



## ORIGINAL

# Validación psicométrica de la Escala Humanizar breve sobre el sentido del sufrimiento



M. Villacieros\*, J.C. Bermejo y H. Hassoun

Centro de Humanización de la Salud, Centro San Camilo, Tres Cantos, Madrid, España

Recibido el 7 de marzo de 2018; aceptado el 9 de enero de 2019

Disponible en Internet el 28 de marzo de 2019

### PALABRAS CLAVE

Sufrimiento;  
Sentido del sufrimiento;  
Instrumentos de medida;  
Escala;  
Creencias

### Resumen

**Objetivo:** Desarrollo de la versión breve de la Escala Humanizar reduciendo la dimensionalidad y el número de ítems.

**Métodos:** La Escala Humanizar (24 ítems con escala Likert), consta de 5 factores que dan sentido al sufrimiento: trascendencia, castigo, catalizador de cambio, masoquismo e inherente a la vida. Con una primera muestra ( $n = 529$ ) se realizaron análisis paralelos y análisis factorial exploratorio (AFE). Con una muestra diferente ( $n = 182$ ), se confirmó la estructura bidimensional de la escala mediante análisis factorial confirmatorio (AFC).

**Resultados:** El procedimiento de los análisis paralelos obtuvo 2 factores. Tras el AFE se recuperaron 15 ítems con comunalidades mayores de 0,4. El AFC confirmó el modelo bidimensional siendo el primer factor: sentido del sufrimiento como Cambio (8 ítems) y el segundo: sentido del sufrimiento como Carga (6 ítems). Los índices de ajuste fueron adecuados: raíz cuadrada del error medio cuadrático (RMSEA) = 0,07; raíz normalizada cuadrada media residual (SRMR) = 0,08; índice de ajuste comparativo (CFI) = 0,96 e índice de bondad de ajuste (GFI) = 0,99. Los pesos factoriales fueron significativos y mayores de 0,5. El coeficiente alfa de Cronbach fue de 0,75 para el primer factor y de 0,74 para el segundo. Los factores mostraron una correlación de 0,56 ( $p < 0,01$ ).

Se encontraron diferencias significativas ( $p < 0,05$ ) entre las medias de los factores según creencias (cristiano vs. ateos/agnósticos) y práctica de oración/meditación o no, siendo superiores las medias para ambos factores entre creyentes (2 puntos de diferencia en cada factor) y practicantes de oración/meditación (3 puntos para el factor Cambio y 1,5 para el factor Carga). **Conclusiones:** La bidimensionalidad y la utilidad de la escala sobre el sentido del sufrimiento han quedado bien definidas.

© 2019 FECA. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

\* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: [investigacion@humanizar.es](mailto:investigacion@humanizar.es) (M. Villacieros).

**KEYWORDS**

Suffering;  
Sense of suffering;  
Measurement tools;  
Scale;  
Beliefs

**Psychometric validation of the brief Humanizar Scale on the meaning of suffering****Abstract**

*Objective:* To develop the short version of the brief Humanizar Scale, including reducing the dimensionality and the number of items.

*Methods:* The Humanizar Scale (24 items with Likert scale), consists of five factors that give meaning to suffering; significance, punishment, catalyst for change, masochism, inherent to life. A parallel analysis and exploratory factor analysis (EFA) were carried out on a first sample (n = 529) and, using a different sample (n = 182) the two-dimensional structure of the scale was confirmed using confirmatory factor analysis (CFA).

*Results:* The parallel analysis procedure obtained two factors. After the EFA, 15 items were retained with greater than 0.4 communalities. The CFA confirmed the two-dimensional model including the first factor, the sense of suffering as a change (8 items) and the second, the sense of suffering as a burden (6 items). The goodness of fit were suitable: RMSEA=0.07; SRMR=0.08; CFI=0.96, and GFI=0.99. The weight factor of all items was significant and greater than 0.5. Cronbach Alpha was 0.75 for the first factor, and 0.74 for second. The factors showed a correlation of 0.56 ( $P < .01$ ).

Significant differences were found ( $P < .05$ ) between the factor means according to beliefs (Christian vs. atheists/agnostics) and practice or not of prayer/meditation, the means being higher for both factors among believers (2 points of difference in each factor) and practitioners of prayer/meditation (3 points for Change factor and 1.5 for Burden factor).

