

# Equivalencia cultural de la versión chilena del Short Self-Regulation Questionnaire-SSRQ

## Cross-cultural adaptation of the Chilean version of the Short Self-Regulation Questionnaire-SSRQ

## Equivalência cultural da versão chilena do Short Self-Regulation Questionnaire-SSRQ

*Soledad Correa\**

*Mara Behlau\*\**

### **Resumen**

Introducción: La habilidad de autorregulación debería considerarse dentro de la planificación del tratamiento vocal porque, además de ser el núcleo constructor del aprendizaje, es la habilidad de controlar voluntariamente los pensamientos y comportamientos, jugando un rol significativo en el dominio y generalización de nuevas habilidades, incluyendo las usadas en la terapia vocal. Objetivo: Realizar la equivalencia cultural al Español Chileno del Short Self-Regulation Questionnaire - SSRQ. Método: Fue realizada la traducción del SSRQ para el Español Chileno y luego la retro traducción para el inglés, etapa en la que los ítems traducidos fueron comparados con el instrumento original; un comité de fonoaudiólogos resolvió las discrepancias encontradas llegando a un consenso desde donde surgió el instrumento llamado Cuestionario Reducido de Autorregulación Chileno – CRAR-Ch. El CRAR-Ch fue aplicado inicialmente a 32 individuos. A cada ítem se le agregó la opción de respuesta “no aplicable” con el fin de identificar ítems incomprensidos lingüísticamente o inapropiados culturalmente para la población en cuestión. Fueron modificados los ítems confusos y el CRAR-Ch modificado fue aplicado a otras diez personas más, esta vez sin existir discrepancias. Resultados: Existe una equivalencia cultural del SSRQ para el Español Chileno, que recibe el nombre de CRAR-Ch. Este cuestionario mantiene la misma cantidad de ítems y opciones de respuesta del original; arrojando un índice total de la capacidad

\* Universidad de Valparaíso

\*\*Universidade Federal de Sao Paulo; Centro de Estudos da Voz

### **Contribuição dos autores:**

SC e MB - elaboração geral do trabalho.

**E-mail para correspondência:** soledad soledad correa soledad.correa.f@gmail.com

**Recebido:** 08/11/2017

**Aprovado:** 03/09/2018

de autorregulación individual. Conclusión: Fue demostrada la equivalencia cultural y lingüística del Short Self-Regulation Questionnaire - SSRQ y su versión traducida al Español Chileno Cuestionario Reducido de Autorregulación Chileno – CRAR-Ch.

**Palabras claves:** Voz; Disturbios de la voz; Fonoaudiología.

### **Abstract**

Introduction: The self-regulation ability should be considered within the planning of vocal treatment, because it is the ability to control voluntarily thoughts and behaviors, as well as being the core of learning, playing a significant role in the mastery and generalization of new skills, including those used in vocal therapy. Purpose: To realize the cultural equivalence to the Chilean Spanish of the Short Self-Regulation Questionnaire - SSRQ. Method: The translation of the SSRQ for Chilean Spanish was done and then the retrotranslation for English, in which the translated items were compared with the original instrument; a committee of speech language therapist resolved the discrepancies found, arriving at a consensus from which the instrument called Cuestionario Reducido de Autorregulación Chileno - CRAR-Ch emerged. The CRAR-Ch was applied to 32 individuals. For each item, the «not applicable» answer option was added in order to identify items that were misunderstood or inappropriate for the population in question. The confusing items were modified and the modified CRAR-Ch was applied to another ten people, without any discrepancies. Results: There is a cultural equivalence of SSRQ for Chilean Spanish, which is called CRAR-Ch. This questionnaire maintains the same number of items and response options as the original; yielding a total index of individual self-regulation capacity. Conclusion: Cultural and linguistic equivalence of the Short Self-Regulation Questionnaire - SSRQ and its translated version in Chilean Spanish Cuestionario Reducido de Autorregulación Chileno - CRAR-Ch, was demonstrated.

**Keywords:** Voice; Voice Disorders; Speech, Language and Hearing Sciences.

### **Resumo**

Introdução: A habilidade de auto-regulação deve ser considerada no planejamento do tratamento vocal porque, além de ser o núcleo da aprendizagem, é a capacidade de controlar voluntariamente pensamentos e comportamentos, desempenhando um papel significativo no domínio e generalização de novas habilidades, incluindo as usadas na terapia vocal. Objetivo: Realizar a equivalência cultural para o Espanhol Chileno do Short Self Regulation Questionnaire - SSRQ. Método: A tradução do SSRQ foi feita para o Espanhol Chileno e depois a retrotradução para o inglês, etapa em que os itens traduzidos foram comparados com o instrumento original; um comitê de fonoaudiólogos resolveu as discrepâncias encontradas, chegando a um consenso a partir do qual surgiu o instrumento chamado Cuestionario Reducido de Autorregulación Chileno - CRAR-Ch. O CRAR-Ch foi aplicado inicialmente em 32 indivíduos. Para cada item, a opção de resposta “não aplicável” foi adicionada para identificar itens não compreendidos linguisticamente ou inadequados culturalmente para a população em questão. Os itens confusos foram modificados e o CRAR-Ch atualizado foi aplicado a outras mais dez pessoas, sem achar discrepâncias. Resultados: Existe uma equivalência cultural do SSRQ para o Espanhol Chileno, que chama-se CRAR-Ch. Este questionário mantém o mesmo número de itens e opções de resposta que o original; produzindo um índice total de capacidade de auto-regulação individual. Conclusão: Foi demonstrada a equivalência cultural e lingüística do Short Self Regulation Questionnaire - SSRQ e da sua versão traduzida ao Espanhol Chileno Cuestionario Reducido de Autorregulación Chileno - CRAR-Ch.

