

IDENTIFICACIÓN

Nombre: Escala de Valoración del Estado de Ánimo (EVEA)

Nombre en inglés: *Scale for Mood Assessment* (Sanz, 2001) o *Mood Evaluation Scale* (Pacheco-Unguetti, Acosta, Callejas y Lupiáñez, 2010)

Autor: Jesús Sanz

Año: 2001 [aunque se desarrolló como instrumento para una tesis doctoral defendida en 1993 y en cuyos anexos apareció por primera vez (Sanz, 1993)]

Versiones: Existe una versión de la EVEA para la población de Venezuela (Pereira y Vargas, 2005). Para elaborar esta versión, se pidió a cinco profesores de la Escuela de Psicología de la UCAB que evaluaran las instrucciones y los ítems de la EVEA con respecto a su adecuación para medir el estado de ánimo en estudiantes universitarios venezolanos. Sobre la base de dichas evaluaciones, se modificaron aquellos aspectos de la EVEA que fueron señalados por más de la mitad de los jueces. En concreto, tales modificaciones fueron tan sólo dos: los ítems “me siento alicaído” y “me siento jovial” fueron sustituidos, respectivamente, por “me siento decaído” y “me siento animado”. Por otro lado, en la versión venezolana de la EVEA las escalas con las que en cada ítem la persona valora su estado de ánimo son escalas tipo Likert de 10 puntos, de 1 a 10, en lugar de escalas tipo Likert de 11 puntos, de 0 a 10. Por tanto, es necesario tener en cuenta este cambio en el rango de puntuaciones de las dos versiones de la EVEA (la original y la venezolana) a la hora, por ejemplo, de comparar las puntuaciones medias obtenidas tras su aplicación.

El autor de la EVEA ha traducido el instrumento al inglés y dicha traducción está disponible en la misma dirección de internet en la que está disponible la versión original española (<http://www.ucm.es/estres/tests-material>). Existe también una versión abreviada en inglés de la EVEA elaborada por Álvaro Sánchez, Carmelo Vázquez y Jutta Joormann (A. Sánchez, comunicación personal, 12 de abril de 2013) y utilizada en un estudio sobre procesos atencionales y depresión clínica tras la inducción de estrés, estudio que fue realizado con 35 adultos estadounidenses con trastorno depresivo mayor o sin ningún trastorno psicológico del eje I (Sánchez López, 2011, estudio 3; Sanchez, Vazquez, Marker, LeMoult y Joormann, 2013). Esta versión abreviada en inglés no incluye la subescala de ira-hostilidad, y cada una de las tres restantes subescalas está compuesta por tres ítems, en lugar de cuatro, a pesar de lo cual sus índices de fiabilidad de consistencia interna siguen siendo adecuados (0,88, 0,92 y 0,86 para la subescalas de alegría, ansiedad y tristeza-depresión, respectivamente) y sus puntuaciones siguen siendo sensibles a cambios en el estado de ánimo inducidos por procedimientos de inducción del estado de ánimo (Sanchez et al., 2013).

DESCRIPCIÓN

Tipo de instrumento: Inventario de autoinforme de lápiz y papel.

Objetivos: Evaluar el estado de ánimo actual, fundamentalmente en el contexto de la administración de un procedimiento de inducción del estado de ánimo (PIEA), pero también en cualquier otra circunstancia en la que se requiera medir el estado de ánimo transitorio de una persona en un momento dado.

Población: Inicialmente desarrollado con estudiantes universitarios, pero ha sido aplicado y validado con otros tipos de poblaciones tanto no clínicas (p. ej., adultos de la población general) como clínicas (p. ej., pacientes adultos con trastorno depresivo mayor, pacientes adultos con delirio de persecución, pacientes con trastornos de ansiedad).

Número de ítems: 16

Descripción: La EVEA se construyó como un instrumento “para medir estados de ánimo transitorios en los estudios que utilizan procedimientos de inducción estado de ánimo” (Sanz, 2001, p. 71). La EVEA consiste de 16 ítems, cada uno compuesto por una escala gráfica de tipo Likert de 11 puntos (de 0 a 10), flanqueadas por las palabras “nada” (0) y “mucho” (10), que presenta en su margen izquierdo una corta afirmación que describe un estado de ánimo. Las 16 frases tienen la misma construcción; todas empiezan con las palabras “me siento” y continúan con un adjetivo que representa un estado de ánimo (p. ej., “me siento triste”, “me siento alegre”). La EVEA pretende evaluar cuatro estados de ánimo: ansiedad, ira-hostilidad, tristeza-depresión y alegría. Cada estado de ánimo viene representado por cuatro ítems con diferentes adjetivos los cuales definen una subescala, y todos los ítems dentro de cada subescala están formulados en la misma dirección.

