



Inflexibilidad psicológica en universitarios: Análisis confirmatorio del AAQ-II y su asociación con la regulación emocional

Psychological Inflexibility Among College Students: A Confirmatory Analysis of the AAQ-II and Its Association with Emotional Regulation

Mónica Reyna-Martínez,⁵⁵

Juan José Mendoza Rodríguez,⁵⁶

Jaquelina Lizeth Hernández Cueto,⁵⁷

Resumen

La inflexibilidad psicológica es un proceso que impide la aceptación de pensamientos, emociones y sensaciones desagradables, provocando una interferencia en la acción orientada a valores. El objetivo de este estudio fue analizar la estructura interna del Cuestionario de Aceptación y Acción-II (AAQ-II) que evalúa la inflexibilidad psicológica, así como también explorar su asociación con estrategias de regulación emocional en estudiantes universitarios. La muestra por conveniencia estuvo conformada por 279 estudiantes universitarios que participaron de forma voluntaria, anónima y confidencial. El 60.6% fueron hombres y 39.4% mujeres; mayoritariamente solteros. Los instrumentos empleados fueron el AAQ-II y el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ-ME), con el propósito de explorar evidencias de validez convergente y divergente. Se realizaron análisis de consistencia interna, correlaciones de Spearman y el análisis factorial confirmatorio mediante el programa FACTOR 12.06.07. El AAQ-II tuvo una consistencia interna elevada ($\alpha = .917$) y las correlaciones de Spearman mostraron evidencia de validez convergente con la subescala de supresión emocional ($r_s = .394$) y evidencia de validez divergente con reevaluación cognitiva

⁵⁵ Universidad Autónoma de Coahuila. ORCID: 0000-0003-3158-2114 monica.reymar@gmail.com

⁵⁶ Universidad Autónoma de Coahuila. ORCID: 0000-0001-8027-3911 mendozajuan@uadec.edu.mx

⁵⁷ Universidad Autónoma de Coahuila. ORCID: 0000-0002-3728-7434 jaquelina.hernandez.cueto@uadec.edu.mx



($r_s = .014$). Se confirmó una estructura unidimensional que explicó el 64.44% de la varianza total, con cargas factoriales entre .718 y .888, elevada confiabilidad de las puntuaciones factoriales (EAP = .935) y un índice de determinación factorial de .967. Se obtuvieron índices incrementales favorables (CFI = .973, NNFI = .959), pero en el RMSEA fue elevado (.133). Los resultados respaldan la estructura unifactorial del AAQ-II, aportan evidencia de adecuada consistencia interna y validez en universitarios mexicanos. La asociación positiva entre la inflexibilidad psicológica y la supresión emocional establece que existe relación del constructo con estrategias orientadas a evitar la experiencia emocional, y no la reevaluación cognitiva. Finalmente, estos hallazgos apoyan la utilidad del instrumento para evaluar la inflexibilidad psicológica en población universitaria mexicana.

Palabras clave: *inflexibilidad psicológica, regulación emocional, estudiantes universitarios, AAQ-II*



Abstract

Psychological inflexibility is a process that prevents the acceptance of unpleasant thoughts, emotions, and sensations, thereby interfering with value-oriented action. The objective of this study was to analyze the internal structure of the Acceptance and Action Questionnaire-II (AAQ-II), which assesses psychological inflexibility, as well as to explore its association with emotional regulation strategies among university students. The convenience sample consisted of 279 college students who participated voluntarily, anonymously, and confidentially. 60.6% were men and 39.4% were women; the majority were single. The instruments used were the AAQ-II and the Emotional Regulation Questionnaire (ERQ-ME), with the aim of exploring evidence of convergent and divergent validity. Internal consistency analyses, Spearman's correlations, and confirmatory factor analysis were performed using the FACTOR 12.06.07 software. The AAQ-II demonstrated high internal consistency ($\alpha = .917$), and Spearman's correlations showed evidence of convergent validity with the emotional suppression subscale ($r_s = .394$) and evidence of divergent validity with cognitive reappraisal ($r_s = .014$). A unidimensional structure was confirmed, explaining 64.44% of the total variance, with factor loadings between .718 and .888, high reliability of factor scores (EAP = .935), and a factor determination index of .967. Favorable incremental indices were obtained (CFI = .973, NNFI = .959), but the RMSEA was high (.133). The results support the unifactorial structure of the AAQ-II and provide evidence of adequate internal consistency and validity among Mexican university students. The positive association between psychological inflexibility and emotional suppression indicates that the construct is related to strategies aimed at avoiding emotional experience, rather than cognitive reappraisal. Finally, these findings support the utility of the instrument for assessing psychological inflexibility in the Mexican university population.

