



Original

Validación de contenido del *Time Management Behavior Questionnaire* en estudiantes universitarios de La Habana

Content Validation of the Time Management Behavior Questionnaire for University Students in Havana

Yanelys Soto Plutín¹ 

Mirian Felicia González Llanesa² 

Damian Valdés Santiago³  

Recibido: 07/04/2023

Aceptado: 10/07/2023

¹Hospital “Dr. Miguel Enríquez”. La Habana, Cuba

²Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Miguel Enríquez”, La Habana, Cuba

³Facultad de Matemática y Computación, Universidad de La Habana, La Habana, Cuba

Resumen

Introducción: Desarrollar estrategias para la gestión del tiempo permite el manejo del estrés y la mejora del rendimiento académico. El *Time Management Behavior Questionnaire* (TMBQ) evalúa las conductas vinculadas a la gestión del tiempo y no ha sido adaptado para el contexto cubano.

Objetivo: Validar el *Time Management Behavior Questionnaire* en contenido mediante adaptación lingüística y cultural en estudiantes universitarios habaneros.

Método: Se utilizó el método de la preferencia con expertos para evaluar atributos de claridad, relevancia, coherencia y suficiencia de los ítems y las dimensiones. Se usó el coeficiente de validez de

contenido (CVC) para evaluar el nivel de consenso. Se recogieron observaciones para mejorar la comprensión del test. En el pilotaje se comprobó la fiabilidad mediante el coeficiente α de *Cronbach*. Se obtuvieron criterios de los participantes con una entrevista estructurada.

Resultados: Participaron once expertos y se obtuvieron adecuados valores promedio del CVC para la suficiencia (0,98 y 0,96) para el resto de los atributos. Se modificó el 78% de los ítems. En el pilotaje participaron 36 estudiantes universitarios y se reportó una α de *Cronbach* global de 0,675, que evidenció la homogeneidad del test. Esto no ocurrió en todas las dimensiones: establecimiento de objetivos y prioridades ($\alpha = 0,556$), herramientas para la gestión del tiempo ($\alpha = 0,647$), preferencias por la desorganización ($\alpha = 0,420$) y percepción de control sobre el tiempo ($\alpha = 0,260$).

Conclusiones: El *Time Management Behavior Questionnaire* adaptado cumple atributos métricos de fiabilidad y validez de contenido en estudiantes universitarios. Se recomienda su validación en el contexto cubano con una muestra más amplia.

Palabras clave: gestión del tiempo, estudiantes universitarios, validez de contenido

Abstract

Introduction: Developing time management strategies allows university students to manage stress, and improve academic performance. The Time Management Behavior Questionnaire (TMBQ) assesses time management behaviors and has not been adapted for the Cuban context.

Objective: Validate the content of the TMBQ linguistically and culturally for university students in Havana.

Method: The expert preference method was used to assess clarity, relevance, coherence and sufficiency of the items and dimensions. The content validity coefficient (CVC) was used to evaluate consensus. Observations were collected to improve the understanding of the test. In the piloting, reliability was verified using Cronbach's α coefficient. The participants' criteria were obtained through a structured interview.

Results: Eleven experts participated, and adequate average CVC values were obtained, for sufficiency (0.98), and for the rest of the attributes (0.96). Seventy-eight percent of the items were modified. Thirty-six university students participated in the piloting, and an overall Cronbach's α of 0.675 was reported, which evidenced the homogeneity of the test. This did not occur in all dimensions: Goal and priority setting ($\alpha = 0.556$); time management tools ($\alpha = 0.647$); preferences for disorganization ($\alpha = 0.420$), and perceived control over time ($\alpha = 0.260$).

Conclusions: The adapted TMBQ meets metric attributes of reliability and content validity in university students. Its validation in the Cuban context with a larger sample is recommended.

Keywords: time management, university students, content validity

Introducción

Este material es publicado según los términos de la Licencia Creative Commons Atribución–NoComercial 4.0. Se permite el uso, distribución y reproducción no comerciales y sin restricciones en cualquier medio, siempre que sea debidamente citada la fuente primaria de publicación.



La gestión del tiempo académico de los estudiantes universitarios es “un proceso dirigido al establecimiento y consecución de objetivos académicos claros, teniendo en cuenta el tiempo disponible y la verificación de su uso”, según lo planteado por García y Pérez.⁽¹⁾

Los estudiantes universitarios se enfrentan cada día a mayores desafíos, por lo que, gestionar adecuadamente el tiempo, ayudaría a solventar con mayor facilidad los obstáculos, y dedicar el espacio necesario a cada una de las tareas para el logro de metas u objetivos establecidos. Los psicólogos tienen el deber de suministrar herramientas que faciliten el proceso de enseñanza o de apropiación de conocimientos, para modificar determinadas conductas que puedan ser perjudiciales y que dificulten la realización de metas u objetivos.