Criterios de calidad:

Fiabilidad: Existen varios estudios que avalan la fiabilidad de la EVEA en diferentes muestras. Una revisión de tales estudios ha encontrado, a partir de muestras que totalizaban entre 542 y 1269 participantes, coeficientes de *fiabilidad de consistencia interna* que variaban entre 0,86 y 0,92, con una media de 0,88, para la subescala de tristeza-depresión, entre 0,92 y 0,94, con una media de 0,92, para la subescala de ansiedad, entre 0,93 y 0,95, con una media de 0,93, para la subescala de ira-hostilidad, y entre 0,88 y 0,96, con una media de 0,92, para la subescala de alegría (Sanz, Gutiérrez y García-Vera, 2013).

En cuanto a la *fiabilidad test-retest*, Sanz (2001) informó que, tras la inducción de un estado de ánimo neutro mediante música, los coeficientes test-retest a los siete minutos para dos muestras de 88 y 20 estudiantes universitarios eran, respectivamente, 0,64 y 0,62 para la subescala de tristeza-depresión, 0,63 y 0,50 para la subescala de ansiedad, 0,73 y 0,55 para la subescala de ira-hostilidad, y 0,81 y 0,72 para la subescala de alegría, mientras que el coeficiente test-retest a los 25 minutos para una muestra de 29

estudiantes universitarios era 0,76 para la subescala de tristeza-depresión, 0,28 para la subescala de ansiedad, 0,67 para la subescala de ira-hostilidad y 0,88 para la subescala de alegría. A pesar del poco tiempo transcurrido entre las aplicaciones de la EVEA, esos coeficientes (salvo el coeficiente test-retest a los 25 minutos de la escala de ansiedad) pueden considerarse adecuados, ya que las instrucciones del instrumento hacen hincapié en la medición de estados de ánimo transitorios. Por otro lado, el coeficiente bajo y no significativo estadísticamente de 0,28 para la subescala de ansiedad podría explicarse por el hecho de que las puntuaciones en esta subescala suelen experimentar un descenso notable a medida que los participantes se familiarizan con el laboratorio y con la sesión experimental, proceso que pudo verse incrementado en el estudio correspondiente ya que en el mismo se aplicó una música que, aunque supuestamente neutra, pudo tener efectos relajantes para las personas en dicho contexto (Sanz, 2001).

Validez: Existen varios estudios que han obtenido buenos índices de *validez convergente* de la EVEA, en especial de las subescalas de tristeza-depresión y ansiedad, al mostrar que sus subescalas correlacionan de forma moderada o alta en distintos tipos de población (estudiantes universitarios, pacientes con trastornos psicológicos, adultos de la población general, etc.) con otras medidas de autoinforme del estado de ánimo tales como las subescalas de afecto negativo y afecto positivo de la Escala de Afecto Positivo y Negativo (PANAS), con otras medidas de ansiedad tales como el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) o las subescalas de ansiedad estado y rasgo del Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI), o con otras medidas de depresión tales como el Inventario de Depresión de Beck de 1978 (BDI-IA), el Inventario de Depresión de Beck-II (BDI-II) o la Escala Autoaplicada para la Depresión de Zung (SDS) (p. ej., Pacheco-Unguetti et al., 2010; Pino-Sedeño et al., 2010; Provencio Ortega, 2012; Romero Martín, 2012; Sanz, 2001). Por ejemplo, en una muestra de 350 estudiantes universitarios, Pacheco-Unguetti et al. (2010) encontraron una correlación muy alta de 0,81 entre la subescala de ansiedad de la EVEA y la subescala de ansiedad estado del STAI. Sanz et al. (2013), tras revisar siete estudios que habían analizado la relación de la subescala de depresión de la EVEA con el BDI-IA, el BDI-II o la SDS, y que totalizaban una muestra de 857 participantes, encontraron un coeficiente de correlación medio de 0,52 entre ambos instrumentos. Finalmente, Pino-Sedeño et al. (2010), con una muestra de 140 estudiantes universitarios, encontraron que las subescalas de ansiedad y tristeza-depresión de la EVEA correlacionaban 0,64 y 0,74, respectivamente, con la subescala de afecto negativo de la PANAS, mientras que la subescala de alegría de la EVEA correlacionaba 0,67 con la subescala de afecto positivo de la PANAS.