**Palavras-chave:** Voz; Distúrbios da voz; Fonoaudiologia.

## Introducción

La producción vocal es un proceso multidimensional, influenciado por aspectos anatómicos, fisiológicos, comportamentales, orgánicos, ambientales y culturales<sup>1</sup>. Una alteración de la voz es llamada disfonía, lo que se define como un trastorno vocal de origen multifactorial que se caracteriza por cambios en uno o más parámetros vocales<sup>2</sup>. La disfonía que ocurre por uso inapropiado de la voz es llamada disfonía comportamental<sup>3</sup>, es decir, aparece por comportamientos inadecuados que alteran el equilibrio anatomofisiológico de la producción vocal. Estos comportamientos podrían estar relacionados a bajas conductas de autorregulación, que es un aspecto de las funciones ejecutivas del córtex prefrontal y que está definida por estos siete procesos: recibir información relevante, evaluar esa información y compararla con las normas, desencadenar cambios, buscar opciones, formular planes y evaluar la eficacia de esos planes<sup>4</sup>. Cualquier dificultad en alguno de estos procesos podría implicar un déficit en la autorregulación del comportamiento<sup>5</sup>. Una herramienta de evaluación de las conductas de autorregulación es el *Short Self-Regulation Questionnaire-SSRQ*<sup>5</sup>; este instrumento es la versión abreviada del *Self-Regulation Questionnaire* creada por Miller y Brown en 1991<sup>5</sup> y surge desde la necesidad de que el paciente realice una propia evaluación de sus conductas de control de comportamiento. Si bien no es un cuestionario específico del área de la Fonoaudiología, sino de la Psicología, puede ser de gran utilidad en la evaluación clínica de las disfonías comportamentales, debido a que algunos de los factores de riesgo que predisponen la aparición de éstas son conductas asociadas a la autorregulación, como el tabaquismo y alcoholismo, por ejemplo<sup>2</sup>. La versión original, SRQ, cuenta con 63 ítems mientras que la versión abreviada, SSRQ, con 31, presentando una propiedad psicométrica del 96% de confiabilidad y un 92% de consistencia interna<sup>5</sup>, es decir, que es posible utilizar esta versión reducida sin perder información. Cada ítem de este instrumento tiene por objetivo evaluar uno de los siete procesos mencionados anteriormente para luego obtener un puntaje total y otro dividido en dos dominios: establecimiento de objetivos y control de impulsos<sup>1</sup>. El SSRQ ha sido adaptado culturalmente y validado para el Portugués Europeo por Castillo y Dias, el

año 2009<sup>6</sup> y para el Portugués de Brasil por Almeida y Behlau, el año 2016<sup>7</sup>.

Como la autorregulación es la habilidad de controlar voluntariamente los pensamientos y comportamientos, además de ser el núcleo constructor del aprendizaje, juega un rol significativo en el dominio y generalización de nuevas habilidades, incluyendo las usadas en la terapia vocal<sup>8</sup>. Es un proceso en que el individuo asume un papel activo para auto gestionarse con el fin de alcanzar sus objetivos y, como tal, envuelve el comportamiento, emociones y estrategias cognitivas<sup>1</sup>. Por lo tanto, la capacidad de autorregulación debería considerarse dentro de la planificación del tratamiento vocal<sup>8</sup>, así como son considerados otros protocolos de autoevaluación de la calidad de vida en relación al trastorno de voz antes de iniciar una terapia.

Dentro de la terapia vocal son considerados los instrumentos de autoevaluación de calidad de vida relacionados a los trastornos vocales; estos nacieron a fines de los años 90 y hasta la fecha han desarrollado una gran aceptación y uso internacional gracias a las traducciones, adaptaciones culturales y validaciones realizadas en diferentes países<sup>3</sup>. Sin embargo, en Chile son usados a menudo protocolos traducidos al español, generalmente de España, que no se encuentran culturalmente adaptados ni validados<sup>9</sup>. Es por esta razón que el objetivo de este estudio es adaptar lingüística y culturalmente el SSRQ para contar con una herramienta específica para la cultura e idioma de las personas respondientes.

## Metología

El objetivo de este estudio es obtener la versión al Español Chileno del SSRQ, realizada siguiendo los principios del *Scientific Advisory Committee - SAC*, entidad que considera la evaluación de la equivalencia conceptual, lingüística y cultural del instrumento para obtener información empírica sobre cómo son formuladas las preguntas en diferentes culturas e idiomas, ya que algunas cuestiones pueden tener un impacto diferente dependiendo del lenguaje<sup>10</sup>. La validación de la encuesta es un proceso que forma parte de una etapa posterior a la adaptación cultural y que no es parte del objetivo de esta investigación, y es por este motivo que no se cuenta con análisis psicométrico del instrumento de estudio.