En los últimos años se han realizado varias investigaciones en Europa y América Latina que han medido la relación entre la gestión del tiempo, el rendimiento académico, la motivación, la autorregulación académica, hábitos de estudio, estilos de afrontamiento y el estrés, entre otras.⁽²⁻⁶⁾

En Cuba este tema no ha pasado desapercibido y las investigaciones tienen como centro la organización temporal relacionada con el estrés y el acompañamiento psicosocial que se impuso durante los períodos de aislamiento por la pandemia de SARS-CoV-2.⁽⁷⁻⁹⁾

En la revisión sistemática realizada por Morillo⁽¹⁰⁾ la autora expone que “una adecuada y eficaz gestión del tiempo repercute de manera positiva en el ámbito académico del alumnado, reflejado en su rendimiento y éxito académico. Además en el ámbito personal, manifestado tanto en el grado de autoeficacia como en el grado de estrés y ansiedad que presentan, todo ello se proyecta en su nivel de bienestar personal”.

Se destacan, tres instrumentos, por su uso en contextos universitarios para medir la gestión del tiempo: *Time Structure Questionnaire* (TSQ), *Time Management Behavior Questionnaire* (TMBQ) y *Time Management Questionnaire* (TMQ).^(1,6,11)

El TMBQ fue adaptado en España en 2011 por García y Pérez en estudiantes de primer año de la universidad de Valencia.⁽¹⁾ En Latinoamérica se validó en Venezuela, Colombia y México en estudiantes de diferentes enseñanzas.^(4,6,12) Ha demostrado ser comprensible y fácil de responder en los contextos donde ha sido aplicada.⁽¹¹⁾

El TMBQ que se adaptará es un cuestionario autoadministrado que integra 34 ítems relacionados con la forma en que los estudiantes gestionan su tiempo de aprendizaje y estudio. Las respuestas de los sujetos indican el grado en que los ítems describen su forma habitual de gestionar su tiempo, utilizando una escala tipo *Likert* de cinco puntos, donde uno corresponde a “nunca” y cinco a “siempre”. La escala evalúa cuatro dimensiones complementarias: establecimiento de objetivos y prioridades, herramientas de gestión del tiempo, preferencias por la desorganización y percepción del control en el tiempo.⁽¹⁾

No se tienen referencias en la literatura sobre la adaptación y validación del TMBQ en Cuba. A partir de la utilidad que supondría la utilización de este instrumento en diferentes sectores de la población, fundamentalmente en los estudiantes universitarios, surgió la presente investigación que tiene como objetivo validar el TMBQ en contenido, mediante la adaptación lingüística y cultural en estudiantes universitarios habaneros.

Método

Se realizó una investigación de desarrollo tecnológico para lo cual se adaptó lingüística y culturalmente el TMBQ en estudiantes universitarios, previa autorización de los autores del instrumento original, a los cuales se contactó vía correo electrónico. El estudio es descriptivo, no experimental y con un diseño transversal. El abordaje es mixto pues se pretende el análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta.⁽¹³⁾

El proceso de adaptación del cuestionario estuvo constituido por el criterio de expertos y el estudio piloto.

En el criterio de expertos la muestra fue intencional y no probabilística. Como universo se consideran todos los expertos cubanos con experiencia en el tema y con conocimiento de la lengua española. Se utilizó el método conocido como “bola de nieve” para reclutar a los expertos (unidad de análisis) a partir de una lista inicial de autores con experiencia en el tema, según la revisión de la literatura. Para ello se tuvo en cuenta el cumplimiento de los siguientes criterios de inclusión:

- para los expertos psicólogos se consideró su disposición a participar en la investigación y más de cinco años de experiencia.
- Por su parte, en el grupo de expertos lingüistas se consideró ser licenciado en Letras o en Español-Literatura y más de un año de experiencia.

Participaron ocho expertos, de los cuales tres son doctores en Ciencias Psicológicas, cuatro másteres en Psicología Educativa, en Dirección, en Psicología de la Salud y en Investigación en Educación y un especialista en Psicología de la Salud, con más de 10 de experiencia, con un promedio de 29,1 (DE = 13,6). La muestra estuvo conformada por tres jubilados, un psicólogo clínico, una coordinadora del Programa de Doctorado y tres profesores, de diversas instituciones como la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana, la Universidad Central de Las Villas “Marta Abreu”, la Universidad Internacional de Valencia, La Universidad Internacional Iberoamericana (UNINI-México), el Policlínico Universitario “Wilfredo Santana Rivas” y el Centro de Salud Mental de Regla. Por otra parte, la muestra de lingüistas estuvo conformada por tres licenciadas en Letras con un promedio de 15 años de experiencia (DE = 21,1). Dos lingüistas pertenecen al Instituto de Literatura y Lingüística y la otra a la Facultad de Artes y Letras de la Universidad de La Habana y se desempeñan como adiestrada, profesora y directora, respectivamente.