*Conclusions:* The two-dimensionality and the usefulness of the scale on the meaning of suffering have been well-defined.

© 2019 FECA. Published by Elsevier España, S.L.U. All rights reserved.

**Introducción**

El sufrimiento es una respuesta negativa de ansiedad, estrés o sensación de pérdida de objetos afectivos inducida por dolor y/o por miedo<sup>1</sup>. La persona que sufre siente malestar debido a la amenaza de pérdida de su integridad, independientemente de cual sea la causa. Las personas que padecen dolor declaran que este se convierte en sufrimiento cuando su origen es desconocido, cuando no hay alivio o cuando su significado es funesto. Es un estado afectivo, cognitivo complejo caracterizado por la sensación de amenaza a la integridad de la persona y los sentimientos de incapacidad para hacerle frente<sup>2-4</sup>.

De ahí que sea tan importante para las personas comprender su origen, posibilitar una vía de salida al malestar que se siente y, en el mejor de los casos, dotarle de un sentido que lo haga llevadero o que permita a la persona pensar que, al menos, sirve para algo. Desde hace años se trabaja en la capacidad del ser humano de dotar de sentido al sufrimiento y se estudian las diferencias en función de los estilos de afrontamiento de las personas.

Existen medidas que valoran el nivel de sufrimiento<sup>5,6</sup>. Con el sufrimiento, el ser humano toma conciencia de la propia fragilidad, gana en comprensión y desarrolla la empatía; profundiza en las dimensiones más existenciales de su persona, madura personalmente y experimenta sentimientos de agradecimiento, bienestar y sentido de vida. Como concluye Jessica Hemberg<sup>7</sup> futuras investigaciones deberían centrarse en destapar la fragilidad existencial emergente en situaciones de sufrimiento, como aspecto interesante a experimentar por los adultos.

La Escala Humanizar desarrollada por Bermejo et al.<sup>8</sup>, es la única escala de medida del sentido que se le puede dar al sufrimiento y bajo qué matiz. Según los autores, existen 5 factores que componen el sentido del sufrimiento; el factor trascendencia recoge un sentido positivo y útil del sufrimiento como transformación positiva y de acercamiento a lo divino. En la línea que defienden trabajos empíricos y corrientes de pensamiento, es el factor que más contribuye a la varianza común del cuestionario, un 26,37%.

El segundo factor, Castigo, recoge la necesidad de explicación cuando el sufrimiento ocurre y no hay a quien culpar. Según los autores, es una forma de serenarse creyendo que, si se conoce la causa, también podría haberse evitado el castigo (la falacia de control). De la misma forma que este factor recoge un intento de erradicar causas inevitables tomándolas por evitables también podría venir derivado de la vivencia de una religiosidad culpabilizante, ya que para los creyentes puede constituir un castigo divino.

El factor catalizador de Cambio, en la misma línea que el primero, hace referencia a la utilidad del sufrimiento como palanca de Cambio para salir de algunas situaciones de la vida y crecer. El cuarto factor masoquismo habla de la inmovilidad o resignación del ser humano en ciertas ocasiones como situaciones de sufrimiento y del pseudoaltruismo como mecanismo defensivo para ocultar un masoquismo subyacente. El quinto factor, inherente a la vida, recoge el sufrimiento como suceso fortuito, o como contrapeso a los aspectos más positivos de la vida, ya que se debe a la naturaleza o necesidad humana.

Además, esta escala detecta diferencias en cuanto a los factores trascendencia y castigo en función de que existan o

no creencias religiosas, por lo que los autores dejan abierta la posibilidad de someterla a procesos de validación sucesivos. El contenido de factores hace que la escala pueda redimensionarse recogiendo los 2 sentidos principalmente diferenciados; el sufrimiento como oportunidad de Cambio y el sufrimiento como factor de Carga, simplificando así el contenido del cuestionario.

Por ello, el objetivo de este estudio fue el desarrollo de la versión breve de la Escala Humanizar, reduciendo la dimensionalidad y el número de ítems a través de análisis factoriales exploratorio y confirmatorio.

## Métodos

Se realizaron 2 análisis sucesivos. En el primero se estimaron el número de los factores mediante el método de análisis paralelos y se retuvieron 15 ítems con saturaciones mayores de 0,4 tras un análisis factorial exploratorio (AFE). En el segundo, con una muestra diferente, se eliminó un ítem y se confirmó la estructura bidimensional de la escala mediante análisis factorial confirmatorio (AFC).