Keywords: *psychological inflexibility, emotional regulation, college students, confirmatory factor analysis, AAQ-II*



UANL



FTSyDH

POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

“Calidad e Innovación: Perspectiva contemporánea para la Educación Superior”





Introducción

La flexibilidad psicológica es un concepto empleado dentro de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), referida a la capacidad de una persona para estar en contacto con las experiencias privadas que surgen en el momento presente, sin necesidad de evitarlas o escapar de ellas, de tal forma que puede ajustar su conducta de acuerdo con lo que la situación requiere y con aquello que considera valioso. Desde esta perspectiva, la inflexibilidad psicológica representa el polo problemático, ya que los pensamientos, emociones, recuerdos o sensaciones desagradables pueden llegar a interferir con la acción orientada a valores (Ruiz et al., 2024; Ruiz et al., 2013).

Un mecanismo que se encuentra fuertemente ligado con la inflexibilidad psicológica es la evitación experiencial (Ruiz et al., 2024), la cual ocurre cuando las personas no están dispuestas a mantenerse en contacto con experiencias privadas (pensamientos, sensaciones corporales, recuerdos o tendencias comportamentales), optando por evitar, escapar o modificar tanto la forma como la frecuencia de dichas experiencias, así como los contextos que las ocasionan. De acuerdo con esta postura, el problema no se encuentra únicamente en sentir malestar o tener pensamientos desagradables, sino en la relación rígida que la persona establece con esas experiencias y en las estrategias que emplea para intentar controlarlas (Hayes et al., 1996).

En el contexto universitario, los estudiantes suelen enfrentarse a demandas académicas, personales y sociales que no siempre son fáciles de manejar. Durante esta etapa pueden experimentar cansancio emocional académico, incertidumbre e insatisfacción con distintos aspectos de su vida académica o personal. Estas situaciones pueden dificultar el cumplimiento de tareas, proyectos y evaluaciones, así como la adaptación a la vida universitaria. Además, los estudiantes deben hacer frente a retos relacionados con su formación profesional y con el establecimiento de relaciones interpersonales (Ramos et al., 2005; Reyna & Hernández, 2025).



Investigaciones previas, han documentado cómo la inflexibilidad psicológica se relaciona con distintas manifestaciones de malestar en los estudiantes. Por ejemplo, se ha encontrado que predice el malestar psicológico e ideación suicida (Krafft et al., 2018), así como también la imagen corporal negativa (Fang et al., 2022). También se ha observado que tiene un papel importante en la ansiedad cognitiva ante los exámenes, especialmente cuando se acompaña de rumiación y pensamientos perfeccionistas, lo que sugiere que la dificultad para tomar distancia de los pensamientos negativos puede intensificar la ansiedad en situaciones de evaluación (Aydın & Yerin, 2022). De manera similar, se ha reportado que la inflexibilidad psicológica, puede mediar la relación entre desregulación emocional, problemas de sueño y síntomas de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios (Orouji et al., 2022).

Por otro lado, la regulación emocional también resulta relevante en el estudio de la salud mental universitaria, ya que permite comprender la forma en que los estudiantes manejan sus emociones ante situaciones de presión, incertidumbre o malestar. Cabe señalar, que la regulación emocional es entendida como el proceso a través del cual las personas pueden influir en la forma en que experimentan, expresan y responden a sus emociones. Particularmente, la reevaluación cognitiva implica cambiar la manera en que se interpreta una situación para modificar su impacto emocional, mientras que la supresión emocional se orienta a inhibir la expresión de la emoción una vez que ya se ha activado (Gross & John, 2003).

Al respecto, Öztekin et al. (2025) encontraron que, en estudiantes universitarios, la ansiedad hacia el futuro se relacionó con menor flexibilidad psicológica y menor reevaluación cognitiva, así como con una mayor supresión emocional, depresión y estrés. Además, los autores observaron que la flexibilidad psicológica, la reevaluación cognitiva y la supresión emocional actuaban como variables mediadoras entre la ansiedad hacia el futuro y los síntomas emocionales. Por lo cual, estos hallazgos indican que la manera en que los estudiantes se relacionan con sus experiencias internas y regulan sus emociones, puede desempeñar un papel importante en su ajuste psicológico.



Por ello, analizar ambas estrategias permite explorar si la inflexibilidad psicológica se vincula de forma distinta con procesos de regulación más orientados a la resignificación o al control de la expresión emocional.