Para el cumplimiento del criterio de expertos se tuvieron en cuenta los siguientes conceptos:

- **Validez:** grado en que un instrumento en verdad mide la variable que se busca medir. Se logra cuando se demuestra que el instrumento refleja el concepto abstracto a través de sus indicadores empíricos.⁽¹³⁾
- **Validez de contenido:** grado en que un instrumento refleja un dominio específico de contenido de la variable que se mide.⁽¹³⁾
- **Validez de expertos:** se refiere al grado en que un instrumento realmente mide la variable de interés, de acuerdo con expertos en el tema.⁽¹³⁾
- **Fiabilidad:** grado en que un instrumento produce resultados consistentes y coherentes en la muestra o casos.⁽¹³⁾

La tabla 1 muestra la operacionalización de los atributos para la adaptación lingüística y cultural del test puesto a consideración de los expertos.

Tabla 1. Variables utilizadas en la adaptación lingüística y cultural para criterio de expertos

Atributos	Escala de medición del atributo	Definición operacional de la escala
SUFICIENCIA Los ítems que pertenecen a una misma dimensión bastan para obtener la medición de ésta.	1. Muy bajo	1. Los ítems no son suficientes para medir la dimensión.
	2. Bajo	2. Los ítems miden algún aspecto de la dimensión, pero no corresponden con la dimensión total.
	3. Moderado	3. Se deben incrementar algunos ítems para poder evaluar la dimensión completamente.
	4. Alto	4. Los ítems son suficientes.
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintaxis y semántica son adecuadas.	1. Muy bajo	1. El ítem no es claro.
	2. Bajo	2. El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas.
	3. Moderado	3. Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto	4. El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. Muy bajo	1. El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Bajo	2. El ítem tiene una relación tangencial con la dimensión.
	3. Moderado	3. El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que está midiendo.
	4. Alto	4. El ítem se encuentra completamente relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir, debe ser incluido.	1. Muy bajo	1. El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo	2. El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado	3. El ítem es relativamente importante.
	4. Alto	4. El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Fuente: elaboración propia



En la Tabla 2 se muestran las variables utilizadas en la evaluación de la fiabilidad y la validez de contenido.

Tabla 2. Variables utilizadas en la fiabilidad y la validez de contenido

Variable	Definición de la variable	Escala de clasificación	Definición operacional de la escala
Consistencia Interna	Grado de interrelación y coherencia de los ítems. Evalúa que los ítems de un mismo constructo presentan homogeneidad entre ellos.	Adecuada	Se consideró adecuada si α de Cronbach $\geq 0,6$
		No adecuada	Se consideró inadecuada en caso contrario
Validez de contenido	Grado en que el instrumento contempla los ítems suficientes y relevantes para la medición del constructo	Adecuada	Se consideró adecuada si $CVC \geq 0,7$ en cada uno de los atributos evaluados: claridad, suficiencia, coherencia y relevancia.
		No adecuada	Se consideró inadecuada en caso contrario.

Fuente: elaboración propia

Para evaluar el nivel de consenso de los jueces se utilizó el método de preferencia respecto a los atributos de claridad, coherencia y relevancia de los ítems, así como la suficiencia de las dimensiones.⁽¹⁴⁾ Este método propone la utilización de dos planillas las cuales deben ser llenadas por los expertos, una para recoger los datos personales y profesionales de los expertos y en la otra aparecen los ítems del cuestionario así como las dimensiones a las que pertenecen y los atributos para evaluar los ítems y sus dimensiones. La información se recogió con un formulario en versión digital lo que facilitó el intercambio con los expertos. Desde el punto de vista cuantitativo se computó el coeficiente de validez de contenido (CVC) para obtener el nivel de consenso de los expertos por atributo.⁽¹⁵⁾ Además, se recolectaron observaciones de los jueces para mejorar la redacción de los ítems, que fueron procesados mediante análisis de contenido.⁽¹³⁾

Durante la etapa de pilotaje se realizó una evaluación de las propiedades métricas de la versión que quedó conformada a partir del criterio de expertos. La muestra fue intencional y no probabilística. Se aplicó el cuestionario TMBQ versión cubana a estudiantes de la Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Miguel Enríquez”. Los criterios de inclusión tenidos en cuenta fueron que los estudiantes manifestaran su disposición a participar y se decidió excluir a aquellos que fueran extranjeros. A los participantes se les explicó el objetivo de la investigación y se les aclaró que la información recogida solo se utilizaría con fines investigativos y se garantizó confidencialidad y respeto. El instrumento fue rellenado por los participantes a papel y lápiz, de forma autoadministrada. Conjuntamente con los ítems del TMBQ se agregaron varias preguntas para recoger información cualitativa sobre el mismo (si lo consideraban largo, si había ítems que se repitieran o fueran confusos, o si consideraron alguna pregunta ofensiva), que fueron procesadas mediante análisis de contenido.⁽¹⁵⁾ Se midió además el tiempo de inicio de la aplicación y en

Este material es publicado según los términos de la Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0. Se permite el uso, distribución y reproducción no comerciales y sin restricciones en cualquier medio, siempre que sea debidamente citada la fuente primaria de publicación.