Para comenzar, fueron realizadas dos traducciones independientes del SSRQ al Español Chileno por dos fonoaudiólogos Chilenos bilingües en Español e Inglés. Posteriormente, esas dos traducciones fueron analizadas por un comité de cuatro fonoaudiólogos bilingües, de los cuales ninguno había participado de la etapa anterior, y compiladas para llegar a una traducción general (TG). Esta TG fue nuevamente traducida al idioma original, Inglés, por otro fonoaudiólogo bilingüe. Ninguno de los fonoaudiólogos participantes de estas etapas conocía el cuestionario original. Para finalizar, el mismo comité revisó la versión original SSRQ, la TG y la retro traducción; de esta forma se obtuvo el instrumento adaptado lingüística y culturalmente al Español Chileno, llamado Cuestionario Reducido de Autorregulación Chileno – CRAR-Ch.

El CRAR-Ch cuenta con 31 ítems en los que existen cinco opciones de respuesta: “completamente en desacuerdo”, “en desacuerdo”, “inseguro(a)”, “de acuerdo” y “completamente de acuerdo”. Además de estas opciones, se adicionó la respuesta “no aplicable”. Esta última debía ser marcada por los participantes cuando encontraran frases que no eran comprendidas adecuadamente debido al contenido semántico y gramatical o que no se adaptaban a la cultura Chilena. Los ítems que generaron discrepancia entre los participantes fueron modificados y consensuados por un el comité, quienes llegaron a la segunda versión y final del CRAR-Ch.

Un total de 42 participantes respondieron el CRAR-Ch de forma presencial orientados por la investigadora principal quien les indicó que debían responder el cuestionario y en caso de que algún ítem fuera incomprensible, ya sea por el uso cultural o lingüístico del Español Chileno, debían escoger la opción “no aplicable” otorgando la argumentación de la opción escogida. La aplicación de este instrumento fue realizado en dos etapas detalladas a continuación:

a) Primera etapa : 32 personas, 16 con voz saludable y 16 con diagnóstico de disfonía comportamental, respondieron el CRAR-Ch. En esta primera etapa, 15 personas presentaron dificultades diversas en algunos de los ítems; fueron cuestionados 11 ítems de los cuales siete fueron modificados porque los otros cuatro presentaban apenas conductas no realizadas por los encuestados. Los ítems que presentaron discrepancias fueron los siguientes: 1-4-8-9-14-

18-20-21-24-27-30, de los cuales se modificaron los ítems 1-9-14-18-21-24-30 (cuadro 1).

b) Segunda etapa: Diez personas, 5 con voz saludable y 5 con diagnóstico de disfonía comportamental, respondieron la segunda versión del CRAR-Ch. En esta etapa no existieron discrepancias y, por lo tanto, ninguna modificación fue realizada. De esta forma se obtuvo la versión final del CRAR-Ch (anexo 1).

Los criterios de inclusión de este estudio fueron presentar voz saludable o disfonía comportamental en cualquier grado diagnosticada por un otorrinolaringólogo, ser nativo de Chile, tener más de 18 años y menos de 60 años, saber leer y escribir, tener interés y disponibilidad para participar de la investigación.

Esta investigación fue aprobada por un comité NN y por el NN. Todos los participantes firmaron el consentimiento informado de esta investigación.

## Resultados

El Cuestionario Reducido de Autorregulación Chileno – CRAR-Ch es una versión traducida y adaptada lingüística y culturalmente al Español Chileno del instrumento original *Short Self-Regulation Questionnaire* - SSRQ. Este cuestionario mantiene la misma cantidad de ítems y opciones de respuesta del original; arrojando un índice total de la capacidad de autorregulación individual, es decir, la capacidad de planificar, orientar y monitorear el comportamiento de forma flexible frente a circunstancias de cambios. Cada pregunta tiene una respuesta numérica del 1 al 5 que varía según el grado de las acciones (1= “completamente en desacuerdo” 2= “en desacuerdo” 3= “inseguro(a)” 4= “de acuerdo” 5= “completamente de acuerdo”). El cálculo de este cuestionario puede realizarse de manera global o en dos tipos de dominios: establecimiento de objetivos y control de impulsos. Es importante destacar que los puntajes obtenidos del CRAR-Ch podrán ser analizados de forma cualitativa, por el momento, hasta que se realice una validación de la herramienta realizando un análisis psicométrico para determinar los puntos de corte de cada dominio y del puntaje total, para la población Chilena.

La versión final del cuestionario reducido de autorregulación – CRAR-Ch, se encuentra en el Anexo 1.

El proceso de adaptación y equivalencia cultural del SSRQ al Español Chileno es detallado en los cuadros 1 y 2.

El cuadro 1 describe cada una de las etapas del proceso de adaptación cultural para cada ítem del instrumento: versión original, traducción inicial por ambos traductores más la traducción general y la retro traducción al inglés.

El cuadro 2 detalla las observaciones realizadas por los participantes en relación los ítems que presentaron discrepancias lingüísticas y culturales del Español Chileno, junto con su justificación, detallando el ítem modificado que es parte del CRAR-Ch final.