## Participantes

Los datos del primer estudio se recogieron durante las Jornadas sobre Humanización de la Salud y las Jornadas sobre Cuidados Paliativos (2012) organizadas por un centro socio-sanitario de la Comunidad de Madrid. Se repartieron entre los asistentes 350 y 400 cuestionarios y se recogieron 272 y 300 cuestionarios, respectivamente.

Los datos del segundo estudio se recogieron en las Jornadas de Alzheimer y Jornadas sobre Humanización de la Salud (2014) del mismo centro, se entregaron 200 y 100 cuestionarios a los asistentes y se recogieron 132 y 50 cuestionarios válidos, respectivamente.

Después de cada recogida se comprobó que el listado de asistentes de ambas jornadas no coincidía, de tal forma que una misma persona no pudiera haber contestado 2 veces el mismo cuestionario.

## Instrumento

La Escala Humanizar<sup>8</sup> consta de 24 ítems con una escala de respuesta tipo Likert del 1 al 5 (nada de acuerdo a muy de acuerdo). Como se ha introducido, consta de 5 factores que dan sentido al sufrimiento, además de 3 ítems que no pertenecen a ningún factor, sino que forman parte de la escala global. Su puntuación está entre un mínimo de 24 y un máximo de 120. Los ítems son todos directos, aunque recogen distintos enfoques de sentido, por lo que cuanto mayor sea la puntuación, más sentido se otorga al sufrimiento.

En el primer estudio, el cuestionario incluyó preguntas sociodemográficas (edad, sexo, religión) además de los 24 ítems de la Escala Humanizar.

En el segundo estudio, además de los 15 ítems retenidos tras el AFE, se incluyeron preguntas para obtener evidencias de relación con otros constructos<sup>9</sup>; grado de sufrimiento que se cree haber tenido en la vida, utilidad del sufrimiento y sentido del sufrimiento, valorando las siguientes afirmaciones: *Me considero una persona espiritual; A lo largo de mi*

*vida siento haber sufrido; Creo que sufrir puede ser útil; Creo que sufrir suele tener sentido*, del 1 al 10 (poco a mucho).

## Análisis estadístico

En el primer estudio se estimó el número de los factores mediante análisis paralelos<sup>10</sup> en el Programa FACTOR (v10.4)<sup>11</sup>. Se realizó un análisis de ítems calculando su correlación elemento-total corregida. Previo al AFE se obtuvieron la medida de adecuación muestral KMO y la prueba de esfericidad de Bartlett. El AFE se realizó con SPSS<sup>®</sup> v19 especificando el método de máxima verosimilitud, con rotación Varimax y determinando a 2 los factores de la solución. La fiabilidad se calculó mediante el coeficiente alfa de Cronbach.

En el segundo estudio se confirmó la validez estructural mediante AFC utilizando el programa RStudio, empleando los paquetes estadísticos Lavaan<sup>12</sup> y Semplo<sup>13</sup>. Las omisiones en los cuestionarios se trataron mediante imputación estadística con la media de la serie. Se utilizó el método de estimación de mínimos cuadrados no ponderados y se tuvieron en cuenta los indicadores de bondad de ajuste: *Root Mean Square Error of Aproximation* (RMSEA), *Standardized Root Mean Square Residual* (sRMR), *Comparative Fit Index* (CFI) y *Goodness of Fit Index* (GFI). Valores de RMSEA  $\leq 0,06$ , SRMR  $\leq 0,08$ , CFI y GFI  $\geq 0,90$  indican buen ajuste del modelo a los datos<sup>14</sup>.

## Procedimiento

Para cada recogida de datos realizada en las jornadas se pidió permiso al centro organizador que, antes de autorizarlo, solicitó la revisión del estudio al Comité de Ética Asistencial del centro (fecha de autorización 19 diciembre 2011).

En base al número de inscritos en las jornadas, facilitado por el centro, se hicieron las fotocopias necesarias de cuestionarios que se distribuyeron a los asistentes desde la mesa de inscripciones. En las instrucciones para completar el cuestionario (primer párrafo del cuestionario) se explicitaba que la participación era voluntaria y los cuestionarios anónimos ya que no se pedía ningún dato que pudiera identificar a los participantes. Se les pidió, a todos los que quisieron participar, que completaran los cuestionarios y los entregarán, también de manera anónima, antes de finalizar el día, en unas cajas habilitadas para entregar los cuestionarios.