Cuestionario de Aceptación y Acción-II (AAQ-II)

Uno de los instrumentos más utilizados para evaluar la inflexibilidad psicológica es el Cuestionario de Aceptación y Acción-II (AAQ-II), ya que sus ítems reflejan la interferencia de experiencias privadas con la vida cotidiana, incluyendo emociones, recuerdos, preocupaciones y experiencias dolorosas. Ruiz et al. (2024) señalan que, aunque el AAQ-II ha sido empleado en ocasiones como medida de flexibilidad psicológica o evitación experiencial, resulta más preciso interpretarlo como una medida de inflexibilidad psicológica.

En población hispanohablante, Ruiz et al. (2013) analizaron la traducción española del instrumento a partir de la versión original de Bond et al. (2011). El estudio incluyó seis muestras clínicas y no clínicas, con un total de 712 participantes. En dicho estudio se mostró una consistencia interna adecuada, con un alfa de Cronbach global de .88. Además, el análisis factorial exploratorio (AFE) que fue realizado mediante componentes principales, apoyó una solución de un solo factor, que explicó el 57.33% de la varianza, con saturaciones factoriales entre .69 y .84.

Como parte de las evidencias de validez, Ruiz et al. (2013) encontraron que las muestras clínicas presentaron puntuaciones más altas en el AAQ-II que las muestras no clínicas. La media global en las muestras clínicas fue de 32.64, mientras que en las no clínicas fue de 21.22, lo que permitió distinguir entre ambos grupos. Asimismo, las puntuaciones del AAQ-II se relacionaron con indicadores de sintomatología psicológica, depresión, preocupación, sensibilidad a la ansiedad, creencias relacionadas con incontrollabilidad y la necesidad de controlar pensamientos. También se observaron asociaciones negativas con autoeficacia, aceptación sin juicio, actuación con conciencia, afrontamiento adecuado, salud



mental y física. En el caso de las muestras universitarias, el instrumento mostró consistencia interna aceptable, con valores entre .80 y .86, además de la presencia de un factor principal.

En México, el estudio de Patrón (2010) constituye uno de los antecedentes iniciales sobre el AAQ-II. Este trabajo presentó una adaptación para población yucateca, empleando una versión de diez ítems en una muestra clínica y no clínica. Sus resultados mostraron una consistencia interna adecuada, una estructura unifactorial y una asociación positiva con ansiedad, lo que aportó evidencia inicial para el uso del instrumento en población mexicana. Posteriormente Mellin & Padrós (2021) ampliaron el estudio del instrumento en una muestra michoacana, retomando la versión de Patrón (2010), donde se analizó una versión de siete ítems mediante un AFC. Más recientemente, Nuño-Gutiérrez & Poblano (2025) estudiaron el AAQ-II en universitarios mexicanos, reportando una solución unifactorial de ocho ítems, con consistencia interna adecuada y asociación positiva con ansiedad.

En conjunto, estos estudios muestran que el AAQ-II ha sido analizado psicométricamente en población mexicana desde distintas muestras, versiones y procedimientos. Esta trayectoria resulta valiosa, ya que ha permitido contar con evidencia inicial y reciente sobre el funcionamiento del instrumento en México. Sin embargo, todavía es necesario continuar examinando su estructura interna en contextos específicos, particularmente resulta pertinente aportar evidencia confirmatoria de la versión de siete ítems utilizada por Ruiz et al. (2013) en estudiantes universitarios mexicanos. Además, analizar su asociación con la regulación emocional permite ampliar la evidencia de validez del instrumento y vincular la inflexibilidad psicológica con procesos relevantes para el ajuste emocional en población universitaria.

Por lo anterior, este estudio tuvo como objetivo analizar la estructura interna del AAQ-II mediante análisis factorial confirmatorio en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos, así como examinar su asociación con dos estrategias de regulación emocional, en este caso, la supresión emocional y la reevaluación cognitiva.

Método



Diseño

Estudio instrumental de tipo transversal y correlacional, con el objetivo de evaluar la estructura interna del Cuestionario de Aceptación y Acción-II (AAQ-II) como medida de la inflexibilidad psicológica. El muestreo fue no aleatorio por conveniencia, con estudiantes universitarios que aceptaron participar de forma voluntaria, anónima y confidencial mediante un formulario electrónico.

Participantes

La muestra estuvo conformada por 279 estudiantes universitarios mexicanos. Del total de los participantes, 60.6% fueron hombres y 39.4% mujeres. Respecto al nivel educativo, 87.5% cursaba estudios de licenciatura, 8.9% de maestría y 3.6% de doctorado. En cuanto a la edad, 72% se ubicó entre 18 y 20 años. Asimismo, el 95.7% reportó ser soltero(a).