**Cuadro 1.** Observaciones de los participantes frente a los ítems que fueron modificados.

Número ítem	Cantidad de Participantes	Ítem primera aplicación	Ítem modificado	Observaciones de los participantes
1	4	Usualmente controlo mi progreso para cumplir mis metas.	Usualmente monitoreo mis avances para cumplir mis metas.	Palabra "progreso" fue cuestionada.
9	2	Cuando tengo que hacer un cambio en mi vida, me siento sobrepasado(a) por las alternativas.	Cuando tengo que hacer un cambio en mi vida, me confundo si tengo varias opciones.	Palabra "alternativa" y "sobrepasado(a)" generan confusiones.
14	11	Tengo patrones propios y trato de vivir a la altura de ellos.	Tengo valores propios y trato de vivir a la altura de ellos.	Palabra "patrones" es muy confusa.
18	1	Cuando trato de cambiar algo, pongo mucha atención a cómo lo estoy haciendo.	Cuando trato de cambiar algo, pongo mucha atención en cómo lo estoy haciendo.	Se sugiere cambiar preposición "a" por "en".
21	1	Me pongo metas y mantengo un registro de mi progreso.	Me pongo metas y monitoreo continuamente mi progreso en relación a estas.	Palabra "registro" genera confusión.
24	1	Generalmente cuando quiero cambiar algo encuentro varias formas diferentes de hacerlo.	Generalmente cuando quiero cambiar algo encuentro varias alternativas para lograrlo.	Frase "varias formas diferentes" queda extraño.
30	1	Sé como quiero ser.	Sé como quiero llegar a ser.	Frase se percibe como incompleta.

**Cuadro 2.** Proceso de traducción y adaptación cultural del Short Self-Regulation Questionnaire-SSRQ para el Español Chileno.

Ítems	Versión Original en inglés <sup>(5)</sup>	Traducción al español chileno	Retrotraducción al Inglés	Comité de fonoaudiólogos evaluadores: equivalencias semánticas y gramaticales	Comité de fonoaudiólogos evaluadores: equivalencias culturales
1	I usually keep track of my progress toward my goals.	T1: Usualmente mantengo monitoreado mi progreso para obtener mis objetivos. T2: Usualmente llevo un registro de mi acciones para cumplir mis metas. TG: Usualmente controlo mi progreso para cumplir mis metas.	I usually control my progress to reach my goals.	Usualmente monitoreo mi progreso para cumplir mis metas.	Usualmente monitoreo mis avances para cumplir mis metas.
2	I have trouble making up my mind about things.	T1: Tengo dificultades para decidirme sobre las cosas. T2: Me cuesta hacerme una opinión de las cosas. TG: Me cuesta tomar decisiones.	It is hard for me to have my own opinion about things.	Me cuesta tomar decisiones.	Me cuesta tomar decisiones.
3	I get easily distracted from my plans.	T1: Me distraigo fácilmente de mis planes. T2: Me distraigo fácilmente de mi plan de acción. TG: Me distraigo fácilmente de mis planes.	I get easily distracted from my plans.	Me distraigo fácilmente de mis planes.	Me distraigo fácilmente de mis planes.
4	I don't notice the effects of my actions until it's too late.	T1: No me doy cuenta de mis acciones hasta que es demasiado tarde. T2: No me doy cuenta de los efectos de mis acciones hasta que es demasiado tarde. TG: No me doy cuenta de los efectos de mis acciones hasta que es demasiado tarde.	I do not realize about the effects of my actions until it is too late.	No me doy cuenta de mis acciones hasta que es demasiado tarde.	No me doy cuenta de mis acciones hasta que es demasiado tarde.
5	I am able to accomplish goals I set for myself.	T1: Soy capaz de cumplir los objetivos que me propongo. T2: Soy capaz de cumplir con las metas que me propongo. TG: Soy capaz de cumplir las metas que me propongo.	I am able to reach the goals I intend.	Soy capaz de cumplir las metas que me propongo.	Soy capaz de cumplir las metas que me propongo.
6	I put off making decisions.	T1: Me desaliento en tomar decisiones. T2: Evito tomar decisiones. TG: Evito tomar decisiones.	I avoid making decisions.	Evito tomar decisiones.	Evito tomar decisiones.
7	It's hard for me to notice when I've "had enough" (alcohol, food, sweets).	T1: Es difícil para mí darme cuenta cuando ya "he tenido demasiado" (alcohol, comida, dulces). T2: Me cuesta darme cuenta de que ya 'le he puesto mucho' / tenido demasiado (alcohol, comida, dulce). TG: Es difícil darme cuenta cuando "ya he consumido demasiado" (alcohol, comida, dulces).	It is hard for me to realize when "I have consumed too much" (alcohol, food, sweets).	Es difícil darme cuenta cuando "ya he consumido demasiado" (alcohol, comida, dulces).	Es difícil darme cuenta cuando "ya he consumido demasiado" (alcohol, comida, dulces).



