

UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

FACULTAD DE PSICOLOGÍA



TESIS DOCTORAL

Rol de la consideración de las consecuencias futuras en el bienestar y la salud

MEMORIA PARA OPTAR AL GRADO DE DOCTORA

PRESENTADA POR

Lucía Stephanie Alvarez Nuñez

DIRIGIDA POR

Mirko Antino

Alejandro Vásquez Echeverría

UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
PROGRAMA DE DOCTORADO EN PSICOLOGÍA



TESIS DOCTORAL

Rol de la consideración de las consecuencias futuras en el bienestar y la salud

MEMORIA PARA OPTAR AL GRADO DE DOCTORA

PRESENTADA POR

Lucía Stephanie Alvarez Nuñez

DIRECTORES

Mirko Antino
Alejandro Vásquez Echeverría



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY



TESIS DOCTORAL
En régimen de cotutela

Universidad de la República del Uruguay
Universidad Complutense de Madrid

**Rol de la consideración de las consecuencias futuras
en el bienestar y la salud**

PRESENTADA POR:

Lucía Stephanie Alvarez Nuñez

Directores:

Mirko Antino

Alejandro Vásquez Echeverría

2024

Tesis doctoral financiada por la Comisión Académica de Posgrado de la Universidad de la República del Uruguay mediante una beca de doctorado

“By cosmic rule...
all things change”

(Haxton, 2001, p. 7)

Agradecimientos

Este manuscrito es el resultado de varios años de trabajo, un proceso que no habría sido posible sin el apoyo y colaboración de muchas personas.

En primer lugar, quiero expresar mi profundo agradecimiento a mi familia y amigos. Su apoyo incondicional es un pilar fundamental en mi vida. Su paciencia, amor y comprensión fueron esenciales para superar los desafíos de este camino. Sin ustedes, este recorrido habría sido infinitamente más complejo e incluso inalcanzable.

Deseo dedicar una mención especial a quienes, a pesar de la distancia o de haber partido de este plano de la vida, continúan siendo una fuente constante de inspiración y guía en mi camino. Sus palabras llenas de sabiduría y las anécdotas compartidas han dejado una huella imborrable.

A mis tutores, les debo una profunda gratitud por su constante orientación y motivación. Su compañía fue muy importante para mi crecimiento personal y profesional. Sus aportes y comentarios, desde perspectivas diversas y complementarias, fueron fundamentales para el desarrollo y la culminación exitosa de esta tesis. Su apoyo me brindó una experiencia invaluable de cooperación internacional al realizar mi doctorado en régimen de cotutela entre España y Uruguay. Hemos recorrido un largo camino juntos, y este logro es tanto mío como de ustedes.

También quiero agradecer a mis compañeros de investigación, con quienes he compartido innumerables reflexiones, discusiones y aprendizajes. En particular, me gustaría realizar una mención especial a mis compañeros del programa Ciencia de Datos y Psicometría del Instituto de Fundamentos y Métodos en Psicología (de la Facultad de Psicología de la Universidad de la República del Uruguay), del cual tuve el honor de formar parte durante muchos años. Este equipo fue una gran fuente de inspiración académica, y estoy profundamente agradecida por haber tenido el honor de integrarlo. Sin su ayuda, hubiera sido imposible realizar el doctorado en régimen de cotutela. Muchas gracias por su constante apoyo; confío en que seguiremos trabajando juntos en el futuro.

Agradezco profundamente a todas las personas que participaron en los estudios, dedicando su tiempo y esfuerzo a completar los formularios y contribuir al avance de este proyecto. Su colaboración fue esencial para alcanzar los objetivos de esta investigación.

A todos ustedes, muchas gracias.

Lista de abreviaciones y acrónimos más utilizados

Conceptos

- CCF – Consideración de las Consecuencias Futuras
- CCF-F – Subescala Consideración de las Consecuencias Futuras
- CCF-I – Subescala Consideración de las Consecuencias Inmediatas
- UCM – Universidad Complutense de Madrid
- UdelaR – Universidad de la República del Uruguay

Variables o instrumentos

- ECCF-4 – Escala de Consideración de las Consecuencias Futuras de cuatro ítems
- ECCF-6 – Escala de Consideración de las Consecuencias Futuras de seis ítems
- ECCF-8 – Escala de Consideración de las Consecuencias Futuras de ocho ítems
- ECCF-10 – Escala de Consideración de las Consecuencias Futuras de diez ítems
- ECCF-14 – Escala de Consideración de las Consecuencias Futuras de catorce ítems
- ECCF-académico – Escala de Consideración de las Consecuencias Futuras adaptada al ámbito académico
- ECCF-alimentación – Escala de Consideración de las Consecuencias Futuras adaptada a la alimentación saludable
- ECCF-ejercicio – Escala de Consideración de las Consecuencias Futuras adaptada a la actividad física
- ECCF-general – Escala general de la Consideración de las Consecuencias Futuras
- ECCF-salud – Escala de Consideración de las Consecuencias Futuras adaptada a la salud
- ECCF-trabajo – Escala de Consideración de las Consecuencias Futuras adaptada al ámbito laboral
- IPTZ – Inventario de Perspectiva Temporal de Zimbardo

Técnicas Estadísticas

α	– Alfa de Cronbach
β	– Coeficiente beta de regresión
η^2	– Eta cuadrado
ω	– Coeficiente omega de McDonald
aBIC	– Criterio de información bayesiano ajustado al tamaño de la muestra
AIC	– Criterio de información de Akaike
ANOVA	– Análisis de varianza
BIC	– Criterio de información bayesiana
BLRT	– Prueba de razón de verosimilitud bootstrap
CCI	– Coeficientes de correlación intraclase
CFI	– Índice de bondad de ajuste comparativo
DT	– Desviación típica
DT _{edad}	– Desviación típica de la edad
F	– Estadístico F de Fisher (utilizado en ANOVA)
gl	– Grados de libertad
IC	– Intervalo de confianza
LMR	– Prueba de similitud de Lo-Mendell-Rubin
Media _{edad}	– Media de edad
Mediana _{edad}	– Mediana de edad
n	– Tamaño de submuestra o número de observaciones
N	– Tamaño muestral
p	– Valor de probabilidad
r	– Coeficiente de correlación
RMSEA	– Error cuadrático medio de aproximación
SRMR	– Raíz cuadrada media residual estandarizada
TLI	– Índice de Tucker-Lewis
VLMR	– Índice de Vuong-Lo-Mendel-Rubin