Dentro de los criterios de inclusión se consideraron que los participantes fueran estudiantes universitarios, mayores de edad y que aceptaran participar voluntariamente en el estudio.

Instrumentos

Cuestionario de Aceptación y Acción-II (AAQ-II) (Bond et al., 2011). Se empleó la versión al español validada por Ruiz et al. (2013) para evaluar la inflexibilidad psicológica. El instrumento está integrado por 7 ítems en una escala tipo Likert de 7 puntos, con respuestas que oscilan entre 1 (nunca es verdad) y 7 (siempre es verdad), por lo que a mayor puntaje se presenta mayor inflexibilidad psicológica. Posee adecuadas propiedades psicométricas, con una consistencia interna de alfa de Cronbach de .88.

Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ-ME) (Gross & John, 2003). Se utilizó la versión validada en población mexicana por Beltrán y Rodríguez (2024), para evaluar la regulación emocional, entendida como el proceso mediante el cual las personas modulan sus respuestas emocionales, una vez que se activan tendencias de respuesta de tipo experiencial, conductual y fisiológico. Está integrada por dos subescalas correspondientes a estrategias



específicas de regulación emocional. La primera es la *reevaluación cognitiva* que alude a la modificación en la interpretación de una situación potencialmente generadora de emociones con el fin de cambiar su impacto emocional. Esta subescala está conformada por los ítems 1, 3, 5, 7, 8 y 10, y presentó un alfa de Cronbach de .81. La segunda es la *supresión emocional*, entendida como la inhibición de la expresión emocional una vez que la respuesta ya se encuentra en curso. Esta subescala incluye los ítems 2, 4, 6 y 9, con una consistencia interna de $\alpha = .71$.

Procedimiento

Se recolectaron los datos a través de un formulario electrónico realizado en Google Forms, que se distribuyó por los autores del estudio. En él, se informó acerca de los objetivos de la investigación, el carácter anónimo, voluntario y confidencial, así como también, se preguntó explícitamente el deseo de aceptar la participación o no. De esta forma, se incluyeron en los análisis los datos de los participantes que respondieron afirmativamente.

Análisis de datos

Se utilizó el paquete estadístico para las ciencias sociales IBM®SPSS versión 24 (IBM Corporation, Armonk, NY, EE. UU.), para estimar la consistencia interna mediante el coeficiente alfa de Cronbach. Además, se efectuaron correlaciones de Spearman entre las puntuaciones del AAQ-II y las subescalas del ERQ-ME, como evidencias de validez convergente y divergente.

El AFC del AAQ-II se realizó en el programa FACTOR versión 12.06.07 (Lorenzo-Seva & Ferrando, 2023), a partir de una matriz de correlaciones policóricas, considerando la naturaleza ordinal de los ítems y la ausencia de normalidad multivariada. Se empleó el procedimiento de AFC de restricciones suaves, con Bootstrap BCa de 500 muestras y corrección robusta LOSEFER para la chi cuadrada. Se examinaron la prueba de Barlett, el índice Kaiser Meyer Olkin (KMO) y los índices de ajuste comparativo (CFI), estadístico de bondad de ajuste (GFI), estadístico de bondad de ajuste corregido (AGFI), índice de ajuste no normalizado (NNFI), la raíz cuadrada media de los residuales (RMSR), el error cuadrático



de aproximación por gado de libertad (RMSEA), así como la raíz cuadrática media ponderada de los residuales (WRMR).

Resultados

Como paso previo al AFC, se calcularon los estadísticos descriptivos y la consistencia interna de los instrumentos empleados. Los coeficientes de alfa de Cronbach obtenidos mostraron niveles aceptables, considerando como referencia valores iguales o superiores a .60 (Hair et al., 2014), como se muestra en la Tabla 1.

Tabla 1

Estadísticos descriptivos y consistencia interna de los instrumentos

Instrumento	Alfa de Cronbach	Media	Mediana	Desviación estándar	Ítems
Cuestionario de Aceptación y Acción-II (AAQ-II)	.917	23.73	24	10.70	7
Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ-ME)	.766	47.69	47	8.9	10
Subescala Supresión de Emociones	.701	17.31	17	5.02	4
Subescala Reevaluación Cognitiva	.806	30.37	30	6.28	6

Fuente. Elaboración propia.