la medida que cada participante entregó el instrumento, se señalaba la hora de finalizada para valorar si marcaron las preguntas de forma aleatoria sin realizar un análisis de las mismas. Se calculó la fiabilidad del test mediante el coeficiente α de Cronbach y se utilizó la estadística descriptiva para caracterizar la muestra. El procesamiento estadístico de la información fue realizado en el software jamovi.⁽¹⁶⁾

En el estudio piloto participaron 36 estudiantes de tercer año de la Carrera de Medicina de la Facultad de Ciencias Médicas “Miguel Enríquez”. Este grupo se seleccionó aleatoriamente de los 80 estudiantes de tercer año de dicha facultad. Se siguió el criterio de contar más de 30 participantes para realizar un estudio piloto.^(13,17) En la muestra hubo un predominio del sexo femenino (26, 72,2%). La media de edad de los estudiantes fue de 20,6 (DE = 0,72). Respecto al estado conyugal participaron 23 (63,9%) solteros, 10 (27,8%) acompañados y 3 (8,3%) casados. Por su parte 34 (94,4%) estudiantes no cuentan con niños a su cuidado y 30 (83,3 %) tampoco cuentan con adultos mayores (+65 años) a su cuidado. De los estudiantes encuestados, 27 (75,0 %) no realizan trabajo remunerado.

La investigación contó con la aprobación del Comité Académico de la Maestría de Evaluación Psicológica y Social de la Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Miguel Enríquez”. Se tuvieron en cuenta todos los requerimientos establecidos en la Declaración de Helsinki del 2013.⁽¹⁷⁾

Resultados

A continuación, se describen y discuten los resultados obtenidos durante la adaptación lingüístico-cultural y el estudio piloto realizado con la versión cubana del TMBQ.

En la Tabla 3 se exponen los resultados del CVC, todos los ítems sobrepasan el punto de corte que se considera adecuado (0,70). Los CVC globales por suficiencia (0,98), claridad (0,96), relevancia (0,96) y coherencia (0,96) tomaron valores adecuados, lo que evidencia que el TMBQ versión cubana es válido en tanto contenido. En la literatura revisada no se encontraron trabajos que reportaran el CVC como indicador de la validación de contenido del cuestionario TMBQ por lo que no es posible la comparación de este coeficiente con trabajos anteriores.

Tabla 3. Valores de los coeficientes de validez de contenido de cada atributo por ítem y dimensiones

Dimensiones	Ítems	Atributos a evaluar			
		Suficiencia	Claridad	Relevancia	Coherencia
1. Establecimiento de objetivos y prioridades	D1.1	0,97	0,87	0,91	0,97
	D1.5		0,97	1,00	0,97
	D1.6		1,00	1,00	0,91
	D1.7		0,94	1,00	0,97
	D1.9		0,97	1,00	0,97
	D1.13		0,97	0,97	0,97

Este material es publicado según los términos de la Licencia Creative Commons Atribución–NoComercial 4.0. Se permite el uso, distribución y reproducción no comerciales y sin restricciones en cualquier medio, siempre que sea debidamente citada la fuente primaria de publicación.



	D1.17		0,81	0,94	0,97
	D1.21		1,00	0,97	0,97
	D1.27		1,00	0,97	0,97
	D1.31		1,00	1,00	0,97
	D1.32		1,00	0,91	0,84
	D1.34		0,97	0,91	0,81
CVC _{Dimensión 1}			0,958	0,965	0,941
2. Herramientas para la gestión del tiempo	D2.3	0,97	1,00	0,97	1,00
	D2.11		0,91	0,84	0,84
	D2.14		1,00	0,94	0,94
	D2.18		1,00	0,97	1,00
	D2.22		0,94	0,84	0,97
	D2.24		1,00	0,97	0,97
	D2.25		1,00	0,97	1,00
	D2.28		0,78	0,87	0,87
	D2.33		0,94	0,97	0,91
CVC _{Dimensión 2}			0,952	0,927	0,944
3. Preferencias por la desorganización	D3.8	0,97	0,97	1,00	1,00
	D3.12		1,00	1,00	1,00
	D3.23		1,00	1,00	1,00
	D3.26		0,94	0,97	0,94
	D3.30		0,94	0,97	0,94
CVC _{Dimensión 3}			0,970	0,988	0,976
4. Percepción de control sobre el tiempo	D4.2	1,00	0,97	0,94	0,97
	D4.4		0,91	0,97	0,94
	D4.10		1,00	1,00	1,00
	D4.15		1,00	0,97	1,00
	D4.16		1,00	1,00	1,00
	D4.19		1,00	0,97	1,00
	D4.20		1,00	1,00	1,00
	D4.29		1,00	0,97	1,00
CVC _{Dimensión 4}			0,985	0,978	0,989
CVC TMBQ			0,98	0,96	0,96

Fuente: elaboración propia

La principal observación de los lingüistas al test fue a la estructura gramatical de los ítems, o sea, que los ítems estuvieran redactados con la misma estructura (sujeto, forma verbal, predicado). En el caso específico de los complementos separarlos por orden de prioridad, a partir del elemento más importante para el predicado y jerarquizarlo. En el caso de utilizar adverbios (si, no, también) si estos modificaban el sentido de los ítems lo mejor fue colocarlos antes de la forma verbal para mantener una regularidad en los ítems que facilitara la comprensión de los encuestados.