Tabla de contenidos

Resumen	1
Abstract	3
INTRODUCCIÓN	5
CAPÍTULO 1	
Consideración de las Consecuencias Futuras: definición del constructo y escala de medida....	9
1.1. Introducción a la Psicología del Tiempo	10
1.2. El constructo de la Consideración de las Consecuencias Futuras	15
1.3. Escala de la Consideración de las Consecuencias Futuras	16
1.3.1. Modificaciones en la escala original	18
1.3.1.1. Cambios en la estructura factorial	18
1.3.1.2. Ampliación del número de ítems	21
1.3.1.3. Versiones de la escala CCF abreviadas	22
CAPÍTULO 2	
Variaciones inter- e intraindividuales en los niveles de la CCF	27
2.1. Evaluación de la estabilidad temporal de la CCF	28
2.1.1. Estimación de los coeficientes de correlación test-retest de la CCF	29
2.1.2. Estimación de los coeficientes de correlación intraclass de la CCF	30
2.1.3. Intervenciones que exploran la maleabilidad de la CCF	31
2.2. Enfoque centrado en la persona	32
2.2.1. Enfoque persona por situación	33
2.2.2. Estudios de la temporalidad subjetiva desde el enfoque centrado en la persona.....	35
2.2.3. Escalas CCF adaptadas a dominios específicos	39
2.2.3.1. Escala CCF adaptada a dominios específicos	40
2.2.3.2. Escala CCF para ámbitos específicos	41
2.2.4. Modelos teóricos para comprender la variación en la CCF	43

2.2.4.1. Modelo dinámico	44
2.2.4.2. Teoría de rasgo completo.....	44

CAPÍTULO 3

Temporalidad subjetiva, toma de decisiones, bienestar y salud.....	46
3.1. Modelos teóricos propuestos para comprender las relaciones entre la temporalidad subjetiva y la toma de decisiones.....	47
3.2. Mecanismos subyacentes que explican la relación entre la CCF y la toma de decisiones. 48	
3.2.1. Modelo de susceptibilidad y amortiguación	49
3.2.2. Modelo de conciencia y preocupación.....	49
3.2.3. Modelo integrativo	50
3.3. Asociaciones de la CCF con variables relacionadas al bienestar y la salud	50
3.3.1. Conductas saludables.....	51
3.3.2. Ámbito académico.....	53
3.3.3. Ámbito laboral	55
3.4. Bienestar	56
3.4.1. Dos componentes claves del bienestar: la felicidad y la satisfacción.....	57
3.4.1.1. Felicidad.....	57
3.4.1.2. Satisfacción.....	57
3.4.2. Bienestar y temporalidad subjetiva	58
3.5. Parejas románticas y su importancia para el ser humano	60
3.6. Factores que inciden en el bienestar de las parejas románticas	62
3.6.1. Perspectiva temporal	63
3.6.2. Los Cinco grandes factores de la personalidad.....	63
3.6.3. Similitud entre los miembros	64
3.6.4. El papel de la similitud en las dinámicas de las parejas románticas	65
3.6.5. Impacto de la similitud sobre la temporalidad subjetiva	66

CAPÍTULO 4

Objetivos y fundamentación del manuscrito	69
---	----

4.1. Objetivo general	70
4.2. Objetivos específicos	70
4.3. Fundamentación de los objetivos.....	71

CAPÍTULO 5

Estudio 1: Dominios específicos de la CCF y sus fluctuaciones semanales: un análisis en la salud, educación y trabajo.....	74
5.1. Introducción	75
5.2. Este estudio: Objetivos e hipótesis	75
5.3. Método.....	78
5.3.1. Tipo y diseño de investigación	78
5.3.2. Participantes.....	78
5.3.3. Instrumentos.....	79
5.3.4. Procedimiento	81
5.3.5. Análisis de datos	82
5.3.6. Muestreo y criterios de inclusión.....	84
5.4. Resultados.....	84
5.4.1. Propiedades psicométricas	85
5.4.2. Estadísticos descriptivos y coeficientes de correlación	87
5.4.3. Testeo de modelos multinivel.....	92
5.5. Discusión.....	95
5.5.1. Implicaciones Teóricas.....	98
5.5.2. Implicaciones Prácticas.....	99
5.5.3. Limitaciones y futuras direcciones	99
5.5.4. Conclusiones.....	100

CAPÍTULO 6

Estudio 2: Análisis de congruencia en los niveles de la CCF entre los dominios específicos: Un enfoque centrado en la persona.....	102
6.1. Introducción	103