Validez convergente y divergente

Para mostrar evidencias de validez convergente y divergente, se realizaron correlaciones de Spearman entre el AAQ-II como medida de la inflexibilidad psicológica, y las subescalas que comprenden el ERQ-ME, a saber, reevaluación cognitiva y supresión de emociones (Tabla 2).

En primer lugar, se observó una correlación positiva y significativa entre inflexibilidad psicológica y supresión emocional ($r_s = .394$, $p = .001$), lo cual es evidencia de validez convergente. Este resultado es congruente, debido a que la supresión emocional implica una forma de regulación emocional caracterizada por la inhibición de la expresión



de emociones, lo cual mantiene cierta cercanía conceptual con procesos de inflexibilidad psicológica, especialmente la evitación experiencial.

En segundo lugar, no se mostró una asociación entre la inflexibilidad psicológica y la reevaluación cognitiva ($r_s = .014$, $p = .817$), lo cual resulta una evidencia de validez divergente. En este caso, es consistente que el constructo de inflexibilidad psicológica no se relacione con una estrategia de regulación emocional que implica un cambio en la forma de pensar o de interpretar ciertas situaciones generadoras de emociones desagradables, modificando a su vez la respuesta emocional.

Tabla 2

Correlaciones de Spearman entre las variables del estudio

Variable	1	2	3
1 Inflexibilidad psicológica	1		
2 Reevaluación cognitiva	.014	1	
3 Supresión de emociones	.394**	.233**	1

Nota. ** La correlación es significativa en el nivel .01 bilateral. Fuente: Elaboración propia.

Análisis factorial confirmatorio

Antes de realizar el AFC, se examinó la matriz de correlaciones policóricas del AAQ-II. La prueba de esfericidad de Bartlett fue significativa $\chi^2(21) = 1491.2$, $p < .001$, y el índice KMO fue de .902. Asimismo, la curtosis de Mardia resultó significativa (coeficiente = 85.39, estadístico = 16.66; $p < .001$), lo que indicó ausencia de normalidad multivariante. Por esta razón, el análisis se realizó a partir de una matriz de correlaciones policóricas.

El modelo unifactorial se estimó mediante un procedimiento robusto con remuestreo Bootstrap BCa de 500 muestras. Las cargas factoriales estuvieron entre .718 y .888, con intervalos de confianza al 95% entre .619 y .927; y comunalidades entre .516 y .788, lo que indica que una proporción importante de la varianza de los ítems es explicada por el factor de inflexibilidad psicológica (Tabla 3).

Tabla 3



Cargas factoriales, comunidades e intervalos de confianza del AAQ-II

Ítem	Carga factorial	BCa (IC 95%)	Comunalidad
1	.718	.619 - .809	.516
2	.757	.663 - .826	.573
3	.726	.639 - .793	.527
4	.833	.750 - .888	.693
5	.888	.833 - .927	.788
6	.843	.779 - .889	.711
7	.838	.784 - .878	.702

Fuente. Elaboración propia.

Asimismo, la varianza explicada por el factor fue de 4.51, equivalente al 64.44% de la varianza total. Además, la confiabilidad de las puntuaciones factoriales fue elevada (EAP = .935), lo que indica una precisión en la estimación del factor. De la misma manera, el índice de determinación factorial (.967), sugiere que el constructo quedó adecuadamente representado por los ítems del instrumento.

Tabla 4

Índices de ajuste del modelo unifactorial del AAQ-II

Índice	Valor esperado	Valor obtenido
Índice de ajuste comparativo (CFI)	> .95	.973
Estadístico de bondad de ajuste (GFI)	> .95	.934
Estadístico de bondad de ajuste corregido (AGFI)	> .95	.902
Índice de ajuste no normalizado (NNFI)	> .95	.959
Error cuadrático de aproximación por grado de libertad (RMSEA)	< .07	.133
Raíz cuadrática media ponderada de los residuales (WRMR)	< 1.0	.077
Raíz cuadrada media de los residuales (RMSR)	≤ .060	.060

Fuente: Elaboración propia.



Respecto al ajuste del modelo, la chi cuadrada corregida mediante LOSEFER fue significativa ($\chi^2/\text{gl} = 82.337/14 = 5.88$, $p = < .001$), no obstante, los índices incrementales fueron favorables, con un CFI = .973 ($> .95$), un NNFI = .959 ($> .95$); aunque el RMSEA fue elevado (.133 $> .08$, IC 95% [.103, .201]). De manera adicional, el RMSR fue de .060 ($\leq .060$) y el WRMR de .078 (< 1), con residuales estandarizados entre -1.18 y 2.75, lo que indica un ajuste residual favorable del modelo (Tabla 4).

