infeliz* (tristeza), *Culpable*, *Arrepentido por cosas hechas* (culpabilidad), *Desanimado*, *Abatido*, *Inútil* y *Aterrorizado*.

**Cólera.** Representa un sentimiento de ira y antipatía hacia los demás. Los ítems que lo integran son 12: *Enfadado*, *Furioso* (describen sentimientos de cólera intensa y evidente), *Dispuesto a luchar*, *Irritable*, *Molesto* (sensaciones leves de hostilidad), *Rencoroso*, *Resentido*, *Engañado*, *Amargado* (componentes más hoscos y suspicaces de hostilidad), *Malhumorado*, *Furioso* y *De mal genio*.

**Vigor.** Está compuesto por 8 adjetivos que sugieren un estado de ánimo de vigorosidad, euforia y energía elevada: *Animado*, *Activo*, *Enérgico*, *Alegre*, *Alerta*, *Lleno de energía*, *Despreocupado* y *Vigoroso*.

**Fatiga.** Corresponde a un estado de abatimiento (desgaste), inercia y bajo nivel de energía. A él se refieren los siguientes 7 ítems: *Rendido*, *Desatento*, *Fatigado*, *Exhausto*, *Perezoso*, *Cansado* y *Agotado*.

**Confusión.** Se caracteriza por desorientación y multiplicidad de pensamiento. Existen dudas acerca de si este factor representa un rasgo de ineficacia cognitiva, un estado de ánimo o ambos. Los enunciados elegidos para evaluarlo son 7: *Confundido*, *Incapaz de centrarme*, *Aturdido*, *Desorientado*, *Eficiente*, *Olvidadizo* e *Inseguro*.

Debido al procedimiento de traducción empleado, algunos de los adjetivos elegidos coinciden con la versión existente en castellano (Pérez y Marí, 1991), mientras que otros han sido sustituidos por palabras que supuestamente reproducen, con mayor acierto, su significado original.

Por último, se han incluido también los ítems que definen el estado denominado genéricamente Amistad. A pesar de que, según los propios autores, no ha aparecido como una dimensión independiente de forma consistente, Norcross, Guadagnoli y Prochaska (1984) constataron la emergencia de este factor en dos repeticiones parciales llevadas a cabo con el cuestionario. Puesto que el ámbito del deporte es su aplicación más reciente, nos ha parecido de interés comprobar la replicabilidad de este factor, considerado como un aspecto relevante, sobre todo vinculado a deportes clasificados como de colaboración o de oposición y colaboración (Riera, 1997). Amistad se refiere a un estado de ánimo positivo, de buena disposición hacia los demás. Viene definido por 7 adjetivos: *Amistoso*, *Sensato*, *Considerado*, *Comprensivo*, *Servicial*, *Afable* y *Confiado*.

Los 65 ítems del cuestionario fueron valorados mediante un formato tipo Likert, con 5 niveles de respuesta, desde 0 (nada) hasta 4 (muchísimo). Los sujetos debían contestar siguiendo la instrucción estándar *cómo te has sentido durante la última semana, incluyendo el día de hoy*.

Para obtener la puntuación en cada factor se suman las respuestas a los ítems que lo componen. Todos los ítems tenían la misma dirección, excepto dos: *relajado* (Tensión) y *eficiente* (Confusión).

### Procedimiento

La prueba fue realizada en grupo. A pesar de que el cuestionario es prácticamente auto-administrable, se planificó su presentación, de modo que todos los sujetos recibieron las mismas instrucciones. También se les ofreció la posibilidad de preguntar en caso de que no entendieran algún ítem.

### Resultados

El primer dato obtenido acerca del funcionamiento de los ítems fue la dificultad manifestada por los sujetos para comprender el significado de las palabras *afable* (Amistad) y *desmerecedor* (Depresión). En el primer caso se les informó que se trataba de *buena disposición hacia los demás* y en cuanto al ítem *desmerecedor*, que indicaba *la percepción de uno mismo como poco válido*. En ningún momento se hizo referencia a otro enunciado del cuestionario para su definición, a fin de evitar un posible sesgo en las respuestas de los sujetos (McNair, Lorr y Droppleman, 1971, p. 6).

Para el análisis estadístico de los datos se utilizó el paquete estadístico SPSS para Windows. En primer lugar se realizó el análisis de ítems y el análisis de fiabilidad, manteniendo la estructura factorial original de la escala (McNair, Lorr y Droppleman, 1971). Se analizaron las correlaciones ítem-factor, así como la fiabilidad en caso de que el ítem fuese eliminado. El coeficiente de fiabilidad utilizado fue el Alpha de Cronbach. Algunos ítems no mostraron los resultados esperados. Estos ítems fueron: *relajado* (Tensión), *dispuesto a luchar* (Cólera), *alerta* (Vigor), *despreocupado* (Vigor), *desatento* (Fatiga), *perezoso* (Fatiga), *eficiente* (Confusión), *olvidadizo* (Confusión) y *servicial* (Amistad), que contribuían a disminuir la consistencia interna del factor al que por definición pertenecían. Los ítems *dispuesto a luchar* y *despreocupado* presentaban además una correlación no-significativa y negativa con su factor.