## Resultados

### Análisis paralelos y análisis factorial exploratorio

De los 572 cuestionarios totales recogidos en las 2 jornadas, se eliminaron 43 con más de un 10% de omisiones, quedando una muestra  $n = 529$ .

El resultado de la estimación del número de factores mediante análisis paralelos fue de 2 factores, por lo que se procedió a realizar el AFE forzando a 2 el número de factores. La medida de adecuación muestral de KMO resultó mayor de 0,8 y la prueba de esfericidad de Bartlett

**Tabla 1** Resultado del análisis factorial exploratorio de la Escala Humanizar breve de 15 ítems distribuidos en 2 factores

Quince Ítems retenidos tras el análisis factorial exploratorio	Pesos factoriales	Media	DT	Correlación elemento-total corregida
<i>Factor Cambio</i>				
1. Sufrir puede ser algo trascendental, puede llevar a una vida nueva	0,68	3,35	1,42	0,63
12. La experiencia de sufrimiento sirve para cambiar la manera de ver la vida	0,65	3,80	1,14	0,59
14. El sufrimiento es una fuente de energía para buscar lo que te falta	0,62	2,77	1,24	0,56
3. El ser humano puede darle sentido al sufrimiento	0,57	3,65	1,23	0,50
5. El sufrimiento es necesario para aprender	0,56	3,21	1,28	0,49
11. El sufrimiento se debe a la no aceptación del dolor, a la lucha interna	0,52	3,07	1,27	0,47
8. El sufrimiento es una señal de que uno debería cambiar algo	0,51	3,32	1,26	0,45
9. El sufrimiento está íntimamente ligado al amor	0,50	3,01	1,43	0,46
6. El sufrimiento es un obstáculo a vencer y así lograr la paz interior	0,46	3,11	1,33	0,42
<i>Factor Carga</i>				
4. El sufrimiento es consecuencia de las acciones malas que se han cometido en la vida	0,67	1,86	1,17	0,56
2. El ser humano debe pagar por sus actos irresponsables, por eso sufre	0,62	1,88	1,16	0,50
10. El sufrimiento llega debido a la oposición o alejamiento de lo divino	0,58	1,92	1,19	0,54
13. Lo provocan los ancestros que se han ofendido por los delitos cometidos o faltas morales	0,57	1,44	0,92	0,49
15. Ya que existe una cantidad de sufrimiento, si yo cojo mi parte al resto le queda menos	0,51	1,54	0,96	0,43
7. El origen del sufrimiento es el deseo, el egoísmo	0,51	2,15	1,20	0,44

DT: desviación típica.

significativa, indicando la adecuación de la matriz de correlaciones para el análisis factorial exploratorio. El factor 1 (tabla 1) incluyó los ítems relativos al sentido del sufrimiento como Cambio y el factor 2 los relativos al sentido del sufrimiento como Carga. Para ello, se eliminaron los 9 ítems que saturaban por debajo de 0,4 o que sus valores de correlación elemento – total corregida eran inferiores a 0,4, obteniéndose 15 ítems para la siguiente fase del estudio.

El coeficiente alfa de Cronbach para el factor 1 fue de 0,82 y para el factor 2 de 0,75. Las puntuaciones de ambos factores correlacionaron en 0,45 ( $p < 0,01$ ).

### Análisis factorial confirmatorio

#### Características sociodemográficas de los participantes

El 78,7% (137) fueron mujeres, mientras que el 21,3% (37) fueron varones. Respecto a las creencias religiosas, el 48,6% (86) se declararon cristianos practicantes, el 33,3% (59) cristianos no practicantes y el 18,1% (32) ateos o agnósticos (tabla 2). Un 66,1% detallaron que practicaban oración/meditación. La edad osciló entre 18 y 78 años con una media de 42,32 (DT=16,36). La tabla 3 muestra las medias obtenidas ante las variables cuantitativas.