Discusión

En esta investigación se examinó la estructura interna del Cuestionario de Aceptación y Acción-II mediante un análisis factorial confirmatorio en estudiantes universitarios mexicanos. De manera general, los resultados respaldan la estructura unifactorial del instrumento y muestran una consistencia interna adecuada ($\alpha = .917$). Estos hallazgos son congruentes con lo reportado en investigaciones previas, donde se han observado coeficientes de alfa de Cronbach entre .88 y .93 (Krafft et al., 2018; Ruiz et al., 2013, 2016, 2024).

Con relación a las evidencias de validez, se encontró que la inflexibilidad psicológica se correlacionó de manera positiva y significativa con la supresión emocional ($r_s = .394$, $p = .001$), aportando evidencia de validez convergente. Lo anterior, coincide con los hallazgos de Öztekin et al. (2025), que, aunque emplearon instrumentos distintos a los de la presente investigación, la flexibilidad psicológica se asoció negativamente con la supresión emocional, denotando que la inflexibilidad psicológica parece relacionarse con un mayor uso de estrategias centradas en la evitación de la expresión emocional.

Como evidencia de validez divergente, se consideró la ausencia de correlación significativa entre la inflexibilidad psicológica y la reevaluación cognitiva ($r_s = .014$, $p = .817$). Este hallazgo sugiere que la inflexibilidad psicológica no necesariamente tiene relación con todas las estrategias de regulación emocional, sobre todo, porque la reevaluación cognitiva representa un proceso distinto, orientado a modificar el significado atribuido a una situación para cambiar su impacto emocional (Beltrán & Rodríguez, 2024; Gross & John, 2003).



En cuanto al análisis factorial confirmatorio, los resultados muestran que el AAQ-II presenta un funcionamiento psicométrico favorable para evaluar la inflexibilidad psicológica en estudiantes universitarios mexicanos. Estos hallazgos coinciden con lo reportado en población española y mexicana, donde también se ha encontrado evidencia a favor de una estructura unidimensional del instrumento. Al igual que Ruiz et al. (2013), se observó una estructura unifactorial y niveles adecuados de consistencia interna. A su vez, Patrón (2010), Mellin & Padrós (2021) y Nuño-Gutiérrez & Poblano (2025) encontraron también evidencia favorable para una estructura unidimensional del instrumento, aunque mediante versiones y procedimientos de análisis diferentes.

A diferencia de investigaciones previas realizadas en México, el presente estudio aporta evidencia confirmatoria de la versión de siete ítems propuesta por Ruiz et al. (2013) en estudiantes universitarios mexicanos, además de examinar su relación con estrategias de regulación emocional. En nuestro caso, las cargas factoriales fueron elevadas, entre .718 y .888; lo que indica que todos los ítems mantuvieron una relación importante con el factor de inflexibilidad psicológica. Además, la confiabilidad de las puntuaciones factoriales fue alta ($EAP = .935$) y el índice de determinación factorial (.967) sugiere que el constructo quedó adecuadamente representado por los ítems del instrumento. Esto resulta relevante porque no se identificó algún ítem con un desempeño claramente bajo que justificara su eliminación, por lo que se mantuvo la versión completa de los siete ítems.

No obstante, un aspecto que requiere una lectura cuidadosa es el valor obtenido en el RMSEA, ya que fue elevado (.133) y se ubicó por encima de los criterios comúnmente recomendados. Este resultado muestra que el ajuste del modelo no fue completamente satisfactorio en todos los indicadores, por lo que no debe pasarse por alto. Sin embargo, tampoco parece suficiente para descartar la estructura unifactorial del AAQ-II. En primer lugar, se trata de una escala breve, con siete ítems, y de un modelo con pocos grados de libertad, condiciones en las que el RMSEA puede presentar valores altos aun cuando otros índices de ajuste sean aceptables. En este sentido, Kenny et al. (2014) señalan que el RMSEA



puede comportarse de manera menos estable en modelos con grados de libertad reducidos, por lo que no conviene valorarlo de forma aislada.

En segundo lugar, el comportamiento del RMSEA también puede entenderse a partir de los antecedentes psicométricos del AAQ-II. Ruiz et al. (2013) no reportaron este índice debido a que analizaron la estructura del instrumento mediante análisis factorial exploratorio. En cambio, los estudios mexicanos que han empleado análisis confirmatorios han mostrado que el ajuste del AAQ-II puede variar según la versión analizada, la muestra y el procedimiento estadístico empleado. Por ejemplo, Mellin y Padrós (2021) reportaron un RMSEA elevado en la versión mexicana de siete ítems, aun cuando otros indicadores de ajuste fueron aceptables. De manera similar, Nuño-Gutiérrez y Poblano (2025) observaron mejores índices de ajuste después de trabajar con una versión abreviada del instrumento. Estos antecedentes sugieren que el RMSEA elevado no es un resultado aislado dentro del estudio del AAQ-II, aunque sí debe considerarse como un aspecto metodológico importante.