En cuanto a la *validez discriminante*, aunque la literatura científica muestra que los instrumentos que evalúan diferentes estados de ánimo correlacionan entre sí de forma moderada o grande, las correlaciones entre las subescalas de estado de ánimo de la EVEA son menores que las que han obtenido otros instrumentos entre sus subescalas. Por ejemplo, Sanz et al. (2013), tras revisar tres estudios que habían analizado la relación entre las subescalas de la EVEA que miden estados de ánimo negativos (tristeza-depresión, ansiedad e ira-hostilidad), encontraron que dichas correlaciones oscilaron entre 0,34 y 0,78, con una media de 0,47, coeficiente de validez discriminante sensiblemente más bajo que los hallados en la literatura científica con otros autoinformes de estado de ánimo. Por ejemplo, las subescalas de ansiedad, depresión y

hostilidad de la MAACL y de su versión revisada (MAACL-R) presentan intercorrelaciones que oscilan entre 0,70 y 0,90 para la MAACL y entre 0,61 y 0,62 para la MAACL-R (Watson y Clark, 1997), mientras que las intercorrelaciones entre dichas escalas de la versión ampliada de la PANAS (PANAS-X) oscilan entre 0,49 y 0,61, con una media de 0,56, y las correlaciones de esas mismas escalas del Perfil de Estados de Ánimos (POMS) fluctúan entre 0,63 y 0,69, con una media de 0,66 (Watson y Clark, 1997).

La *validez de criterio* de la EVEA evaluada mediante el procedimiento de comparar grupos contrastados ha sido examinada en cuatro estudios (Pacheco-Unguetti et al., 2011; Provencio Ortega, 2012, estudios 2 y 3; Romero Martín, 2012, estudio 2; véase Sanz et al., 2013), los cuales revelan, por ejemplo, que, como cabría esperar y en comparación a personas normales o sin trastornos, los pacientes con trastorno depresivo mayor puntúan significativamente más alto en la subescala de depresión (d de Cohen = entre 1,59 y 1,73) y significativamente más bajo en la subescala de alegría (d de Cohen = entre -1,36 y -1,52) (Romero Martín, 2012, estudio 2), mientras que los pacientes con trastornos de ansiedad puntúan significativamente más alto en la subescala de ansiedad (d de Cohen = 1,49) (Pacheco-Unguetti et al., 2011). También Sánchez López (2011, estudio 3) ha encontrado diferencias estadísticamente significativas entre participantes con trastorno depresivo mayor y sin ningún trastorno psicológico en las subescalas de ansiedad, tristeza-depresión y alegría de la versión abreviada inglesa de la EVEA.

La *validez factorial* de la EVEA también es buena, habiéndose encontrado de forma coincidente en dos estudios con estudiantes universitarios cuatro factores definidos perfectamente por los ítems que componen las cuatro subescalas del instrumento (Pino-Sedeño et al., 2010; Sanz, 2001).

Finalmente, y de manera importante para los objetivos de la EVEA, sus subescalas han demostrado *sensibilidad al cambio* tras la aplicación de muy diferentes PIEAs (p. ej., música, recuerdo autobiográfico, vídeo, imaginación guiada, imágenes) dirigidos a inducir ansiedad, tristeza-depresión o alegría. En especial, las subescalas de los estados de ánimo negativos (tristeza-depresión, ansiedad e ira-hostilidad) se han mostrado especialmente sensibles a dichos PIEAs y, en general, dichos cambios han sido mayores y más consistentes en la subescala relacionada con el estado de ánimo que se pretendía inducir. Así, como se recoge en la revisión de Sanz et al. (2013), en cuatro de cinco estudios (p. ej., Pacheco-Unguetti et al., 2012, estudio 2; Sanz, 1994a, citado en Sanz, 2001) la subescala de la ansiedad de la EVEA mostró incrementos significativos pre-post tras PIEAs para inducir ansiedad, y dichos incrementos fueron grandes en términos del tamaño del efecto (d de Cohen = entre 1,09 y 1,26), mientras que en 10 de 11 estudios (p. ej., Sanz, 1994b, 1997, citados en Sanz, 2001; Hervas y Vazquez, 2013, estudios 2 y 3a) la subescala de tristeza-depresión de la EVEA mostró incrementos significativos pre-post tras PIEAs para inducir tristeza-depresión, y dichos incrementos también fueron, en general, grandes en términos del tamaño del efecto (d de Cohen = entre 0,62 y 2,20, con una media de 1,31). Es más, también las subescalas de tristeza-depresión, ansiedad y alegría de la versión venezolana de la EVEA y de la versión inglesa reducida de la EVEA se han mostrado sensibles a los cambios en el estado de ánimo producidos por PIEAs para inducir tristeza, alegría y ansiedad (Pereira y Vargas,

2005; Sánchez López, 2011, estudio 3). Por otro lado, las subescalas de tristeza-depresión y alegría de la EVEA también se han mostrado sensible a variaciones naturales en el estado de ánimo de estudiantes universitarios (Hervas y Vazquez, 2013, estudio 1).