La mayoría de los expertos psicólogos señaló que el vocablo trabajo fuera sustituido por estudio teniendo en cuenta que la muestra estuvo conformada por estudiantes. En el anexo se muestran las modificaciones realizadas a los ítems (subrayadas), basadas en las observaciones dadas por los expertos. Así mismo las palabras (en negritas) fueron eliminadas.

En el estudio piloto realizado al test, la media del tiempo de respuesta del instrumento fue de 9,95 (DE = 2,97), con un valor mínimo de 5,48 y un máximo de 17,5. El promedio de la puntuación total fue de 99,89 (DE = 14,35), con valor mínimo de 73 y máximo de 136.

Posteriormente a la aplicación del instrumento se analizaron las preguntas elaboradas para recoger la información cualitativa del cuestionario aplicado. Ningún estudiante emitió criterio sobre la comprensión de los ítems o si alguno resultaba ofensivo. El 55,6% (20 personas) consideraron que el cuestionario es largo y el 69,4% (25 estudiantes) mencionaron que no había ítems que preguntaran lo mismo.

El análisis de fiabilidad reportó un valor del α de Cronbach = 0,675, considerado como adecuado.⁽¹⁸⁾ Esto no ocurrió en todas las dimensiones: α de Cronbach de establecimiento de objetivos y prioridades = 0,556, α de Cronbach de herramientas para la gestión del tiempo = 0,647, α de Cronbach de preferencias por la desorganización = 0,420 y α de Cronbach de percepción de control sobre el tiempo = 0,260.

El análisis de la eliminación de ítems evidenció que hay algunos ítems que de ser eliminados aumentarían el alfa del cuestionario, sin embargo, solo se decidió fusionar el ítem 22 con el tres, al asumir los criterios dados por los expertos y el pilotaje.

Discusión

En países como Venezuela y Colombia se han realizado estudios para validar el TMBQ en estudiantes universitarios. Dichas investigaciones utilizaron la traducción al español del TMBQ realizada por García y Pérez en la Universidad de Valencia, España en el 2012 con 462 estudiantes de nuevo ingreso a la carrera de Psicología y al programa de Formación del profesorado.⁽¹⁾

Las investigaciones mencionadas refieren que el cuestionario fue sometido a expertos para evaluar la claridad y redacción de los ítems pero no hacen alusión de haber utilizado algún tipo de método para recoger y procesar el criterio de los expertos. Tampoco se indica si se realizó estudio piloto, a excepción del estudio realizado en Colombia, esto podría constituir una limitante para estas investigaciones, ya que este sería un procedimiento estándar cuando se propone adaptar y validar un cuestionario a determinada población con el objetivo de recolectar datos sobre el constructo que se desea medir.

García y Pérez refieren que la versión original del TMBQ fue traducida al español por dos traductores que compararon sus respectivas versiones hasta acordar la traducción que consideraron más adecuada. La versión preliminar fue presentada para su análisis y discusión a un grupo de cinco profesores universitarios y dos psicólogos escolares. Tras una cuidadosa consideración señalaron unánimemente la necesidad de introducir algunos cambios mínimos y obtuvieron la versión de la escala que se utilizó en ese estudio.⁽¹⁾

En 2013 Durán y Pujol evaluaron las características psicométricas del TMBQ en 209 estudiantes de la Universidad Simón Bolívar. Los autores refieren que en principio tres profesores universitarios del área de la Educación y Psicología familiarizados con la muestra colaboraron en la evaluación de la redacción de los reactivos de la escala. Estos expertos determinaron que la forma en la que se redactaron los reactivos era apropiada y no encontraron dificultades en este sentido para la población que participaría en el estudio.⁽⁴⁾



Garzón y Gil en 2017 realizaron una investigación titulada “Propiedades psicométricas del TMBS en universitarios”. Participaron 494 estudiantes universitarios. El estudio menciona que antes de su aplicación en Colombia un traductor profesional y dos psicólogos colombianos revisaron la adecuación lingüística del cuestionario. Posteriormente se aplicó la versión modificada a cinco estudiantes universitarios colombianos, a quienes se les realizó una entrevista semiestructurada en busca de términos confusos o ambiguos desde el punto de vista cultural. Fueron modificadas algunas palabras y el orden gramatical de poco uso en el contexto colombiano para mejorar la claridad de los ítems.⁽¹⁹⁾

Durante el estudio piloto se halló una fiabilidad adecuada del test. Los valores obtenidos no son similares a los reportados durante la validación del cuestionario TMBQ versión española,⁽¹⁾ que alcanzaron α de Cronbach de establecimiento de objetivos y prioridades = 0,84, α de Cronbach de herramientas para la gestión del tiempo = 0,79, α de Cronbach de preferencias por la desorganización = 0,79 y α de Cronbach de percepción de control sobre el tiempo = 0,71.