Ítems	Versión Original en inglés <sup>(5)</sup>	Traducción al español chileno	Retrotraducción al Inglés	Comité de fonoaudiólogos evaluadores: equivalencias semánticas y gramaticales	Comité de fonoaudiólogos evaluadores: equivalencias culturales
8	If I wanted to change, I am confident that I could do it.	T1: Si quisiera cambiar, estoy seguro(a) que podría hacerlo. T2: Cuando tengo que hacer un cambio en mi vida, me siento sobrepasado. TG: Si quisiera cambiar, estoy seguro(a) de que podría hacerlo.	If I wanted to change, I am sure I could do it.	Si quisiera cambiar, estoy seguro(a) de que podría hacerlo.	Si quisiera cambiar, estoy seguro(a) de que podría hacerlo.
9	When it comes to deciding about a change, I feel overwhelmed by the choices.	T1: Cuando se trata de decidir cambiar, me siento sobrepasada con las opciones. T2: Cuando tengo que hacer un cambio en mi vida, me siento sobrepasado. TG: Cuando tengo que hacer un cambio en mi vida, me siento sobrepasado(a) por las alternativas.	When I have to make a change in my life, I feel overwhelmed by the several choices.	Cuando tengo que hacer un cambio en mi vida, me siento sobrepasado(a) por las alternativas.	Cuando tengo que hacer u cambio en mi vida, me confundo si tengo varias opciones.
10	I have trouble following through with things once I've made up my mind to do something.	T1: Tengo dificultad de llevar a cabo las cosas una vez que me he decidido en hacer algo. T2: Me cuesta hacer algo que planifiqué. TG: Me cuesta hacer las cosas a pesar de que ya estén planificadas.	It is hard for me to get things done even if they are already planned.	Me cuesta hacer las cosas a pesar de que ya estén planificadas.	Me cuesta hacer las cosas a pesar de que ya estén planificadas.
11	I don't seem to learn from my mistakes.	T1: Aparentemene no aprendo de mis errores. T2: Parece que no aprendo de mis errores. TG: Al parecer no aprendo de mis errores.	It seems like I do not learn from my mistakes.	Al parecer no aprendo de mis errores.	Al parecer no aprendo de mis errores.
12	I can stick to a plan that's working well.	T1: Puedo mantenerme en un plan cuando está funcionando. T2: Puedo adherirme a un plan que está funcionando bien. TG: Puedo mantenerme en un plan cuando está funcionando bien.	I can keep doing a plan when it is working well.	Puedo mantenerme en un plan cuando está funcionando bien.	Puedo mantenerme en un plan cuando está funcionando bien.
13	I usually only have to make a mistake one time in order to learn from it.	T1: Usualmente tengo que cometer un error sólo una vez para aprender de él. T2: Generalmente 'aprendo a la primera' /aprendo de mis errores. TG: Usualmente tengo que cometer un error sólo una vez para aprender de él.	I usually have to make a mistake just once to learn from it.	Usualmente tengo que cometer un error sólo una vez para aprender de él.	Usualmente tengo que cometer un error sólo una vez para aprender de él.
14	I have personal standards, and try to live up to them.	T1: Tengo patrones personales y trato de vivir a la altura de ellos. T2: Tengo estándares propios y vivo bajo ellos. TG: Tengo patrones propios y trato de vivir a la altura de ellos.	I have my own patterns and I try to live up to them.	Tengo patrones propios y trato de vivir a la altura de ellos.	Tengo valores propios y trato de vivir a la altura de ellos.



Ítems	Versión Original en inglés <sup>(5)</sup>	Traducción al español chileno	Retrotraducción al Inglés	Comité de fonoaudiólogos evaluadores: equivalencias semánticas y gramaticales	Comité de fonoaudiólogos evaluadores: equivalencias culturales
15	As soon as I see a problem or challenge, I start looking for possible solutions.	T1: Apenas veo un problema o desafío, comienzo a buscar posibles soluciones. T2: Apenas veo una situación problemática, empiezo a buscar posibles soluciones. TG: Apenas veo un problema o desafío, comienzo a buscar posibles soluciones.	As soon as I see a problem or challenge, I start to look for possible solutions.	Apenas veo un problema o desafío, comienzo a buscar posibles soluciones.	Apenas veo un problema o desafío, comienzo a buscar posibles soluciones.
16	I have a hard time setting goals for myself.	T1: Me cuesta establecer objetivos para mí mismo (a). T2: Me cuesta mucho ponerme metas. TG: Me cuesta establecer mis propias metas.	It is really hard for me to set goals for myself.	Me cuesta mucho ponerme metas.	Me cuesta establecer mis propias metas.
17	I have a lot of willpower.	T1: Tengo mucha fuerza de voluntad. T2: Tengo mucha fuerza de voluntad. TG: Tengo mucha fuerza de voluntad.	I have a strong will.	Tengo mucha fuerza de voluntad.	Tengo mucha fuerza de voluntad.
18	When I'm trying to change something, I pay a lot of attention to how I'm doing.	T1: Cuando trato de cambiar algo, pongo mucha atención a cómo lo estoy haciendo. T2: Cuando estoy tratando de cambiar algo, pongo mucha atención en como lo estoy haciendo. TG: Cuando trato de cambiar algo, pongo mucha atención a cómo lo estoy haciendo.	When I try to change something, I pay a lot of attention on how I am doing it.	Cuando trato de cambiar algo, pongo mucha atención en cómo lo estoy haciendo.	Cuando trato de cambiar algo, pongo mucha atención en cómo lo estoy haciendo.
19	I have trouble making plans to help me reach my goals.	T1: Tengo dificultades haciendo planes para ayudarme a cumplir mis metas. T2: Tengo problemas para hacer planes y lograr mis objetivos. TG: Me cuesta hacer planes para lograr mis objetivos.	I have difficulty setting plans to reach my goals.	Me cuesta hacer planes para lograr mis objetivos.	Me cuesta hacer planes para lograr mis objetivos.
20	I am able to resist temptation.	T1: Soy capaz de resistir las tentaciones. T2: Soy capaz de resistir la tentación. TG: Soy capaz de resistir las tentaciones.	I am able to resist temptations.	Soy capaz de resistir las tentaciones.	Soy capaz de resistir las tentaciones.
21	I set goals for myself and keep track of my progress.	T1: Establezco metas para mí mismo (a) y mantengo un registro de mi progreso. T2: Me pongo metas y monitoreo mi progreso. TG: Me pongo metas y mantengo un registro de mi progreso.	I set my own goals and I keep a record of my progress.	Me pongo metas y mantengo un registro de mi progreso.	Me pongo metas y monitoreo continuamente mi progreso en relación a estas.