APLICACIÓN

Tiempo de administración estimado: 1-2 minutos

Normas de aplicación: Las instrucciones de la EVEA hacen hincapié en la evaluación de estados de ánimo actuales y transitorios al requerir a las personas evaluadas que rodeen con un círculo el valor de 0 a 10 que indique mejor cómo se “siente ahora mismo”, en el mismo momento de completar el instrumento. El orden de presentación de los ítems en la EVEA fue establecido de manera aleatoria, aunque evitando la posibilidad de que dos ítems que midieran el mismo estado de ánimo aparecieran de forma consecutiva.

Corrección e interpretación: Cada ítem se valora de 0 a 10 puntos en función del valor escogido por la persona evaluada y, tras sumar directamente la puntuación de los cuatro adjetivos correspondientes a cada subescala y dividir la suma por 4, se obtienen cuatro puntuaciones entre 0 y 10 que cuantifican los estados de ánimo triste-depresivo, ansioso, alegre e iracundo-hostil de la persona evaluada en el momento en que se administró el instrumento. En concreto, para la obtención de la puntuación de la subescala de tristeza-depresión habría que sumar las puntuaciones de los ítems “melancólico”, “alicaído”, “apagado” y “triste” (ítems 4, 7, 10 y 16); para la obtención de la puntuación de la subescala de ansiedad habría que sumar las puntuaciones de los ítems “nervioso”, “tenso”, “ansioso” e “intranquilo” (ítems 1, 5, 9 y 13); para la obtención de la puntuación de la subescala de ira-hostilidad habría que sumar las puntuaciones de los ítems “irritado”, “enojado”, “molesto” y “enfadado” (ítems 2, 8, 11 y 14), y, finalmente, para la obtención de la puntuación de la subescala de alegría habría que sumar las puntuaciones de los ítems “alegre”, “optimista”, “jovial” y “contento” (ítems 3, 6, 12 y 15). Algunos investigadores prefieren no dividir la suma de las puntuaciones de los ítems de cada subescala por el número de ítems, y, en lugar de puntuaciones entre 0 y 10, obtienen puntuaciones en cada subescala que oscilan entre 0 y 40 (p. ej., Arjona Arcas, 2002; Hervas y Vazquez, 2013; Romero Martín, 2012). En cualquier caso, una puntuación más alta en las subescalas de la EVEA indica, respectivamente, un mayor nivel de tristeza-depresión, ansiedad, ira-hostilidad o alegría. Para interpretar las puntuaciones de las subescalas de la EVEA, también se pueden emplear los valores normativos (medias y desviaciones típicas) proporcionados por Sanz (2001, tabla 1) y obtenidos con una muestra de 402 estudiantes universitarios españoles evaluados de forma individual en una cabina de un laboratorio universitario. Dado que las puntuaciones de la EVEA se distribuyen aproximadamente de forma normal (salvo en el caso de la subescala de ira-hostilidad; Sanz, 2001), una puntuación que supere dos desviaciones típicas por encima de la media de la subescala correspondiente dejaría por debajo al 98% de la población de estudiantes universitarios españoles (se corresponde con el percentil 98 o puntuación T igual a 70).

Momento de aplicación: Tanto antes como durante o después de un procedimiento de inducción de estado de ánimo, y en cualquier momento en el que se desee conocer el estado de ánimo actual de una persona.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Referencia original:

Sanz, J. (2001). Un instrumento para evaluar la eficacia de los procedimientos de inducción de estado de ánimo: “La Escala de Valoración del Estado de Ánimo” (EVEA). *Análisis y Modificación de Conducta*, 27, 71-110.

Referencias de las versiones en inglés:

Sánchez López, A. (2011). *Atención selectiva como mecanismo de regulación emocional y factor de vulnerabilidad a la depresión*. Tesis doctoral. Facultad de Psicología. Universidad Complutense de Madrid. Consultada en internet el 26 de febrero de 2013 en: <http://eprints.ucm.es/14460/1/T33365.pdf>

Sanchez, A., Vazquez, C., Marker, C., LeMoult, J., y Joormann, J. (2013). Attentional disengagement predicts stress recovery in depression: an eye-tracking study. *Journal of Abnormal Psychology*.