A continuación, para conocer la estructura factorial resultante en nuestra muestra, se realizó un Análisis Factorial Exploratorio, por el método de extracción de componentes principales y rotación ortogonal. Se extrajeron 7 factores, que explicaban un 57% de la varianza. Estos factores coincidían básicamente con los predichos para el cuestionario, aunque fueron extraídos en distinto orden y algunos de los ítems aparecían en factores diferentes al que teóricamente les correspondía.

En la Tabla 1 se muestran los valores de consistencia interna de cada factor obtenido, así como la carga factorial de cada ítem y el coeficiente Alpha en los casos en que éste aumentaría si el ítem fuese eliminado. Se resaltan con negrita y cursiva aquellos ítems que aparecen en un factor diferente al que representaban en la escala original. El coeficiente Alpha para el total de la escala fue de 0.92.

Guiados por nuestro conocimiento del cuestionario y siguiendo los trabajos de los propios autores del POMS (McNair, Lorr y Droppleman, 1971), se han analizado las relaciones entre los factores obtenidos. Los resultados aparecen en la Tabla 2.

De los datos recogidos en dicha tabla conviene resaltar lo siguiente:

- las correlaciones han sido, en general, significativas; excepto la correlación del factor Vigor con el factor Tensión y con el factor Cólera.
- Los factores Vigor y Amistad se relacionan de forma significativa y directa. Ambos muestran, en cambio, correlaciones negativas con el resto de los factores, debido a que son los únicos estados de ánimo positivos evaluados con el cuestionario.

#### Conclusiones

Los resultados demuestran que, en el proceso de adaptación de un cuestionario a otro idioma, la mera traducción de los ítems resulta insuficiente para que estos conserven su significado original (Voss, Stem, Johnson y Arce, 1995). Aunque la traducción se ha llevado a cabo con rigor, se han obtenido pruebas que revelan la existencia de interpretaciones diferentes de las esperadas para algunos de los adjetivos del cuestionario.

En primer lugar, las palabras *afable* y *desmerecedor* no parecen sustitutos acertados de las expresiones inglesas *good natured* y *unworthy*. Posiblemente las dificultades de comprensión manifestadas por los sujetos en torno a estos vocablos se deben a que son poco habituales en nuestro idioma. En cuanto a los ítems que aparecen como indicadores de un estado diferente al que representaban en la escala original, tenemos que reconocer nuestra preocupación, a priori, por algunas de las traducciones empleadas. Tal ha

sido el caso de *dispuesto a luchar* (como expresión del estado de Cólera) o *despreocupado* (como elemento de Vigor). Los análisis realizados muestran efectivamente que *dispuesto a luchar* parece haber sido entendido por los sujetos como sinónimo de Vigor. Posiblemente el sentido que esta frase recibe en nuestro idioma está relacionado con seguridad en uno mismo y decisión, y rara vez adquiere el significado de antipatía y de reacción hostil hacia los demás, acepción proporcionada por el Manual del POMS para el estado de Cólera. En cuanto al ítem *despreocupado*, no ha resultado satisfactorio como alternativa a la palabra inglesa *carefree*. Pensamos que los españoles perciben el hecho de sentirse despreocupado como una característica de descuido o abandono, independiente en cierto modo de la situación, más que una sensación puntual de falta o escasez de preocupaciones.

A partir de la composición factorial obtenida se pueden extraer además otras conclusiones, que señalamos a continuación.

Intentamos elaborar un instrumento para la medida de determinados estados de ánimo, lo cual permite suponer una mayor relación e incluso solapamiento entre los aspectos evaluados. Se ha empleado el procedimiento de rotación ortogonal para facilitar la interpretación de la estructura subyacente a las respuestas de los sujetos. Esta decisión obedece únicamente a una estrategia de posicionamiento de los ítems, pero no garantiza la independencia de las dimensiones o factores. Las correlaciones entre factores son elevadas (Tabla 2). Ello reproduce los resultados de McNair, Lorr y Droppleman (1971), tanto para la población clínica como para la población general. Aunque estos autores afirmaban que la población no-clínica es capaz de establecer diferencias más claras entre los distintos estados de ánimo, reconocieron que el solapamiento era importante en ambos casos.

En nuestro estudio, observamos que el primer factor obtenido engloba sensaciones propias del estado de Depresión, así como sensaciones atribuidas al estado de Confusión y los aspectos más sutiles del estado de Cólera.

El factor Confusión se presenta como el más difícil de replicar. Solamente dos de los ítems empleados para evaluarlo obtienen una puntuación acorde con las predicciones. Este factor muestra su correlación más elevada con la escala de Depresión. Resultados similares fueron obtenidos por Norcross, Guadagnoli y Prochaska (1984), en dos repeticiones parciales llevadas a cabo con el cuestionario en inglés, y por Wald y Mellenbergh (1990), que analizaron la estructura factorial de la escala con datos procedentes de una amplia muestra de la población médica holandesa.