Ítems	Versión Original en inglés <sup>(5)</sup>	Traducción al español chileno	Retrotraducción al Inglés	Comité de fonoaudiólogos evaluadores: equivalencias semánticas y gramaticales	Comité de fonoaudiólogos evaluadores: equivalencias culturales
22	Most of the time I don't pay attention to what I'm doing.	T1: La mayoría del tiempo no pongo atención en lo que hago. T2: Casi nunca pongo atención a lo que hago. TG: No presto atención a lo que estoy haciendo durante la mayor parte del tiempo.	I do not pay attention on what I am doing most of the time.	No presto atención a lo que estoy haciendo durante la mayor parte del tiempo.	No presto atención a lo que estoy haciendo durante la mayor parte del tiempo.
23	I tend to keep doing the same thing, even when it doesn't work.	T1: Tiendo a hacer lo mismo incluso si no funciona. T2: Tiendo a resolver los problemas de la misma manera, aun cuando no me funciona. TG: Tiendo a resolver los problemas de la misma manera, aunque no me funcione.	I tend to resolve problems in the same way even if it does not work for me.	Tiendo a resolver los problemas de la misma manera, aunque no me funcione.	Tiendo a resolver los problemas de la misma manera, aunque no me funcione.
24	I can usually find several different possibilities when I want to change something.	T1: Usualmente puedo encontrar múltiples diferentes posibilidades cuando quiero cambiar algo. T2: Generalmente me planteo diferentes posibilidades para resolver un problema. TG: Generalmente cuando quiero cambiar algo, encuentro varias formas diferentes de hacerlo.	Generally, when I want to change something, I find lots of different ways to do it.	Generalmente cuando quiero cambiar algo, encuentro varias formas diferentes de hacerlo.	Generalmente cuando quiero cambiar algo, encuentro varias alternativas para lograrlo.
25	Once I have a goal, I can usually plan how to reach it.	T1: Cuando tengo un objetivo, usualmente puedo planificar cómo obtenerlo. T2: Cuando tengo un objetivo, generalmente planifico mis acciones. TG: Cuando tengo un objetivo, usualmente puedo planificar cómo lograrlo.	When I have a goal, I can usually plan how to get it.	Cuando tengo un objetivo, usualmente puedo planificar cómo lograrlo.	Cuando tengo un objetivo, usualmente puedo planificar cómo lograrlo.
26	If I make a resolution to change something, I pay a lot of attention to how I'm doing.	T1: Si hago una resolución para cambiar algo, pongo mucha atención en cómo lo estoy haciendo. T2: Si es que decido cambiar algo, pongo mucha atención en cómo lo estoy haciendo. TG: Si decido cambiar algo, pongo mucha atención en cómo lo estoy haciendo.	If I decide to change something, I pay a lot of attention on how I am doing it.	Si decido cambiar algo, pongo mucha atención en cómo lo estoy haciendo.	Si decido cambiar algo, pongo mucha atención en cómo lo estoy haciendo.
27	Often I don't notice what I'm doing until someone calls it to my attention.	T1: Generalmente no noto qué estoy haciendo hasta que alguien me lo hace notar. T2: Generalmente no me doy cuenta de lo que hago hasta que alguien me lo hace ver. TG: Generalmente no me doy cuenta de lo que estoy haciendo hasta que alguien me lo hace notar.	Generally, I do not realize what I am doing until someone makes me notice it.	Generalmente no me doy cuenta de lo que estoy haciendo hasta que alguien me lo hace notar.	Generalmente no me doy cuenta de lo que estoy haciendo hasta que alguien me lo hace notar.

Ítems	Versión Original en inglés <sup>(5)</sup>	Traducción al español chileno	Retrotraducción al Inglés	Comité de fonoaudiólogos evaluadores: equivalencias semánticas y gramaticales	Comité de fonoaudiólogos evaluadores: equivalencias culturales
28	I usually think before I act.	T1: Usualmente pienso antes de actuar. T2: Geralmente pienso antes de actuar TG: Usualmente pienso antes de actuar.	I usually think before acting.	Usualmente pienso antes de actuar.	Usualmente pienso antes de actuar.
29	I learn from my mistakes.	T1: Aprendo de mis errores. T2: Aprendo de mis errores. TG: Aprendo de mis errores.	I learn from my mistakes.	Aprendo de mis errores.	Aprendo de mis errores.
30	I know how I want to be.	T1: Sé cómo quiero ser. T2: Yo sé como quiero ser. TG: Sé cómo quiero ser.	I know how I want to be.	Sé cómo quiero ser.	Sé cómo quiero llegar a ser.
31	I give up quickly.	T1: Me rindo fácilmente. T2: Me rindo rápidamente. TG: Me rindo fácilmente.	I give up easily.	Me rindo fácilmente.	Me rindo fácilmente.

Abreviaturas: T1=Traductor Inglés-Español n°1; T2= Traductor Inglés-Español n°2; TG= Traducción General originada por el análisis de T1

## Discusión

El sistema ejecutivo es el encargado de los distintos subsistemas que permiten al pensamiento actuar de forma coordinada<sup>11</sup>. Dentro de éste se encuentran las funciones ejecutivas que son parte de un conjunto de habilidades cognitivas, emocionales y motivacionales que emergen de circuitos y estructuras particulares de los lóbulos frontales. Es sabido que la zona orbitofrontal es la que tiene una mayor participación en la autorregulación del comportamiento, interpretación de escenarios de acción y toma de decisiones<sup>12</sup>. Por lo tanto la autorregulación se relaciona con la capacidad de planificar, guiar y monitorear el comportamiento de manera flexible frente a circunstancias cambiantes, dirigiendo las metas propuestas y retrasando la gratificación a corto plazo para lograr los objetivos propuestos a largo plazo<sup>13</sup>.