6.2. Este estudio: Objetivos e hipótesis	104
Capítulo 6: Segundo estudio de la tesis doctoral. Parte I. Análisis de perfiles latentes de la CCF en el ámbito de la salud.	107
6.3. Método del segundo estudio	107
6.3.1. Tipo y diseño de investigación	107
6.3.2. Participantes.....	107
6.3.3. Instrumentos.....	107
6.3.4. Procedimiento	108
6.3.5. Análisis de datos	109
6.3.6. Muestreo y criterios de inclusión.....	111
6.4. Resultados del primer estudio.....	111
6.4.1. Propiedades psicométricas	111
6.4.2. Estadísticos descriptivos y coeficientes de correlación	114
6.4.3. Análisis de perfiles latentes.....	116
6.4.4. Caracterización de los perfiles latentes en función de las variables de interés	120
Capítulo 6: Segundo estudio de la tesis doctoral. Parte II. Análisis de perfiles latentes de la CCF en el ámbito de la salud y trabajo.....	123
6.5. Método del segundo estudio	123
6.5.1. Tipo y diseño de investigación	123
6.5.2. Participantes.....	123
6.5.3. Instrumentos.....	123
6.5.4. Procedimiento	125
6.5.5. Análisis de datos	125
6.5.6. Muestreo y criterios de inclusión.....	125
6.6. Resultados del segundo estudio	126
6.6.1. Propiedades psicométricas	126
6.6.2. Estadísticos descriptivos y coeficientes de correlación	128
6.6.3. Análisis de Perfiles Latentes	131
6.6.4. Caracterización de los perfiles latentes en función de las variables de interés	135
6.7. Discusión general.....	138
6.7.1. Implicaciones Teóricas.....	141

6.7.2. Implicaciones Prácticas.....	141
6.7.3. Limitaciones y futuras direcciones	142
6.7.4. Conclusiones.....	142

CAPÍTULO 7

Estudio 3: La orientación a futuro y el bienestar en las parejas románticas: el papel moderador de la CCF	144
7.1. Introducción.....	145
7.2. Este estudio: Objetivos e hipótesis	145
7.3. Método.....	147
7.3.1. Tipo y diseño de investigación	147
7.3.2. Participantes.....	148
7.3.3. Instrumentos.....	148
7.3.4. Procedimiento	150
7.3.5. Análisis de datos	151
7.3.6. Muestreo y criterios de inclusión.....	152
7.4. Resultados.....	152
7.4.1. Estadísticos descriptivos y coeficientes de correlación	152
7.4.2. Testeo de modelos multinivel.....	154
7.5. Discusión	160
7.5.1. Implicaciones Teóricas.....	162
7.5.2. Implicaciones Prácticas.....	163
7.5.3. Limitaciones y futuras direcciones	164
7.5.4. Conclusiones.....	164

CAPÍTULO 8

Discusión general	166
8.1. Resumen de los principales hallazgos.....	167
8.2. Limitaciones del trabajo.....	174
8.3. Recomendaciones y futuros trabajos.....	175

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	178
ANEXOS	213
Anexos del primer estudio	214
Anexo 1. Instrumentos empleados.....	214
1.1. Cuestionario sociodemográfico.....	214
1.2. Escala de consideración de las consecuencias futuras – versión general.....	215
1.3. Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la salud	216
1.4. Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada al ámbito académico	217
1.5. Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada al ámbito laboral	218
1.6. Cuestionario de alimentación saludable	219
1.7. Cuestionario de compromiso académico	220
1.8. Implementación de ideas en el ámbito laboral.....	221
Anexo 2. Coeficientes de correlación intraclase a nivel ítem.....	222
Anexo 3. Coeficientes de correlación entre la CCF y variables de interés por ola	223
Anexos del segundo estudio	226
Anexo 4. Instrumentos empleados.....	226
4.1. Cuestionario sociodemográfico.....	226
4.2. Escala de consideración de las consecuencias futuras.....	227
4.3. Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la salud	228
4.4. Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la actividad física ..	229
4.5. Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la alimentación saludable	230
4.6. Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada al trabajo.....	231
4.7. Consumo de bebidas alcohólicas	232
4.8. Cuestionario sobre actividad física	233
4.9. Cuestionario de alimentación saludable	234
5.0. Cuestionario de hábitos alimenticios pasados y planificados en el futuro	235
5.1. Conductas de innovación en el trabajo	236
5.2. Job crafting.....	237

Anexo 5. Estadísticos descriptivos de la solución de 4 perfiles latentes del primer estudio	238
Anexo 6. Post hoc del modelo de 4 perfiles del primer estudio	239
Anexo 7. Descripción del modelo de 4 perfiles del segundo estudio.....	241
Anexo 8. Estadísticos descriptivos de la solución de 6 perfiles latentes del primer estudio	246
Anexo 9. Post hoc del modelo de 6 perfiles del segundo estudio	247
Anexos del tercer estudio	250
Anexo 10. Instrumentos empleados.....	250
10.1. Cuestionario sociodemográfico	250
10.2. Escala de consideración de las consecuencias futuras aplicado a nivel diario	251
10.3. Escala de felicidad subjetiva	253
10.4. Satisfacción con la pareja	254

Índice de tablas

Estudio 1: Dominios específicos de la CCF y sus fluctuaciones semanales: un análisis en la salud, educación y trabajo

Tabla 1. Índices de ajuste de los modelos multinivel y fiabilidad de las escalas CCF	85
Tabla 2. Cargas factoriales de las diferentes versiones de la escala CCF	86
Tabla 3. Estadísticos descriptivos de las escalas CCF y variables de interés por ola	88
Tabla 4. Estadísticos descriptivos, CCI y correlaciones entre las subescalas del CCF y las variables de interés	89
Tabla 5. Análisis de regresión multinivel con la alimentación saludable	93
Tabla 6. Análisis de regresión multinivel con el compromiso académico	94
Tabla 7. Análisis de regresión multinivel con implementación de ideas en el ámbito laboral	95

Estudio 2: Análisis de congruencia en los niveles de la CCF entre los dominios específicos: Un enfoque centrado en la persona