Las investigaciones referidas con anterioridad utilizaron el coeficiente de α de Cronbach para medir la consistencia interna del cuestionario validado. En el estudio de Durán y Pujol el α de Cronbach global del test fue de 0,79 y por dimensiones fue de 0,78 para la primera dimensión, 0,74 para la segunda dimensión, 0,63 para la tercera dimensión y 0,64 para la cuarta dimensión.⁽⁴⁾ La investigación realizada por Garzón y Gil muestra que los α de Cronbach alcanzaron los valores 0,97, 0,78, 0,71 y 0,46 en las cuatro dimensiones respectivamente y el alfa global fue de 0,85.⁽¹⁹⁾

Los valores de consistencia interna obtenidos en el presente estudio muestran valores inferiores a los de las investigaciones previas, esto podría deberse al tamaño de la muestra, inferior a los de los estudios citados. No obstante los resultados expresan que el TMBQ es válido en cuanto contenido y confiable para medir la gestión del tiempo en estudiantes universitarios de La Habana, puesto que posee adecuadas propiedades psicométricas. Por tal motivo es importante alertar de las bondades que para la salud o bienestar pudiera generar el gestionar el tiempo, organizar las actividades y tener una percepción adecuada del tiempo empleado para cada actividad, medible con el instrumento que se adaptó para la investigación.

A diferencia de otros estudios psicométricos sobre la gestión del tiempo, la presente investigación cuenta con un análisis de validez de contenido usando el CVC, no reportado en los estudios revisados. Asimismo, ofrece una nueva herramienta para futuros estudios en Cuba, luego de una adecuada validación en una muestra mayor, aspecto en el que se trabajará próximamente.

Se sugiere continuar con el proceso de validación del cuestionario desde el punto de vista de su estructura factorial en una muestra de mayor tamaño, para lo cual se recomienda la realización de estudios que repliquen los resultados obtenidos con estudiantes de otras facultades de la Universidad de La Habana.

Se señala como limitante de este estudio los valores α de Cronbach de tres de las cuatro dimensiones del cuestionario: establecimiento de objetivos y prioridades ($\alpha = 0,556$), preferencias por la desorganización ($\alpha = 0,420$) y percepción de control sobre el tiempo ($\alpha = 0,260$). ya que sus valores están por debajo del valor adecuado, lo que pudiera incidir en la homogeneidad de las dimensiones. Este elemento se tendrá en cuenta en el análisis que se realizará en la aplicación del cuestionario a una muestra de mayor tamaño.

Conclusiones

El cuestionario TMBQ adaptado lingüística y culturalmente al contexto cubano demostró una adecuada claridad, relevancia y coherencia de sus ítems, así como una adecuada suficiencia de sus dimensiones. Durante el estudio piloto, se alcanzó una adecuada fiabilidad del test que evidenció su homogeneidad. Todo ello mostró que el test es válido en cuanto a contenido. Se recomienda realizar la aplicación del instrumento en una muestra de mayor tamaño de estudiantes universitarios y comprobar sus atributos de fiabilidad y validez de constructo.

Referencias bibliográficas

1. García Ros R, PérezGonzález F. Spanish Version of the Time Management Behavior Questionnaire for University Students. Span J Psychol [Internet]. 2012[citado18/5/2023];15(3): [1485–94]. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17224489054>
2. García Ros R, Pérez González F, Talaya González I, Martínez Díaz E. Análisis de la Gestión del Tiempo Académico de los estudiantes de nuevo ingreso en la titulación de Psicología: Capacidad predictiva y análisis comparativo entre dos Instrumentos de Evaluación. Int J Dev Educ Psychol [Internet]. 2008[citado18/5/2023];2(1): [245–52]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832317027>
3. Garcia Marcos CJ, López Vargas O, Cabero Almenara J. Autorregulación del aprendizaje en la Formación Profesional a Distancia: efectos de la gestión del tiempo. Rev Educ a Distancia [Internet]. 2020[citado18/5/2023];20(62). Disponible en: DOI: <http://dx.doi.org/10.6018/red.400071>
4. Durán Aponte EU, Pujol L. Manejo del tiempo académico en jóvenes que inician estudios en la Universidad Simón Bolívar. Rev Latinoam Ciencias Soc [Internet]. 2013[citado18/5/2023];11(1):[93–108]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77325885022>
5. Garzón Umerenkova A, Gil Flores J. Gestión del tiempo en alumnado universitario con diferentes niveles de rendimiento académico. Educ e Pesqui [Internet]. 2018[citado18/5/2023];44():[1-