Con los 182 cuestionarios válidos obtenidos se realizó un AFC que confirmó el modelo bidimensional de la Escala Humanizar breve de 2 factores, siendo el primero el sentido del sufrimiento como Cambio (8 ítems) y el segundo el sentido del sufrimiento como Carga (6 ítems) (fig. 1). Para ello, se eliminó el ítem 3 por su contenido redundante. De esta forma, de los 15 ítems iniciales, la escala quedó en 14 ítems finales, obteniéndose los índices de ajuste:

**Tabla 2** Variables cualitativas

	Frecuencia	Porcentaje válido
<i>Sexo</i>		
Varón	37	21,3
Mujer	137	78,7
<i>Creencias</i>		
Cristiano practicante	86	48,6
Cristiano no practicante	59	33,3
Ateo/agnóstico	32	18,1
<i>Práctica oración/meditación</i>		
Sí	112	69,1
No	50	30,9

$\chi^2 = 139,83$ ;  $p < 0,001$  y  $gl = 76$ ;  $RMSEA = 0,07$ ;  $SRMR = 0,08$ ;  $CFI = 0,96$  y  $GFI = 0,99$ . Los pesos factoriales de todos los ítems fueron significativos y mayores de 0,5. El índice de fiabilidad alfa de Cronbach fue de un 0,75 para el primer factor y de 0,74 para el segundo. Los factores mostraron una correlación de 0,56 ( $p < 0,01$ ).

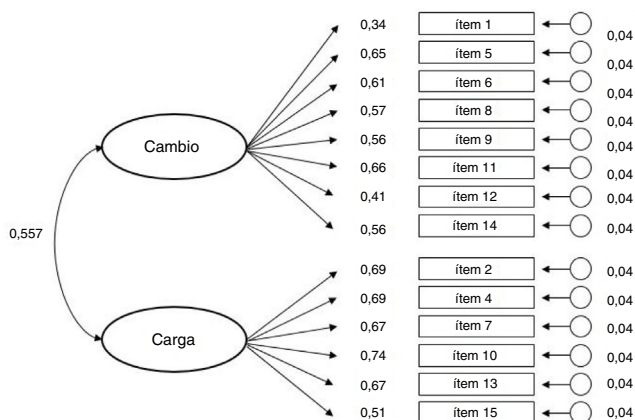
#### Relaciones entre variables

El factor Cambio correlacionó directa y significativamente con todas las variables cuantitativas (tabla 4). Las correlaciones más elevadas se dieron con las variables: *Creo que sufrir puede ser útil* ( $r = 0,49$ ;  $p < 0,01$ ) y *Creo que sufrir suele tener sentido* ( $r = 0,5$ ;  $p < 0,01$ ) (además de con el factor 2). El factor Carga correlacionó directa y significativamente con 3 de las variables cuantitativas con valores

**Tabla 3** Variables cuantitativas

	Media	DT	Mín	Máx
Edad	42,32	16,36	18	78
Número horas semanales de práctica	5,24	4,19	1	24
Me considero una persona espiritual	6,46	2,24	1	10
A lo largo de mi vida siento haber sufrido...	6,44	2,31	1	10
Creo que sufrir puede ser útil	5,92	2,79	1	10
Creo que sufrir suele tener sentido	5,24	2,78	1	10

DT: desviación típica; Máx: máximo; Mín: mínimo.



**Figura 1** Modelo factorial de la Escala Humanizar breve. Constructos implicados, valores de los pesos estandarizados y de los errores de medida.

leves: *A lo largo de mi vida siento haber sufrido...* ( $r = 0,16$ ;  $p < 0,05$ ); *Creo que sufrir puede ser útil* ( $r = 0,17$ ;  $p < 0,01$ ) y *Creo que sufrir suele tener sentido* ( $r = 0,25$ ;  $p < 0,01$ ).

Respecto a las variables sobre consideración de la propia espiritualidad y sensación de sufrimiento: *Me considero una persona espiritual* correlacionó con *A lo largo de mi vida siento haber sufrido*, *Creo que sufrir puede ser útil* y *Creo que sufrir suele tener sentido* con valores moderados ( $r$  entre 0,3 y 0,4;  $p < 0,01$ ), además de con el factor sufrimiento como Cambio ( $r = 0,25$ ;  $p < 0,01$ ).

Las variables *Creo que sufrir puede ser útil* y *Creo que sufrir suele tener sentido* correlacionan con todas las variables con valor elevado entre ellas ( $r = 0,72$ ;  $p < 0,01$ )

y con el factor Cambio ( $r = 0,49$  y  $r = 0,5$ , respectivamente;  $p < 0,01$ ).