Considerando las características de la autorregulación, se puede inferir que ésta podría tener un rol primordial en la rehabilitación de las disfonías comportamentales<sup>1</sup>, en la que es fundamental la identificación, concientización y modificación de hábitos vocales inadecuados y establecimiento de nuevos comportamientos motores<sup>14</sup>. Es sabido que para la modificación voluntaria de estos hábitos y la incorporación de nuevas conductas es necesario un buen autocontrol de comportamiento, por lo que conocer las características de la AR del paciente que precisa de atención fonoaudiológica ayudará

al terapeuta a estructurar la terapia, diseñar las directrices para el trabajo en casa y facilitar la mantención y generalización de las ganancias obtenidas a través de los ejercicios terapéuticos<sup>8</sup>.

En relación a la primera aplicación que se realizó del CRAR-Ch, el ítem que presentó mayor cuestionamiento fue el número 14, “tengo patrones propios y trato de vivir a la altura de ellos”, con 11 usuarios que consideraron que la palabra “patrones” no se entendía claramente y que generaba confusión; este ítem fue modificado y quedó finalmente “tengo valores propios y trato de vivir a la altura de ellos”. El segundo ítem que presentó más discrepancias fue el número 1, “usualmente controlo mi progreso para cumplir mis metas”, con cuatro usuarios que consideraron que la palabra progreso no era tan usada, por lo que el ítem fue modificado resultando “usualmente controlo mis avances para cumplir mis metas”. El tercer ítem que generó mayor discrepancias fue el número 9, “cuando tengo que hacer un cambio en mi vida, me siento sobrepasado(a) por las alternativas”, con dos usuarios que consideraron que el adjetivo sobrepasado(a) y la palabra alternativas generaban confusión, por lo que finalmente el ítem quedó “cuando tengo que hacer un cambio en mi vida, me confundo si tengo varias opciones”.

Cada uno de los otros cinco enunciados que fueron modificados fueron cuestionados por un usuario, siendo cuatro de estas discrepancias re-

lacionadas al uso cultural del lenguaje y solo una atribuida al uso semántico de éste (ítem 18).

Finalizando, al considerar la autorregulación como un fenómeno biopsicosocial que puede interferir en la rehabilitación de las disfonías, es que surge la necesidad de contar con una herramienta autoperceptiva de las conductas de autorregulación, eficaz para la cultura y lenguaje de la población a estudiar, para conocer las características del candidato a la terapia de voz así como también planificar de forma más direccionada su tratamiento<sup>8</sup>.

## Conclusión

Se verificó que personas con y sin disfonía pudieron responder el cuestionario de manera exitosa. Fue demostrada la equivalencia cultural y lingüística del *Short Self-Regulation Questionnaire* - SSRQ y su versión traducida al Español Chileno Cuestionario Reducido de Autorregulación Chileno – CRAR-Ch.

## Referencias bibliográficas

1. Almeida AA, Behlau M. Relations Between Self-Regulation Behavior and Vocal Symptoms. *J Voice*. 2017; 31(4):455-461.
2. Nascimento da Silva W, Wanderley L, Ramalho de Macedo A, Batista da Costa D, Figueiredo de Almeida A. Reduction of Risk Factors in Patients with Behavioral Dysphonia After Vocal Group Therapy. *J Voice*. 2017; 31(1):123.e15–e19.
3. Behlau, M, Zambon F, Moreti F, Oliveira G, De Barros E. Voice Self-assessment Protocols: Different Trends Among Organic and Behavioral Dysphonias. *J Voice*. 2016; 31(1): 112.e13–e27.
4. Brown J, Miller W, Lawendowski, L. The self-regulation questionnaire. *Innovations in clinical practice: a sourcebook*. Professional Resource Press/Professional Resource Ex- change. 1999; 17: 281–292.
5. Carey K., Neal D., Collins S. A psychometric analysis of the self-regulation questionnaire. *Addict Behav*. 2004; 29(2): 253-260.
6. Castillo J., Dias P. Auto-regulação, resiliência e consumo de substâncias na adolescência: contributos da adaptação do questionário reduzido de auto-regulação. *Psic, Saúde & Doenças*. 2009; 10(2): 205-216.
7. Almeida AA, Behlau M. Adaptação cultural do Questionário Reduzido de Autorregulação: Sugestões de aplicação para área de voz. *CoDAS*. [Internet]. 2017 [cited 2017 Dec 06]; 29(5):e20160199. Available from: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2317-17822017000500500&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2317-17822017000500500&lng=en). Epub Aug 14,2017. <http://dx.doi.org/10.1590/2317-1782/20172016199>.
8. Vinney L., Turkstra L. The Role of Self-Regulation in Voice Therapy. *J Voice*. 2013; 27(3): 390.e1-e11.
9. Ruston FC., Moreti F., Riveros M., Malebrán C., Behlau M. Cross-cultural adaptation of the Chilean version of the Voice Symptom Scale – VoiSS. *CoDAS*. 2016; 28(5): 625-633.
10. Lohr K. Assessing Health Status and Quality-of-Life Instruments: Attributes and Review Criteria. *Qual Lif Res*. 2002; 11(3): 193-205.
11. Flores DM. El autocontrol y las adicciones. *Elementos*. 2010; 77: 3-7.
12. Trujillo N., Pineda D. Función ejecutiva en la investigación de los trastornos del comportamiento del niño y del adolescente. *Neuropsicología, Neuropsiquiatría y Neurociencias*. 2010; 8(1): 77-94.
13. Neal D., Carey K. A Follow-Up Psychometric Analysis of the Self-Regulation Questionnaire. *Psychol Addict Behav*. 2005; 19(4):414-422.
14. Behlau M., Ponte P., Viera VP., Yamazaki R., Madazio G. Presentation of the Comprehensive Vocal Rehabilitation Program for the treatment of behavioral dysphonia. *CoDAS*. 2013; 25(5): 492-6.
15. Lohr K. Assessing Health Status and Quality-of-Life Instruments: Attributes and Review Criteria. *Qual Lif Res*. 2002; 11(3): 193-205.