Tabla 8. Índices de ajuste y consistencia interna de los modelos testeados	112
Tabla 9. Cargas factoriales de los modelos unifactoriales.....	113
Tabla 10. Cargas factoriales del modelo de dos factores correlacionados	114
Tabla 11. Estadísticos descriptivos y correlaciones entre las diferentes versiones de la CCF con las variables de interés (N = 371)	115
Tabla 12. Índices de ajuste del análisis de perfiles latentes	116
Tabla 13. Estadísticos descriptivos de las variables sociodemográficas y variables de interés de la solución de 4 perfiles	121
Tabla 14. Índices de ajuste y consistencia interna.....	126
Tabla 15. Cargas factoriales de los modelos unifactoriales.....	127
Tabla 16. Cargas factoriales del modelo de dos factores correlacionados	128
Tabla 17. Estadísticos descriptivos y correlaciones entre las diferentes versiones de la CCF con las variables de interés (N = 367)	129
Tabla 18. Ajuste de los modelos evaluados en el análisis de perfiles latentes	131
Tabla 19. Estadísticos descriptivos de las variables sociodemográficas y variables de interés según la solución de 6 perfiles	136

Estudio 3: La orientación a futuro y el bienestar en las parejas románticas: el papel moderador de la CCF

Tabla 20. Estadísticos descriptivos y coeficientes de correlación	153
Tabla 21. Modelos multinivel para la subescala inmediata de la CCF diaria	155
Tabla 22. Modelos multinivel para la subescala futura de la CCF diaria	158
Tabla 23. Resumen de los principales hallazgos de esta investigación	168

Índice de figuras

Figura 1. Problema general, preguntas de investigación, fundamentos teóricos y estudios empíricos	8
Figura 2. Fluctuaciones temporales de las puntuaciones CCF por cada ola	91
Figura 3. Promedios de las puntuaciones para la solución de 4 perfiles, acompañados del tamaño de cada clúster (primer estudio).....	118
Figura 4. Promedios de las puntuaciones para la solución de 6 perfiles, acompañados del tamaño de cada clúster (segundo estudio)	133
Figura 5. Efecto moderador de la similitud en la CCF-I diaria en la relación entre la CCF-I individual y la felicidad.....	157
Figura 6. Efecto moderador de la similitud en la CCF-F diaria en la relación entre la CCF-F individual y la satisfacción con la pareja	160

Resumen

La Consideración de las Consecuencias Futuras (CCF) es un constructo de la temporalidad subjetiva que describe en qué medida las personas consideran y son influidas por las consecuencias inmediatas y futuras de sus acciones. La CCF ha sido concebida inicialmente como una diferencia individual estable a lo largo del tiempo y aplicable de manera general en diversos contextos. Sin embargo, investigaciones recientes sugieren que los niveles de la CCF podrían variar a lo largo del tiempo y entre distintos dominios específicos.

Esta tesis explora las variaciones inter- e intraindividuales de la CCF con la escala general y sus versiones adaptadas. Además, se analizan las asociaciones entre las puntuaciones de la CCF con el bienestar y las conductas saludables. Para ello, se llevaron a cabo tres estudios empíricos con distintas muestras.

En el primer estudio, participaron 737 personas, quienes completaron evaluaciones semanales para examinar las fluctuaciones de la CCF y su relación con variables relacionadas con conductas saludables, ámbito educativo y laboral.

El segundo estudio incluyó dos muestras independientes de aproximadamente 370 participantes cada una. Este estudio exploró las diferencias inter- e intraindividuales de la CCF en los dominios de la salud, actividad física, alimentación saludable y el trabajo. También se analizan las asociaciones entre los perfiles latentes de la CCF y la toma de decisiones en estos ámbitos.

En el tercer estudio, participaron 60 parejas románticas, con el objetivo de investigar las fluctuaciones diarias de la CCF y su relación con el bienestar de las parejas románticas. También se evalúan las asociaciones entre los niveles individuales de la CCF y su similitud entre los miembros de la pareja. A su vez, se examina el efecto moderador de la similitud en la relación entre la CCF individual y el bienestar de la pareja.

Desde una perspectiva transversal, se exploran las propiedades psicométricas de todas las escalas CCF aplicadas en los tres estudios.

Los resultados del Estudio 1 y Estudio 3 sugieren que las puntuaciones de la CCF fluctúan en intervalos semanales y diarios, respectivamente. En el análisis de perfiles latentes del Estudio 2,

se identificaron perfiles congruentes e incongruentes entre los diferentes dominios específicos. Esto indica que algunas personas reportan niveles consistentes de la CCF, ya sea inmediata o futura, en distintos ámbitos de su vida. A su vez, hay otras personas que reportan niveles de la CCF opuestos según el dominio específico evaluado, como la salud y el trabajo. Estos hallazgos confirman que las puntuaciones de la CCF varían según el dominio evaluado.

En los tres estudios, la subescala inmediata de la CCF se asocia negativamente con las conductas relacionadas con el bienestar y la salud, mientras que la subescala futura se relaciona positivamente. Los resultados confirman que la CCF futura favorece el bienestar y la salud, mientras que la CCF inmediata podría tener un efecto negativo. Además, en el Estudio 3, se destaca la importancia de las puntuaciones individuales en la CCF y su similitud entre las parejas románticas para el bienestar de la relación. También se observa que una mayor similitud puede moderar los efectos negativos de la CCF inmediata y potenciar los beneficios de la CCF futura.

En cuanto a las propiedades psicométricas, se obtuvo evidencia de la adecuada fiabilidad y validez de las escalas de la CCF, tanto en su formato general como en sus versiones adaptadas y abreviadas.

En síntesis, esta tesis doctoral presenta evidencia sobre las diferencias inter- e intraindividuales de la CCF en su formato general y escalas adaptadas a dominios específicos. Los resultados confirman que la CCF muestra asociaciones consistentes con las variables referidas al bienestar y la salud. Además, los resultados demuestran que todas las escalas CCF aplicadas poseen propiedades psicométricas adecuadas.

Palabra clave: Consideración de las Consecuencias Futuras, diferencias interindividuales, diferencias intraindividuales, bienestar, salud.

Abstract

Consideration of Future Consequences (CCF) is a construct of subjective temporality that describes to what extent individuals consider and are influenced by the immediate and future consequences of their actions. Initially, CCF was conceived as a stable individual difference over time, applicable generally across various contexts. However, recent research suggests that CCF levels may vary over time and across specific domains.