Respecto al resto de variables cuantitativas, el número de horas semanales de oración/meditación correlaciona con la edad ( $r = 0,44$ ;  $p < 0,01$ ) y la edad correlaciona con todas ellas.

**Diferencias de medias**

No se encontraron diferencias entre sexos ni entre el momento de recogida de los cuestionarios (diferentes jornadas).

Sí que se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre las medias de las puntuaciones de los factores según creencias (cristiano practicante o no y ateos o agnósticos) y las personas que practican oración o meditación o no, siendo superiores las medias para ambos factores entre los creyentes (practicantes o no) y los que practican la oración o la meditación (tabla 5).

**Discusión**

En este estudio se ha validado la versión breve de la Escala Humanizar (EH-breve) sobre el sentido del sufrimiento (Anexo). Se ha confirmado una escala de 14 ítems de estructura bifactorial, en la que el primer factor recoge el sentido del sufrimiento como Cambio (8 ítems) y el segundo describe el sentido del sufrimiento como Carga (6 ítems).

El sentido del sufrimiento como Cambio hace referencia a la utilidad se le puede otorgar al sufrimiento como palanca o motor de cambio positivo<sup>15</sup>. Puede ser como experiencia de trascendencia o como la energía necesaria que moviliza

**Tabla 4** Correlaciones bivariadas entre las variables cuantitativas del estudio

	1	2	3	4	5	6	7	8
Edad	1	0,44**	0,33**	0,17*	0,18*	0,33**	0,04	0,19*
Número de horas semanales	0,44**	1	0,13	-0,01	0,15	0,20	0,02	0,05
Me considero una persona espiritual	0,33**	0,13	1	0,30**	0,37**	0,40**	0,10	0,25**
A lo largo de mi vida siento haber sufrido	0,17*	-0,01	0,30**	1	0,27**	0,30**	0,16*	0,23**
Creo que sufrir puede ser útil	0,18*	0,15	0,37**	0,27**	1	0,72**	0,17*	0,49**
Creo que sufrir suele tener sentido	0,33**	0,20	0,40**	0,30**	0,72**	1	0,25**	0,50**
Sufrimiento como Carga	0,04	0,02	0,10	0,16*	0,17*	0,25**	1	0,56**
Sufrimiento como Cambio	0,19*	0,05	0,25**	0,23**	0,49**	0,5**	0,56**	1

La correlación es significativa al nivel:

\*  $p < 0,05$ .  
 \*\*  $p < 0,01$ .



**Tabla 5** Medias de las puntuaciones de los grupos formados por las variables creencias y práctica (y significación estadística en la prueba de la T de Student para muestras independientes)

Factores		Creencias		Oración/meditación	
		Ateo	Cristiano	No	Sí
Cambio	Media (n)	23,52 (29)	25,60 (131)	23,09 (47)	25,98 (98)
	Valor de p		0,01		0,005
Carga	Media (n)	9,19 (31)	11,01 (135)	9,60 (50)	11,11 (102)
	Valor de p		0,03		0,04

una búsqueda personal y que lleva a un crecimiento interior o a una vida nueva. La dimensión sufrimiento como Carga recoge el sentido de sobrellevar o asumir la carga que supone ese sufrimiento. Se trata de entender la carga como sacrificio o esfuerzo<sup>16</sup>, dado el reconocimiento que se hace de que el sufrimiento es consecuencia de los actos irresponsables, malas acciones cometidas, faltas morales, deseo, egoísmo o alejamiento de lo divino. También recoge un sentido solidario de carga estructural o compartida con el mundo «si yo cojo mi parte al resto le queda menos».

Por los resultados se podría interpretar que esta muestra de población entiende que el cambio que ofrece el sufrimiento es, o suele ser, útil, mientras que la carga, para que sea útil, hay que dotarla de sentido, sentido que, en mayor medida encuentran los cristianos y los que practican oración/meditación. De hecho, estos 2 factores están correlacionados porque, al final, ambos dotan de un sentido útil al sufrimiento.