**Anexo 1.** Versión final del Cuestionario reducido de Autorregulación, adaptada al español chileno desde la versión original en inglés de Neal JD, Carey KB.

**Cuestionario Reducido de Autorregulación Chileno - CRAR-Ch**

Versión final en español chileno adaptada por NN y NN, de la versión original en inglés de Neal JD, Carey KB. *A Follow-Up Psychometric Analysis of the Self-Regulation Questionnaire. Psychol Addict Behav.* 2005 December; 19(4):414–22.

Por favor, responda el siguiente cuestionario, encerrando en un círculo la respuesta que más lo(a) representa.

Si Ud. está **completamente en desacuerdo**, encierre el número **1**. Si Ud. está **en desacuerdo**, encierre el número **2**. Si Ud. está **inseguro(a)** encierre el número **3**. Si Ud. está **de acuerdo**, encierre el número **4**. Si Ud. está **completamente de acuerdo**, encierre el número **5**.

No hay respuestas buenas o malas. Intente contestar rápidamente y no pensar mucho sobre sus respuestas.

**Use:** 1= Completamente en desacuerdo 2= En desacuerdo 3=Inseguro(a) 4=De acuerdo 5=Completamente de acuerdo

1	Usualmente monitoreo mis avances para cumplir mis metas.	1	2	3	4	5
2	Me cuesta tomar decisiones.	1	2	3	4	5
3	Me distraigo fácilmente de mis planes.	1	2	3	4	5
4	No me doy cuenta de los efectos de mis acciones hasta que es demasiado tarde.	1	2	3	4	5
5	Soy capaz de cumplir las metas que me propongo.	1	2	3	4	5
6	Evito tomar decisiones.	1	2	3	4	5
7	Es difícil darme cuenta cuando "ya he consumido demasiado" (alcohol, comida, dulces).	1	2	3	4	5
8	Si quisiera cambiar, estoy seguro(a) de que podría hacerlo.	1	2	3	4	5
9	Cuando tengo que hacer un cambio en mi vida, me confundo si tengo varias opciones.	1	2	3	4	5
10	Me cuesta hacer las cosas a pesar de que ya estén planificadas.	1	2	3	4	5
11	Al parecer no aprendo de mis errores.	1	2	3	4	5
12	Puedo mantenerme en un plan cuando está funcionando bien.	1	2	3	4	5
13	Usualmente tengo que cometer un error sólo una vez para aprender de él.	1	2	3	4	5
14	Tengo valores propios y trato de vivir a la altura de ellos.	1	2	3	4	5
15	Apenas veo un problema o desafío, comienzo a buscar posibles soluciones.	1	2	3	4	5
16	Me cuesta establecer mis propias metas.	1	2	3	4	5
17	Tengo mucha fuerza de voluntad.	1	2	3	4	5
18	Cuando trato de cambiar algo, pongo mucha atención en cómo lo estoy haciendo.	1	2	3	4	5
19	Me cuesta hacer planes para lograr mis objetivos.	1	2	3	4	5
20	Soy capaz de resistir las tentaciones.	1	2	3	4	5
21	Me pongo metas y monitoreo continuamente mi progreso en relación a estas.	1	2	3	4	5
22	No presto atención a lo que estoy haciendo durante la mayor parte del tiempo.	1	2	3	4	5
23	Tiendo a resolver los problemas de la misma manera aunque no me funcione.	1	2	3	4	5
24	Generalmente cuando quiero cambiar algo, encuentro varias alternativas para lograrlo.	1	2	3	4	5
25	Cuando tengo un objetivo, usualmente puedo planificar cómo lograrlo.	1	2	3	4	5
26	Si decido cambiar algo, pongo mucha atención en cómo lo estoy haciendo.	1	2	3	4	5
27	Generalmente no me doy cuenta de lo que estoy haciendo hasta que alguien me lo hace notar.	1	2	3	4	5



28	Usualmente pienso antes de actuar.	1	2	3	4	5
29	Aprendo de mis errores.	1	2	3	4	5
30	Sé cómo quiero llegar a ser.	1	2	3	4	5
31	Me rindo fácilmente.	1	2	3	4	5

Para uso del evaluador:

El cálculo puede ser realizado por puntaje total o en dos dimensiones:

-Establecimiento de objetivos (ítems 1, 5, 8, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 25 y 26)

-Control de impulsos (ítems 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11, 13, 22, 23, 24, 27, 28 y 29)

\*Los ítems 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11, 16, 19, 22, 23 y 27 deben calcularse de forma inversa.

No sumar los ítems 30 y 31 porque son solo para la confiabilidad del instrumento.