The main objective of this doctoral thesis is to explore the inter- and intraindividual variations in CCF, using the general scale and its versions adapted to specific domains. Furthermore, the associations between CCF scores with well-being and health-related behaviours are analysed. To achieve this, three empirical studies were conducted with different samples.

In the first study, 737 participants completed weekly assessments to examine the weekly fluctuations of CCF and its relationship with variables related to health behaviours, education, and work.

In the second study, two independent samples were used, consisting of 371 and 367 participants, respectively. This study explored inter- and intra-individual differences in CCF across the domains of health, physical activity, healthy eating, and work. Associations between latent CCF profiles and decision making in these areas are also examined.

In the third study, 60 romantic couples participated, aiming to investigate the daily fluctuations of CCF and its relationship with relationship well-being. The study also evaluated the associations between individual CCF levels and similarity between partners. Additionally, the moderating effect of similarity in the relationship between individual CCF and relationship well-being is examined.

From a cross-sectional perspective, the psychometric properties of all the CCF scales used in the studies are assessed.

The findings of Studies 1 and 3 suggest that CCF scores fluctuate on a weekly and daily basis, respectively. The latent profile analysis in Study 2 identified congruent and incongruent profiles across specific domains. This indicates that some individuals report consistent CCF levels,

whether immediate or future, across various areas of their lives. Conversely, others report opposing CCF levels depending on the specific domain evaluated, such as health and work. These findings confirm that CCF scores vary according to the domain assessed.

In all three studies, the immediate subscale of the CCF is negatively associated with well-being and health-related behaviors, whereas the future subscale is positively related. The results confirm that future-oriented CCF promotes well-being and health, whereas immediate-oriented CCF may have a negative effect. Furthermore, in Study 3, the importance of individual scores on the CCF and their similarity between romantic partners for relationship well-being is highlighted. It is also observed that greater similarity can moderate the negative effects of immediate CCF and enhance the benefits of future CCF.

Regarding the psychometric properties, evidence was obtained of adequate reliability and validity of the CCF scales, both in their general format and in their adapted and abbreviated versions.

In synthesis, this doctoral thesis presents evidence on the inter- and intraindividual differences of the CCF in its general format and scales adapted to specific domains. The results confirm that CCF exhibits consistent associations with variables related to well-being and health. Additionally, the findings demonstrate that all applied CCF scales possess adequate psychometric properties.

Keywords: Consideration of Future Consequences, interindividual differences, intraindividual differences, well-being, health.

INTRODUCCIÓN

La presente tesis titulada *Rol de la Consideración de las Consecuencias Futuras en el bienestar y la salud*, se presenta como parte de los requisitos para obtener el título de Doctora en Psicología. El posgrado se llevó a cabo en régimen de cotutela entre la Universidad de la República del Uruguay (UdelaR) y la Universidad Complutense de Madrid (UCM). Este manuscrito se centra en la Consideración de las Consecuencias Futuras (CCF) y su asociación con las conductas relacionadas al bienestar y la salud.

La CCF es un constructo dentro de la temporalidad subjetiva, definido como una diferencia individual estable que evalúa hasta qué punto las personas consideran y son influenciadas por los resultados inmediatos y distantes de sus acciones (Strathman et al., 1994). Hasta la fecha, existe una amplia evidencia científica sobre las asociaciones de la CCF con diversas esferas vitales para el ser humano, tales como las conductas saludables, asunción de riesgos, rendimiento académico, decisiones financieras, comportamiento laboral y conductas proambientales (por ejemplo: Joireman, Strathman, et al., 2006; Joireman & King, 2016).

En el presente manuscrito se aborda una de las grandes interrogantes actuales relacionadas con las variaciones en los niveles de la CCF y su relación con la toma de decisiones. Esta investigación parte de la premisa de que la temporalidad subjetiva es una experiencia que varía a nivel inter- e intraindividual y que sus cambios podrían estar influenciados por las variables situacionales (Zimbardo & Boyd, 2008). Por ejemplo, cuando debemos realizar una entrega de una tarea en el ámbito educativo o profesional, podríamos experimentar una aceleración del tiempo. Sin embargo, si estamos en el supermercado con mucha hambre, y la fila para pagar es larga, es muy probable que en esta situación el tiempo parezca transcurrir más lento. Estos ejemplos ilustran cómo la percepción del tiempo varía dependiendo de las circunstancias, nuestro estado de ánimo, necesidades básicas y otros factores.

Este trabajo se centra en explorar las variaciones en la CCF y sus asociaciones con la toma de decisiones. Para esto, se desarrollaron tres estudios con diseños complementarios que permiten explorar la CCF en su formato general y mediante sus dominios específicos.

El primer estudio, fue realizado con 737 adultos uruguayos, quienes completaron los cuestionarios semanalmente durante ocho semanas. Este estudio tiene dos objetivos principales. En primer lugar, se exploraron las fluctuaciones temporales de la CCF a nivel semanal. En segundo lugar, se examinaron las asociaciones entre las fluctuaciones de la CCF con variables referidas al bienestar y la salud.

El segundo estudio, está conformado por dos muestras. La primera muestra está compuesta por 371 uruguayos y la segunda por 367. En este estudio se evaluaron las diferencias inter- e intraindividuales de los niveles de la CCF en distintos dominios específicos, tales como la salud, actividad física, alimentación y trabajo. A su vez, se exploraron las relaciones entre los perfiles latentes de la CCF con variables vinculadas a las conductas saludables y al ámbito laboral.