Los resultados de esta investigación están en la línea de los estudios, realizados dentro del área de la Psicología de la Religión<sup>17-19</sup>, que llegan a la conclusión de que la religión tiene un impacto positivo en el proceso de afrontamiento de sucesos vitales negativos que generan sufrimiento. Koenig et al.<sup>20</sup> describe diversos modos en que la fe, las prácticas religiosas y las actitudes de esperanza, de cambio y de curación, promueven la salud mental de los adultos considerándose un paradigma que brinda un modelo para la comprensión del sufrimiento humano.

De la misma forma, la meditación tiene como uno de sus objetivos básicos el alivio del sufrimiento, aceptando que los sucesos no están bajo el propio control<sup>21</sup>. La ley de la impermanencia integrada en las enseñanzas budistas sugiere, que si uno crea las condiciones adecuadas, podrá dirigir conscientemente un cambio hacia la transformación de la propia mente que servirá para disminuir el sufrimiento y así alcanzar estados de mayor calma mental, placer y felicidad.

Respecto al aspecto metodológico de validación, cabe destacar que todos los índices de ajuste del modelo confirmado mostraron valores adecuados<sup>14</sup>. Para ello se eliminó el ítem 3. *El ser humano puede darle sentido al sufrimiento* ya que al encajar en ambos factores resultaba ambiguo y/o redundante.

Como pruebas de la validez de contenido<sup>22</sup> de la escala, se encuentran los resultados obtenidos en el análisis de las variables diseñadas para establecer validez de criterio externo. Las puntuaciones del factor sufrimiento como Carga correlacionan con la creencia de que sufrir puede ser útil, en mayor medida con la creencia de que suele tener sentido y todavía más con el factor sufrimiento como

Cambio, confirmando que ambos factores dotan de sentido al sufrimiento.

La edad correlaciona directamente con todas las variables de criterio externo, a excepción del sufrimiento como Carga. A mayor edad, más horas semanales de oración/meditación, mayor consideración de persona espiritual, mayor sentimiento de haber sufrido a lo largo de la vida, mayor creencia de que sufrir puede ser útil, que suele tener sentido y mayor consideración del sentido del sufrimiento como Cambio, pero no como Carga.

Es a mayor sensación de haber sufrido a lo largo de la vida, cuando más sentido se le da al sufrimiento como Carga. Como se expresa en otros trabajos, es necesario conocer las experiencias concretas de cada persona, pues el sufrimiento depende de las prioridades, preocupaciones, recursos y valores de la persona<sup>17</sup>.

Respecto al aspecto de utilidad de la escala, destacar que ambos matices (Cambio y Carga) dependiendo de cómo la persona lo enfoque, pueden recoger un sentido de transformación personal. Ambas vías de crecimiento interior son las que tradicionalmente se han potenciado desde las creencias religiosas<sup>20,23,24</sup> y/o prácticas espirituales, razón por la que se detectan diferencias entre creyentes (o no) y personas que manifiestan realizar prácticas de oración/meditación<sup>25</sup> (o no). En los resultados de este estudio se constata que los creyentes y los que practican algún tipo de meditación son los que le dan más sentido al sufrimiento como oportunidad de Cambio y también como oportunidad para crecer a través del valor del sacrificio o aceptación de la Carga.

Aunque los grupos formados por ambas variables, creencias y práctica de oración/meditación, no son equitativos (en la variable creencias la proporción cristiano sí/no [145/32] es de 4,5 y en la variable práctica de meditación/oración la proporción sí/no [112/50] es de 2,2), es importante considerar que se obtiene el mismo resultado, hay diferencias en las medias de ambos factores entre ellos.

Otra de las limitaciones de este estudio es que la muestra es una muestra de conveniencia, tomada de entre los asistentes a unas jornadas de un mismo centro, lo que puede constituir un sesgo de selección. Además, el perfil de la muestra ha sido principalmente de laicos. Por ello, en futuras investigaciones será interesante analizar el funcionamiento de la EH-breve en muestras externas a este centro, y también en muestras de religiosos o clérigos, y evaluar así su utilidad en este perfil de personas tan concreto y tan afectado por las religiones.

En conclusión, en este estudio la bidimensionalidad y la utilidad de la escala sobre el sentido del sufrimiento han quedado bien definidas, tanto desde la base teórica que la

sustenta como desde el buen ajuste del modelo a los datos recogidos. En un perfil poblacional de laicos, las 2 dimensiones de la EH-breve recogen el sentido que se le puede otorgar al sufrimiento, como oportunidad para el Cambio y crecimiento y como valor de sacrificio o esfuerzo, que, en nuestra cultura judeocristiana, está presente.