Por lo anterior, el modelo unifactorial se consideró aceptable al revisar el conjunto de resultados obtenidos. Aunque el RMSEA fue el indicador menos favorable, los índices incrementales mostraron valores adecuados, particularmente el CFI (.973) y el NNFI (.959). Además, los índices residuales se ubicaron dentro de los rangos aceptables ($RMSR = .060$; $WRMR = .078$), lo que sugiere que las discrepancias residuales no fueron excesivas. A esto se suman las cargas factoriales elevadas y el índice de determinación factorial. En conjunto, estos resultados permiten sostener la pertinencia de la estructura unifactorial del AAQ-II en esta muestra, aunque el valor elevado del RMSEA señala la necesidad de continuar evaluando el modelo en otras muestras universitarias mexicanas.

Entre las limitaciones del estudio se reconoce el uso de medidas de autoinforme y un muestreo no probabilístico por conveniencia, lo que limita la generalización de los resultados ya que la muestra no puede considerarse representativa de la totalidad de los estudiantes universitarios mexicanos. Por ello, los hallazgos deben interpretarse en función de las características particulares de los participantes incluidos, como su procedencia institucional, nivel educativo, distribución por sexo y contexto de aplicación. Aunque los resultados



aportan evidencia favorable sobre el funcionamiento del AAQ-II en esta muestra, no es posible asumir que el instrumento se comporte de la misma manera en todos los grupos universitarios.

Asimismo, el muestreo por conveniencia puede influir en la variabilidad de las respuestas, debido a que los participantes no fueron seleccionados de una manera aleatoria. Esto puede limitar la inclusión de estudiantes con características académicas, sociales o regionales distintas a las observadas en la muestra analizada. Por esta razón, se recomienda que futuras investigaciones repliquen el estudio en muestras más amplias y diversas, incluyendo estudiantes de distintas universidades, regiones geográficas, áreas disciplinares y niveles educativos. También sería conveniente evaluar la invarianza factorial del AAQ-II por sexo, nivel educativo o región geográfica, con el fin de analizar si la estructura unifactorial del instrumento se mantiene estable entre distintos grupos universitarios. Además, se sugiere incorporar indicadores complementarios de consistencia interna, como el coeficiente Omega de McDonald, para complementar el alfa de Cronbach reportado en este estudio. Finalmente, sería de interés continuar examinando la relación del AAQ-II con otras variables psicológicas vinculadas al ajuste emocional y académico.

A pesar de estas limitaciones, el AAQ-II mostró un desempeño adecuado y explicó el 64.44% de la varianza total, lo que aporta evidencia adicional sobre la adecuada representación del constructo de inflexibilidad psicológica en estudiantes universitarios mexicanos. Estos resultados permiten considerar que el instrumento puede ser útil para identificar patrones de evitación experiencial y rigidez psicológica que podrían asociarse con altos costos emocionales y conductuales a largo plazo (Hayes et al., 1996).

Finalmente, cabe mencionar las implicaciones prácticas de esta investigación, donde se resalta la importancia de promover en la población universitaria, intervenciones orientadas al desarrollo de la flexibilidad psicológica, como la ACT, mindfulness, la defusión cognitiva y otros enfoques basados en la aceptación, ya que podrían contribuir al desarrollo de habilidades para afrontar pensamientos y emociones difíciles sin que interfieran de manera significativa con las actividades cotidianas y académicas. Esto resulta relevante debido a que



POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

“Calidad e Innovación: Perspectiva contemporánea para la Educación Superior”



la inflexibilidad psicológica es un proceso modificable (Krafft et al., 2018) que se ha relacionado con distintos indicadores de ajuste psicológico en estudiantes universitarios (Alam & Mohanty, 2023; Fang et al., 2022).