- 16]. Disponible en: DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1678-4634201708157900>
6. Roblero G. Validación de cuestionario sobre gestión del tiempo en universitarios mexicanos. *Rev Electrónica Investig Educ* [Internet]. 2020[citado 18/5/2023];22(1):[1]. Disponible en: <https://doi.org/10.24320/redie.2020.22.e01.2136>
 7. Osorio García CM, Velázquez Martínez ZL. La organización temporal en estudiantes de Psicología: una mirada a su desarrollo. *Rev. Cubana Edu. Superior.* [Internet]. 2022[citado 18/5/2023],41 (2). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0257-43142022000200013&lng=es&tlng=es
 8. Osorio García CM, Velázquez Martínez ZL, Lorenzo Ruiz A. La organización temporal del acompañamiento psicosocial: experiencia en Holguín durante la pandemia por COVID-19. *Rev Cubana Psicología* [Internet]. 2020[citado 18/5/2023];2(2):[13]. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/359693901>
 9. Osorio García CM, Velázquez Martínez ZL, Tapia Reyes C. Organización temporal y estrés: un estudio con jóvenes trabajadores del sector turístico en Holguín. *Rev Psicoespacios* [Internet]. 2019[citado 18/5/2023];13(22):[77–91]. Disponible en: <https://doi.org/10.25057/21452776.1212>
 10. Morillo Asuero E. El Papel de la Gestión del Tiempo en las Actividades Académicas del Alumnado. *Revisión Sistemática* [tesis de maestría]. Universidad de Sevilla, Sevilla :2020[citado 18/5/2023]. Disponible en: <https://idus.us.es/handle/11441/109145>
 11. Claessens BJC, Van Eerde W, Rutte CG, Roe RA. A review of the time management literature. *Pers Rev* [Internet]. 2007[citado 18/5/2023];36(2):[255–276]. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/228664480>
 12. Garzón Umerenkova A, Gil Flores J. Propiedades psicométricas del TMBS en universitarios. *Rev Electron Investig Educ*[Internet]. 2017[citado 18/5/2023];19(4):[50–60]. Disponible en: <https://doi.org/10.24320/redie.2017.19.4.1340>
 13. Hernández Sampieri R, Mendoza Torrez CP. Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. [Internet]. Primera Edición. Ciudad de México: McGraw Hill Education;2018[citado 18/5/2023]. Disponible en: [http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/bitstream/54000/1292/1/Hernández- Metodología de la investigación.pdf](http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/bitstream/54000/1292/1/Hernández-Metodología%20de%20la%20investigación.pdf)
 14. Escobar Pérez J, Cuervo Martínez Á. Validez de contenido y juicio de expertos: una aproximación a su utilización. *Av en Medición* [Internet]. 2008[citado 18/5/2023];6:[27–36]. Disponible en:

Este material es publicado según los términos de la Licencia Creative Commons Atribución–NoComercial 4.0. Se permite el uso, distribución y reproducción no comerciales y sin restricciones en cualquier medio, siempre que sea debidamente citada la fuente primaria de publicación.



<https://www.researchgate.net/publication/302438451>

15. Pedrosa I, Suárez Álvarez J, García Cueto E. Evidencias sobre la validez de contenido: avances teóricos y métodos para su estimación. *Acción Psicológica* [Internet]. 2014[citado 18/5/2023];10(2):[3-20]. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-908X2013000200002
16. Şahin M, Aybek E. *Jamovi: An Easy to Use Statistical Software for the Social Scientists*. *Int J Assess Tools Educ* [Internet]. 2019 [citado 18/5/2023];6(4)[670–692]. Disponible en: <https://eric.ed.gov/?id=EJ1243495>
17. Muñiz J. *Introducción a la Psicometría: Teoría clásica y TRI* [Internet]. Edición en versión digital. Madrid: Ediciones Pirámide; 2018 [citado 18/5/2023]. Disponible en: <https://www.edicionespiramide.es/libro.php?id=5197731>
18. Declaración de *Helsinki* de la AMM - Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. *World Med Assoc Inc* [Internet] 2013 [citado 18/5/2023];[1–8]. Disponible en: <https://www.wma.net/es/policies-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>