## Financiación

El estudio ha sido subvencionado por el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social para la realización de actividades de interés general con cargo a la asignación tributaria del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas.

## Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

## Anexo. Material adicional

Se puede consultar material adicional a este artículo en su versión electrónica disponible en [doi:10.1016/j.jhqr.2019.01.003](https://doi.org/10.1016/j.jhqr.2019.01.003).

## Bibliografía

- González F. ¿Es el dolor crónico un problema psiquiátrico aún no clasificado? La fibromialgia. *Rev Electrónica Psiq.* 1999;3:1–21.
- Cassell EJ. The nature of suffering and the goals of medicine. *N Engl J Med.* 1982;306:639–45.
- Bayés R. Psicología del sufrimiento y de la muerte. *Anuario de Psicología.* 1998;29:5–17.
- Chapman CR, Gavrin J. Suffering and its relationship to pain. *J Palliat Care.* 1993;9:5–13.
- Schulenberg SE, Gohm CL, Anderson C, Schulenberg SE. The Meaning in Suffering Test (MIST): A Unitary or Multidimensional Measure? *The International Forum for Logotherapy.* 2006;29:103–6.
- Krikorian A. Valoración del sufrimiento en pacientes con cáncer avanzado. *Psicooncología.* 2008;5:257–64.
- Hemberg J. Experiencing Deeper Dimensions of Gratitude, Well-being and Meaning in Life after Suffering. *J Caring Sci.* 2017;10:10–6.
- Bermejo JC, Lozano B, Villacieros M, Carabias R. Desarrollo y validación de una escala sobre el sentido del sufrimiento: Escala Humanizar. *An Sis San Navarra.* 2013;36:35–45.
- Abad FJ, Olea J, Ponsoda V, García C. Medición en ciencias sociales y de la salud. Madrid: Síntesis; 2011.
- Horn JL. A rationale and test for the number of factors in a factor analysis. *Psychometrika.* 1965;30:179–85.
- Lorenzo-Seva U, Ferrando P. FACTOR: A computer program to fit the exploratory factor analysis model. *Universitat Rovira i Virgili.* 2007.
- Rosseel Y. Lavaan: An R package for structural equation modeling. *J Stat Softw.* 2012;48:1–36.
- Fox J. Structural equation modeling with the SEM package in R. *Struct Equ Modeling.* 2006;13:465–86.
- Hu L, Bentler PM. Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Struct Equ Modeling.* 1992;6:1–55.
- Pinedo I. Apropiación del sufrimiento y búsqueda de sentido. En: Tesis Psicológica. Fundación Universitaria Los Libertadores. Bogotá: Colombia; 2014.
- Monge MA. El sentido del sufrimiento. Madrid: Ediciones Palabra; 1998.
- Benito E. Estrategias para la detección, exploración y atención del sufrimiento en el paciente. *FMC.* 2011;18:392–400.
- Hill PC, Pargament k, Hood RW, Swyers JP, Larson DB, Zinnbauer BJ. Conceptualizing Religion and Spirituality: Points of Commonality, Points of Departure. *J Theory Soc Behav.* 2000;30:51–77.
- Worthington EL, Hook JN, Davis DE, McDaniel MA. Religion and spirituality. *J Clin Psychol.* 2011;67:204–14.
- Koenig H, Mc Cullough M, Larson D. *Handbook of Religion and Mental Health.* New York: Oxford University Press; 2001.
- Miró MT. La atención plena (mindfulness) como intervención clínica para aliviar el sufrimiento y mejorar la convivencia. *Revista de psicoterapia.* 2006;17:31–76.
- Pedrosa I, Suárez-Álvarez J, García-Cueto E. Evidencias sobre la validez de contenido: avances teóricos y métodos para su estimación. *Acción Psicológica.* 2013;10:3–18.
- Collicutt J. Psychology, religion and spirituality. *Psychologist.* 2011;24:250–1.
- Monge MA. Sentido cristiano del sufrimiento humano. *Rev Med Univ Navarra.* 2016;28:61.
- Lama D. *The Universe in a Single Atom. The Convergence of Science and Spirituality.* New York: Morgan Roads Books; 2005.