Referencias

- Alam, A. & Mohanty, A. (2023). “Happiness engineering”: Acceptance and commitment therapy for university students' classroom engagement, mental health, and psychological flexibility. En *Interdisciplinary Perspectives on Sustainable Development* (pp. 45-49). CRC Press.
- Aydın, G., & Yerin G., O. (2022). Exploring the role of psychological inflexibility, rumination, perfectionism cognitions, cognitive defusion, and self-forgiveness in cognitive test anxiety. *Current Psychology*, 41, 1757–1766. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00805-1>
- Beltrán J., B. E., & Rodríguez M., D. D. (2024). Evidencias psicométricas y teóricas para la validación del cuestionario de regulación emocional (ERQ-ME) en población mexicana. *Biolex. Revista Jurídica del Departamento de Derecho*, 16(27). <https://doi.org/10.36796/biolex.v16i27.374>
- Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., Waltz, T., & Zettle, R. D. (2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire - II: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior Therapy*, 42(4), 676-688. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.03.007>
- Fang, S., Ding, D., Ji, P., Huang, M., & Hu, K. (2022). Cognitive defusion and psychological flexibility predict negative body image in the Chinese college students: Evidence from acceptance and commitment therapy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(24), artículo 16519. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416519>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>



- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Pearson.
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V. Follette, V. M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(6), 1152–1168. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.64.6.1152>
- IBM Corp. (2016). *IBM SPSS Statistics for Windows* (Version 24.0) [Computer software]. IBM Corp.
- Kenny, D. A., Kaniskan, B., & McCoach, D. B. (2014). The performance of RMSEA in models with small degrees of freedom. *Sociological Methods & Research*, 44(3), 486-507. <https://doi.org/10.1177/0049124114543236>
- Krafft, J., Hicks, E. T., Mack, S. A., & Levin, M. (2018). Psychological inflexibility predicts suicidality over time in college students. *Suicide Life-Threatening Behavior*, 49, 1488-1496. <https://doi.org/10.1111/sltb.12533>
- Lorenzo-Seva, U., & Ferrando, P. J. (2023). FACTOR: A computer program to fit the exploratory factor analysis model. Universitat Rovira i Virgili.
- Mellin, S., & Padrós, B., F. (2021). Estudio psicométrico de la escala AAQ-II de evitación experiencial en población de México. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 21(1), 81-91. <https://www.ijpsy.com/volumen21/num1/573.html>
- Nuño-Gutiérrez, B. L., & Poblano, S., I. O. (2025). Propiedades psicométricas del inventario AAQ-II de evitación experiencial en universitarios mexicanos. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 17(2), 15-23. <https://doi.org/10.22201/fesi.20070780e.2024.16.2.85663>
- Orouji, F., Abdi, R., & Chalabianloo, G. (2022) Mediating role of psychological inflexibility as transdiagnostic factor in the relationship between emotional dysregulation and sleep problems with symptoms of emotional disorders. *Frontiers in Psychology*, 13, artículo 800041. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.800041>



- Öztekin G., G., Gómez-Salgado, J., & Yıldırım, M. (2025). Future anxiety, depression and stress among undergraduate students: Psychological flexibility and emotion regulation as mediators. *Frontiers in Psychology*, 16, artículo 1517441. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1517441>
- Patrón E., F. (2010). La evitación experiencial y su medición por medio del AAQ-II. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 15(1), 5-19. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29213133001>
- Ramos C., F., Manga R., D., & Moran A., C. (2005). Escala de cansancio emocional (ECE) para estudiantes universitarios: Propiedades psicométricas y asociación. *Interpsiquis*. <https://psiquiatria.com/bibliopsiquis/escala-de-cansancio-emocional-ece-para-estudiantes-universitarios-propiedades-psicometricas-y-asociacion/>
- Reyna M., M., & Hernández M., A. (2025). Structural equation model of emotional exhaustion and life satisfaction in university students. *Revista San Gregorio*, 1(63), 10-18. <http://doi.org/10.36097/rsan.v1i63.3502>
- Ruiz, F. J., Bianchi, J. M., Bastidas-Suárez, D. M., Ramírez, E. S., & Peña-Hernández, V. (2024). Is the AAQ-II that bad? *Journal of Contextual Behavioral Science*, 34, artículo 100854. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2024.100854>
- Ruiz, F. J., Langer H., A. I., Luciano, C., Cangas, A. J., & Beltrán, I. (2013). Measuring experiential avoidance and psychological inflexibility: The Spanish version of the Acceptance and Action Questionnaire – II. *Psicothema*, 25(1), 123-129. <https://doi.org/10.7334/psicothema2011.239>
- Ruiz, F. J., Suárez-Falcón, J. C., Cárdenas-Sierra, S., Durán, Y., Guerrero, K., & Riaño-Hernández, D. (2016). Psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire–II in Colombia. *The Psychological Record*, 66, 429–437. <https://doi.org/10.1007/s40732-016-0183-2>