Sanz, J. (2013). *An English version of the “Escala de Valoración del Estado de Ánimo” (EVEA): the Scale for Mood Assessment*. Manuscrito no publicado. Facultad de Psicología. Universidad Complutense de Madrid.

Otras referencias de interés o citadas en la ficha:

Arjona Arcas, F. J. (2002). *Evaluación subjetiva y respuestas psicofisiológicas en la inducción de estados de ánimo ante procedimientos audiovisuales*. Tesis doctoral. Facultad de Psicología. Universidad de Málaga.

Del Pino-Sedeño, T., Peñate, W., y Bethencourt, J. M. (2010). La escala de valoración del estado de ánimo (EVEA): análisis de la estructura factorial y de la capacidad para detectar cambios en estados de ánimo. *Análisis y Modificación de Conducta*, 36(153-154), 19-32.

Hervas, G., y Vazquez, C. (2011). What else do you feel when you feel sad? Emotional overproduction, neuroticism and rumination. *Emotion*, 11, 881-895.

Hervas, G., y Vazquez, C. (2013). Low spirits keep rewards subdued: decreases in sensitivity to reward and vulnerability to dysphoria. *Behavior Therapy*, 44, 62-74.

Pacheco-Unguetti, A. P. (2010). *Anxiety, cognitive control and processing styles*. Tesis doctoral. Facultad de Psicología. Universidad de Granada. Consultada en internet el 26 de febrero de 2013 en: <http://0-hera.ugr.es.adrastea.ugr.es/tesisugr/18920810.pdf>

Pacheco-Unguetti, A. P., Acosta, A., Callejas, A., y Lupiáñez, J. (2010). Attention and anxiety: different attentional functioning under state and trait anxiety. *Psychological Science*, 21, 298-304.

- Pacheco-Unguetti, A. P., Acosta, A., Marqués, E., y Lupiáñez, J. (2011). Alterations of the attentional networks in patients with anxiety disorders. *Journal of Anxiety Disorders*, 25, 888-895.
- Pacheco-Unguetti, A. P., Acosta, A., Lupiáñez, J., Román, N., y Derakshan, N. (2012). Response inhibition and attentional control in anxiety. *The Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 65, 646-660.
- Pereira, I., y Vargas, G. (2005). *Efectos del estado de ánimo inducido sobre el recuerdo de palabras cargadas afectivamente*. Tesis de licenciatura. Facultad de Humanidades y Educación. Escuela de Psicología. Universidad Católica Andrés Bello. Caracas, Venezuela. Consultada en internet el 26 de febrero de 2013 en: <http://biblioteca2.ucab.edu.ve/anexos/biblioteca/marc/texto/AAQ4578.pdf>
- Pérez Dueñas, C. (2008). *Estudio de los mecanismos atencionales en el procesamiento afectivo de participantes con ansiedad elevada vs. baja*. Tesis doctoral. Facultad de Psicología. Universidad de Granada. Consultada en internet el 26 de febrero de 2013 en: <http://0-hera.ugr.es.adrastea.ugr.es/tesisugr/17734307.pdf>
- Provencio Ortega, M. (2012). *Patrones de escaneo visual ante expresiones faciales negativas en personas con creencias persecutorias*. Tesis doctoral. Facultad de Psicología. Universidad Complutense de Madrid. Consultada en internet el 21 de marzo de 2013 en: <http://eprints.ucm.es/17108/1/T34032.pdf>
- Romero Martín, N. (2012). *Memoria auto-referente y autobiográfica en la depresión mayor: factores de vulnerabilidad implicados*. Tesis doctoral. Facultad de Psicología. Universidad Complutense de Madrid. Consultada en internet el 26 de febrero de 2013 en: <http://eprints.ucm.es/17113/1/T34033.pdf>
- Sanz, J. (1993). *Procesos cognitivos en la ansiedad y en la depresión*. Tesis doctoral. Facultad de Psicología. Universidad Complutense de Madrid. Consultada en internet el 26 de febrero de 2013 en: <http://www.ucm.es/BUCM/tesis/19911996/S/4/S4004801.pdf>
- Sanz, J., Gutiérrez, S., y García-Vera, M. P. (2013). *Propiedades psicométricas de la Escala de Valoración del Estado de Ánimo (EVEA): una revisión*. Manuscrito bajo revisión editorial.
- Watson, D., y Clark, L. A. (1997). Measurement and mismeasurement of mood: recurrent and emergent issues. En J. A. Schinka y R. L. Greene (Eds.), *Emerging issues and methods in personality assessment* (pp. 173-202). Mahwah, NJ: LEA.