Anexo

Modificaciones realizadas a los ítems luego de las observaciones de los expertos

No.	Ítem original	Ítem modificado
1	Cuando decido qué es lo que voy a intentar conseguir a corto plazo, tengo en cuenta también mis objetivos a largo plazo.	Cuando decido qué es lo que voy a intentar conseguir a corto plazo, <u>también</u> tengo en cuenta mis objetivos a largo plazo.
2	Cuando hago una lista de cosas a realizar, al final de cada día se me ha olvidado o la he dejado de lado.	Cuando hago una lista de <u>actividades</u> a realizar, <u>termino olvidándola o dejándola de lado.</u>
3	Llevo una libreta para apuntar notas e ideas.	Llevo una libreta o <u>una agenda electrónica</u> para apuntar notas e ideas.
4	Subestimo el tiempo necesario para cumplimentar tareas.	Subestimo el tiempo necesario para <u>cumplir</u> tareas.
5	Repaso mis objetivos para determinar si debo hacer cambios.	Repaso mis objetivos para <u>determinar</u> si debo hacer cambios <u>en ellos.</u>
6	Organizo mis actividades con al menos una semana de antelación.	Organizo mis actividades con, <u>al menos,</u> una semana de antelación.
7	Divido proyectos complejos y difíciles en pequeñas tareas más manejables.	Divido proyectos complejos y difíciles en <u>tareas pequeñas que sean</u> más manejables.
8	Al final de cada día, dejo mi lugar de trabajo ordenado y bien organizado.	Al final de cada día, dejo mi lugar de <u>estudio</u> ordenado.
12	Puedo encontrar las cosas que necesito más fácilmente cuando mi lugar de trabajo está “patas arriba” y desordenado que cuando está ordenado y organizado.	Puedo encontrar las cosas que necesito más fácilmente cuando mi lugar de <u>estudio</u> está desordenado <u>que cuando está organizado.</u>
13	Me marco fechas límite cuando me propongo realizar una tarea.	Marco fechas límite cuando me propongo realizar una tarea.
15	Tengo que emplear mucho tiempo en tareas sin importancia.	<u>Suelo</u> emplear mucho tiempo en tareas sin importancia.
16	El tiempo que empleo en gestionar el tiempo y organizar mi jornada de trabajo es tiempo perdido.	El tiempo que empleo <u>para organizar</u> mi jornada de <u>estudio,</u> es tiempo perdido.



17	Busco maneras de incrementar la eficacia con que realizo las actividades en mi trabajo.	Busco <u>métodos para</u> incrementar la eficacia con que realizo las actividades de <u>estudio</u> .
18	Hago una lista de cosas que hacer cada día y pongo una señal al lado cuando la he cumplido.	Hago una lista de <u>actividades por</u> hacer cada día y pongo una señal al lado cuando <u>las</u> he cumplido.
18	Encuentro difícil mantener un horario porque los demás me apartan de mi trabajo.	Encuentro difícil mantener un horario <u>de estudio</u> porque <u>otras personas me entretienen</u> .
20	Mis jornadas de trabajo son demasiado impredecibles para planificar y gestionar mi tiempo.	Mis jornadas de <u>estudio</u> son demasiado impredecibles para planificar y gestionar mi tiempo.
23	Cuando estoy desorganizado soy más capaz de adaptarme a acontecimientos inesperados.	Cuando estoy desorganizado <u>puedo adaptarme mejor</u> a los acontecimientos inesperados.
24	Repaso mis actividades diarias para ver donde pierdo el tiempo.	Repaso mis actividades diarias para <u>saber</u> dónde pierdo el tiempo.
26	Tengo algunas de mis ideas más creativas cuando estoy desorganizado.	Tengo ideas más creativas cuando estoy desorganizado.
27	Durante un día de trabajo evalúo si estoy cumpliendo con el horario que he pre-establecido.	Durante un día de <u>estudio</u> , evalúo si estoy cumpliendo con el horario que he <u>preestablecido</u> .
28	Utilizo un sistema de bandejas para organizar la información.	Utilizo un sistema de bandejas (<u>carpetas</u>) para organizar la información.
31	Establezco prioridades para determinar en qué orden haré las tareas cada día.	Establezco prioridades para determinar en qué orden haré las tareas <u>diariamente</u> .
32	Si sé que voy a tener que esperar un tiempo, preparo alguna tarea para realizar mientras tanto.	Sí sé que voy a tener que esperar un tiempo <u>en algún sitio</u> , preparo alguna tarea para realizar mientras tanto.
33	Establezco bloques de tiempo en mis horarios para actividades que hago habitualmente (compras, ocio, navegar por la web).	Establezco bloques de tiempo en mis horarios para actividades que hago habitualmente (compras, ocio, <u>estudiar</u> , navegar por la web).
34	Encuentro lugares para trabajar donde puedo evitar interrupciones y distracciones.	Encuentro lugares para <u>estudiar</u> donde puedo evitar interrupciones y distracciones.

Fuente: Elaboración propia.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

Contribución de los autores

Conceptualización: Yanelys Soto Plutín, Damian Valdés Santiago.

Curación de datos: Yanelys Soto Plutín.

Análisis formal: Yanelys Soto Plutín, Damian Valdés Santiago.

Investigación: Yanelys Soto Plutín, Damian Valdés Santiago.

Metodología: Damian Valdés Santiago.

Recursos: Yanelys Soto Plutín.



Supervisión: Mirian Felicia González Llanesa, Damian Valdés Santiago.

Validación: Mirian Felicia González Llanesa, Damian Valdés Santiago.

Visualización: Yanelys Soto Plutín.

Redacción del borrador original: Yanelys Soto Plutín.

Redacción, revisión y edición: Mirian Felicia González Llanesa, Damian Valdés Santiago.