Sí se ha obtenido, en cambio, el factor Amistad, de nuevo en la misma línea de los estudios de Norcross, Guadagnoli y Prochaska (1984).

Por otra parte, Vigor y Amistad muestran correlaciones negativas con el resto de los factores, dado que ambos constituyen los únicos estados de ánimo positivos evaluados por el cuestionario.

Finalmente, los resultados anteriores nos llevan a plantear la reformulación de algunos ítems del cuestionario, atendiendo a criterios tanto estadísticos como semánticos. No descartamos la eliminación de algunos de los enunciados, dado que puede ser difícil encontrar una alternativa aceptable en su traducción. En la literatura sobre el POMS encontramos referentes, como los trabajos antes mencionados de Grove y Prapavessis (1992), o los estudios de tipo psicométrico de Norcross, Guadagnoli y Prochaska (1984), Reddon, Marceau y Holden (1985), Eichman (1978), Watson y Clark (1997), entre otros, que han apoyado la elaboración de versiones más simples del cuestionario.

Tabla 2  
Correlaciones entre los factores obtenidos

Factor	Depresión	Tensión	Cólera	Vigor	Fatiga	Amistad	Confusión
Depresión	1.00						
Tensión	0.61	1.00					
Cólera	0.61	0.55	1.00				
Vigor	-0.28	0.03*	-0.02*	1.00			
Fatiga	0.45	0.54	0.32	-0.13	1.00		
Amistad	-0.32	-0.23	-0.32	0.53	-0.17	1.00	
Confusión	0.50	0.27	0.27	-0.30	0.29	-0.21	1.00

\* Correlación no-significativa ( $p > .05$ ).

## Referencias

- Balaguer, I., Fuentes, I., Meliá, J.L., García-Merita, M.L., y Pérez, G. (1993). El Perfil de los Estados de Ánimo (POMS): Baremo para estudiantes valencianos y su aplicación en el contexto deportivo. *Revista de Psicología del Deporte*, 4, 39-52.
- Eichman, W.J. (1978). Review of the Profile of Mood States. En O.K. Buros (Ed.), *Eight mental measurements yearbook* (Vol. 1, pp. 1016-1018). Highland Park, NJ: Gryphon Press.
- Grove, J.R., y Prapavessis, H. (1992). Preliminary evidence for the reliability and validity of an abbreviated Profile of Mood States. *International Journal of Sport Psychology*, 23, 93-109.
- McDonald, D.G., y Hodgdon, J.A. (1991). *Psychological effects of aerobic fitness training. Research and Theory*. Nueva York: Springer-Verlag.
- McNair, D.M., Lorr, M., y Droppleman, L.F. (1971). *Profile of Mood States Manual*. San Diego, CA: Educational and Industrial Testing Services.
- Morgan, W.P. (1980). Test of champions. *Psychology Today*, Julio, 92-99.
- Morgan, W.P., Brown, D.R., Raglin, J.S., O'Connor, P.J., y Ellickson, K.A. (1987). Psychological monitoring of overtraining and staleness. *British Journal of Sports Medicine*, 21, 107-114. Traducción: A.R. Moliner y C. Moliner (1991). Seguimiento psicológico del sobreentrenamiento y fatiga. *Revista de Entrenamiento Deportivo*, V, 1, 7-16.
- Norcross, J.C., Guadagnoli, E., y Prochaska, J.O. (1984). Factor structure of the Profile of Mood States (POMS): Two partial replications. *Journal of Clinical Psychology*, 40, 1.270-1.277.
- Pérez, G., y Marí, J. (1991). *Protocolo de la Prueba POMS*. Sant Cugat del Vallés, Barcelona: Centro de Alto Rendimiento (Unidad de Investigación, Área de Ciencias del Deporte).
- Reddon, J., Marceau, R., y Holden, R. (1985). A confirmatory evaluation of the Profile of Mood States: Convergent and discriminant item validity. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 7, 243-259.
- Riera, J. (1997). Acerca del deporte y del deportista. *Revista de Psicología del Deporte*, 11, 127-136.
- Schacham, S. (1983). A shortened version of the Profile of Mood States. *Journal of Personality Assessment*, 47, 3, 305-306.
- Suay, F., Ricarte, J. y Salvador, A. (1998). Indicadores psicológicos de sobreentrenamiento y agotamiento. *Revista de Psicología del Deporte*, 13, 7-25.
- Voss, K.E., Stem, D.E., Johnson, L.W., y Arce, C. (1995). An exploration of the comparability of semantic adjectives in three Languages: A magnitude estimation approach. *International Marketing Review*, 13 (5), 44-58.
- Wald, F.D.M., y Mellenbergh, G.J. (1990). De verkorte versie van de Nederlandse vertaling van de Profile of Mood States (POMS). *Nederlands Tijdschrift voor de Psychologie*, 45, 86-90.
- Watson, D. y Clark, L.A. (1997). Measurement and mismeasurement of mood: Recurrent and emergent issues. *Journal of Personality Assessment*, 68, 267-296.