En el tercer y último estudio de este manuscrito, participaron 60 parejas románticas provenientes de España, quienes contestaron los formularios diariamente durante cinco días (de lunes a viernes). Este trabajo tiene tres objetivos principales. En primer lugar, se investigaron las fluctuaciones diarias de la CCF y su relación con la felicidad personal y la satisfacción con la pareja (constructos que miden el bienestar de las parejas románticas). En segundo lugar, se analizó las relaciones entre los niveles individuales de la CCF, la similitud entre los miembros de la pareja y su bienestar. Como tercer objetivo, se examinó el efecto moderador de la similitud en los niveles de la CCF en la relación entre la puntuación individual de la CCF y el bienestar de las parejas románticas.

Como objetivo transversal de las tres investigaciones, se evaluaron las propiedades psicométricas de las distintas escalas CCF empleadas. Esto incluye la escala CCF en su formato general, versiones adaptadas a dominios específicos, a medidas repetidas y sus versiones abreviadas. Todos los instrumentos están redactados en español.

En este trabajo se busca realizar contribuciones significativas en diferentes ámbitos. A nivel teórico, se espera ampliar la comprensión de las fluctuaciones de la CCF y su relación con la toma de decisiones en diferentes esferas vitales para el ser humano. Además, es el primer trabajo en evaluar la similitud en los niveles de la CCF entre los miembros de la pareja sentimental y su relación con el bienestar de la pareja. Desde un enfoque metodológico, se emplean medidas

repetidas y análisis de perfiles latentes para estudiar las variaciones en los niveles de la CCF. Además, se trabaja con versiones de la escala CCF adaptadas y abreviadas en español, contribuyendo al desarrollo de herramientas que evalúan la temporalidad subjetiva en diversos contextos. Por último, se espera realizar contribuciones en el marco de la búsqueda de bienestar y la promoción de la salud a nivel individual y de las parejas románticas. Esta tesis está organizada en ocho capítulos. El **Capítulo 1** presenta las bases teóricas del constructo, incluyendo su escala de medición y sus modificaciones propuestas a lo largo del tiempo. En esta sección se establece el fundamento conceptual para los estudios empíricos.

El **Capítulo 2** aborda la maleabilidad de la CCF a lo largo del tiempo y en distintos dominios específicos. Además se introduce un enfoque novedoso para explorar la CCF y sus asociaciones con la toma de decisiones: el enfoque centrado en la persona y el enfoque persona por situación.

En el **Capítulo 3**, se detallan los modelos teóricos que explican la relación entre la temporalidad subjetiva y la toma de decisiones, así como los mecanismos subyacentes de la CCF. A su vez, se presentan estudios previos que exploran las asociaciones entre la CCF, el bienestar y la salud, así como su relación en los vínculos de pareja romántica. En el **Capítulo 4**, se exponen los objetivos generales, objetivos específicos y su fundamentación.

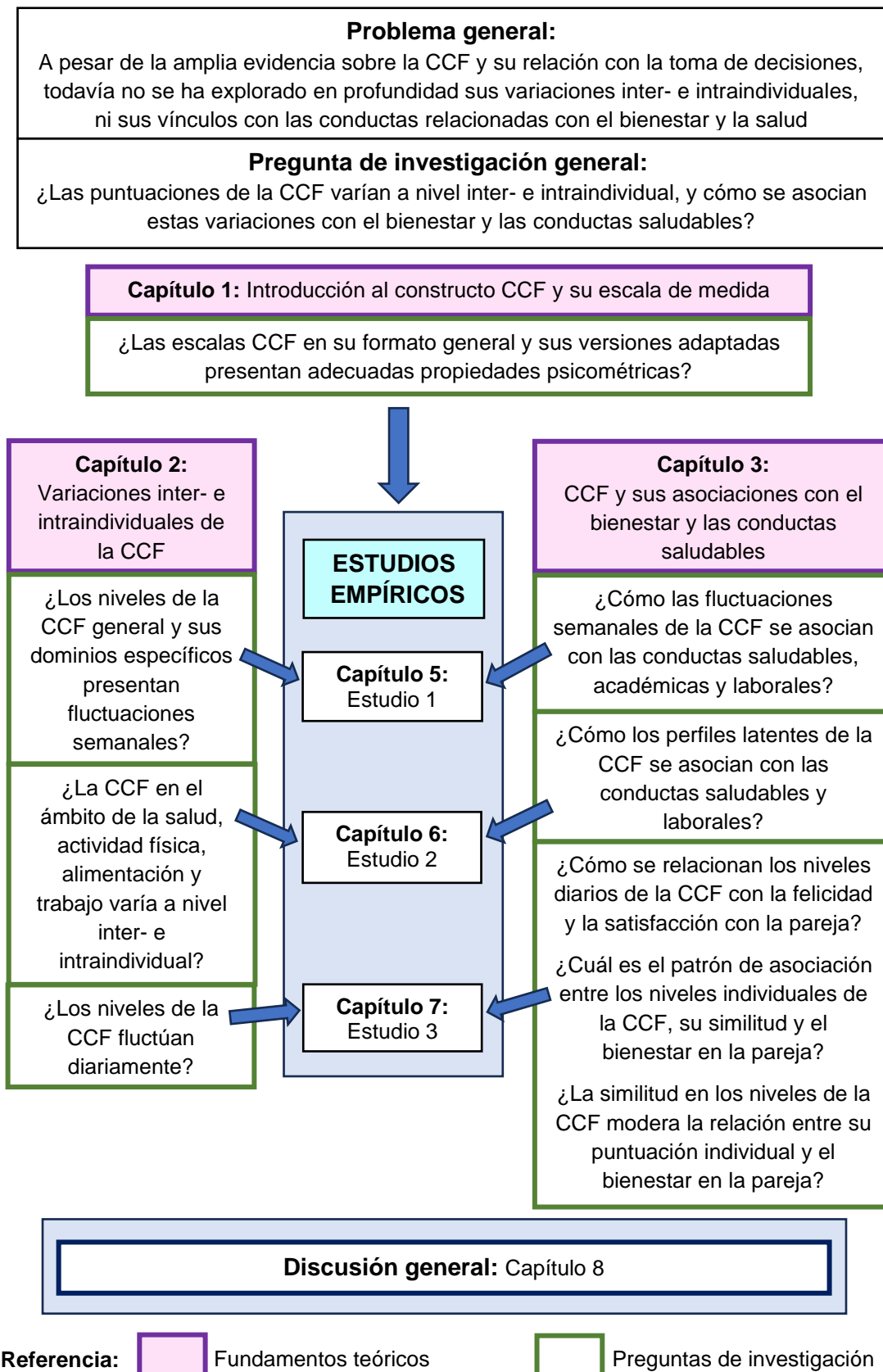
En los **Capítulos 5, 6 y 7** se presentan los trabajos empíricos. El **capítulo 5** detalla el trabajo realizado con 737 uruguayos quienes contestaron los cuestionarios semanalmente. En el **capítulo 6** se presenta el estudio transversal con dos muestras de 371 y 367 uruguayos. Finalmente, el **capítulo 7** presenta el trabajo realizado en 60 parejas románticas, quienes completaron los cuestionarios durante cinco días consecutivos. Cada uno de estos capítulos comienzan con una contextualización teórica, los objetivos específicos, las hipótesis, el método, los resultados y la discusión.

Por último, en el **Capítulo 8** se proporciona un resumen de los principales hallazgos de los tres estudios realizados, junto a una reflexión sobre sus limitaciones, recomendaciones y futuros trabajos.

Para facilitar la comprensión de este manuscrito, en la Figura 1 se presenta un esquema que sintetiza el problema general, preguntas de investigación, fundamentos teóricos e investigaciones realizadas.

Figura 1

Problema general, preguntas de investigación, fundamentos teóricos y estudios empíricos



Capítulo 1

*Consideración de las Consecuencias Futuras:
definición del constructo y escala de medida*

1.1. Introducción a la Psicología del Tiempo

El estudio del tiempo ha capturado el interés de diversas disciplinas, como la psicología, sociología, filosofía y física. A pesar de sus diferentes conceptualizaciones, el tiempo no se limita a los fenómenos físicos, como las salidas del sol o el movimiento del reloj, sino que también incluye su experiencia subjetiva (Ortuño, 2020; Sanna & Chang, 2006). Por ejemplo, levantarse a las 4 de la mañana puede resultar difícil si el objetivo es salir a correr o terminar una tarea de la universidad. Empero, si el motivo es tomar un vuelo que marca el inicio de nuestras vacaciones, la experiencia será más gratificante y enfrentaremos menos resistencia para despertar temprano.

A lo largo del tiempo, se han propuesto diversos enfoques para comprender la complejidad del tiempo psicológico y su impacto en la conducta humana. A continuación, se presentan algunos de los estudios más influyentes y ampliamente reconocidos. Esta sección ofrecerá un marco de referencia con el cual se refleja la complejidad del tiempo psicológico.

En el ámbito de la psicología, el estudio del Tiempo se remonta a los orígenes de la disciplina, aproximadamente en el siglo XIX (Block, 2014; Ortuño, 2020; Vásquez-Echeverría, 2020). Por ejemplo, Wilhelm Wundt tuvo un especial interés en el estudio de la percepción del tiempo individual ante la variedad de estímulos percibidos, análisis realizados desde un enfoque cuantitativo. Posteriormente, Sigmund Freud enfocó sus trabajos a las experiencias pasadas y su relación con los acontecimientos del presente. Por otro lado, se encuentran los trabajos de Kurt Lewin, en los cuales el pasado, el futuro subjetivo y su relación con los procesos cognitivos y el comportamiento del ser humano adquirieron gran importancia. En esta nueva concepción del tiempo subjetivo se visualiza la importancia del pasado, presente y futuro subjetivo, marcos temporales de mutua influencia e importancia para el ser humano (Ortuño, 2020; Strathman & Joireman, 2006; Vásquez-Echeverría, 2014).

Dentro de las ciencias psicológicas, encontramos un campo de conocimiento que vincula la percepción del tiempo con los procesos fisiológicos. Desde este marco teórico, el tiempo subjetivo se concibe como un constructo relacionado a los procesos corporales y a la percepción del cambio. En otras palabras, nuestra experiencia del tiempo está influenciada por los estímulos externos y por nuestras señales internas del cuerpo. Desde este enfoque se propone a la temporalidad subjetiva como un proceso cognitivo que varía. Por ejemplo, la percepción de la

duración de un evento será diferente si nos encontramos en un estado de relajación en comparación con momentos de ansiedad (Wittmann, 2016). En síntesis, a lo largo de la historia, el tiempo ha sido concebido desde diferentes posturas y marcos teóricos.

En este trabajo, nos centraremos en la temporalidad subjetiva, entendida como la experiencia interna del tiempo, a través de la cual organizamos nuestros recuerdos, construimos nuestra identidad y proyectamos nuestro futuro. Esta dimensión del tiempo permite la construcción de narrativas personales, facilitando la integración de experiencias pasadas en la toma de decisiones y en la planificación de objetivos a futuro (Vásquez-Echeverría, 2011).

La temporalidad subjetiva es un fenómeno flexible y personal, estrechamente vinculado con la memoria, las emociones y la regulación de metas. Se sitúa dentro del Nivel III de análisis, el cual será desarrollado en detalle más adelante en este capítulo (Vásquez-Echeverría, 2011).

Dentro del estudio de la temporalidad subjetiva, existen múltiples conceptos que, aunque pueden ser similares o estar relacionados de alguna manera con las dimensiones temporales (es decir, pasado, presente y futuro), presentan particularidades que los diferencian. A continuación, abordaremos algunos de los conceptos más estudiados en este ámbito: búsqueda de sensaciones, ansiedad futura, esperanza (también denominada esperanza de futuro), perspectiva temporal y la CCF (Ortuño, 2020).

La búsqueda de sensaciones es considerada un rasgo de personalidad (el rasgo de personalidad será abordado en el apartado 2.2.1. Enfoque persona por situación de esta tesis) que refiere a la tendencia de explorar experiencias intensas, novedosas, diversas, usualmente acompañada por una predisposición a asumir riesgos en diversos ámbitos de la esfera vital (como podría ser el legal, financiero, social). Este constructo se relaciona a una maximización del riesgo, pero sin una consideración o aceptación de las consecuencias de estas acciones. Este rasgo de la personalidad surge de la interacción entre las predisposiciones biológicas innatas y la influencia del entorno (Ortuño, 2020; Zuckerman, 1994).

La ansiedad futura se define como un estado de incertidumbre, miedo, preocupación e inquietud ante posibles cambios negativos en nuestro futuro personal. Se trata de una forma específica de ansiedad, centrada en un futuro lejano (por ejemplo, dentro de varios años), en el

cual la anticipación de eventos adversos puede percibirse como una amenaza, llegando incluso a generar la sensación de que algo catastrófico podría ocurrirnos. Este tipo de ansiedad tiene un fuerte componente cognitivo, porque surge de la reflexión y anticipación de dificultades futuras, lo que influye directamente en nuestras decisiones y emociones en el presente. Además, se ha vinculado con la percepción de falta de control sobre el futuro y con una baja autoeficacia para afrontar los desafíos a largo plazo (Ortuño, 2020; Zaleski, 1996).

La esperanza es definida como un proceso cognitivo-motivacional compuesta por dos componentes claves: la creencia en nuestra capacidad de alcanzar las metas distantes y la percepción de estrategias y recursos para lograrlas. Este constructo enfatiza las interacciones entre estos dos componentes claves, dado que necesitamos confiar en nuestras habilidades, y a la misma vez, considerar los caminos efectivos para lograrlas (Ortuño, 2020; Snyder et al., 1991).

La perspectiva temporal es un constructo ampliamente estudiado dentro de la temporalidad subjetiva. Se define como un proceso, habitualmente no consciente, mediante el cual categorizamos nuestras experiencias personales y sociales dentro del pasado, presente o futuro. Esta categorización nos permite dar coherencia, orden y un significado a los acontecimientos y eventos que vivimos. Si bien se considera un rasgo relativamente estable, la perspectiva temporal también es dinámica y flexible, ya que puede modificarse en función de factores sociales, familiares, religiosos, educativos, culturales o contextuales (Ortuño, 2020; Zimbardo & Boyd, 1999).

Por último, tenemos a la CCF, este constructo va a ser el centro de este trabajo. Debido a su relevancia, será abordado en capítulos específicos, como en 1.2. El constructo de la Consideración de las Consecuencias Futuras. La CCF se refiere a la capacidad de proyectarnos mentalmente hacia el futuro subjetivo, lo que genera un dilema temporal entre optar por acciones con recompensas inmediatas o decisiones cuyos resultados se manifestarán a largo plazo. Este constructo fue desarrollado para comprender cómo las personas toman decisiones en diferentes esferas de la vida, tales como la salud, las finanzas y las relaciones interpersonales (Strathman et al., 1994).

Al considerar las diferentes conceptualizaciones sobre la temporalidad subjetiva se observa que el constructo juega un papel central en nuestra vida cotidiana dado que influye en diversos procesos psicológicos y comportamentales. Por ejemplo, al tomar decisiones, las personas con una mayor predisposición a considerar los resultados distantes de sus acciones podrán planificar sus acciones con mayor eficacia y priorizar las acciones necesarias para obtener beneficios a largo plazo. Mientras que aquellas personas que tienden a orientarse hacia los resultados inmediatos tenderán a optar por acciones con beneficios inmediatos, aunque esto implique resultados negativos distantes.

Asimismo, la temporalidad subjetiva está estrechamente vinculada al estrés y la ansiedad. Se ha demostrado que la experiencia subjetiva del tiempo impacta en el bienestar y en la forma en que gestionamos nuestras responsabilidades diarias. Por ejemplo, si estamos ante un evento con alta carga emocional, es muy probable que los eventos parecen ser más intensos y prolongados, esto incrementa las sensaciones relacionadas al malestar y la dificultad de regular las emociones. Por otro lado, cuando nos encontramos en un estado de flujo (también conocido como Flow), nos sumergimos completamente en una tarea y percibimos que el tiempo transcurre de manera rápida y placentera (Gładziejewski, 2024; Sinnott et al., 2020; Wittmann, 2016).

La presente tesis se centra en explorar la temporalidad dentro de las ciencias del comportamiento, específicamente desde la Psicología del Tiempo. En este contexto, la Psicología del Tiempo es considerada una subdisciplina de las Ciencias del Comportamiento que estudia cómo las personas adquieren el contexto temporal y cómo esta percepción influye en su conducta (Vásquez-Echeverría, 2020). Según Vásquez-Echeverría (2020), la Psicología del Tiempo está conformada por cuatro niveles de estudio:

I. Nivel crono-psicológico: Este nivel incluye estudios que examinan la relación entre el comportamiento de los seres vivos y los ciclos físicos del tiempo, como el ciclo día-noche.

II. Percepción del tiempo: Las investigaciones en este nivel exploran las habilidades cognitivas relacionadas con la capacidad humana para determinar la duración y secuencia de los eventos. Los estudios en este campo ayudan a comprender cómo estimamos la duración del tiempo y cómo establecemos la simultaneidad y secuencialidad de los distintos acontecimientos.

III. Tiempo individual: En el tercer nivel, se examina cómo las estructuras cognitivas influyen en la toma de decisiones, el comportamiento y las emociones de las personas (Lasane & O`Donnell, 2005). Los estudios en esta área sugieren que el pasado, presente y futuro subjetivo son marcos temporales interrelacionados con mutua influencia (Lewin, 1942). Además, se propone que nuestra percepción del tiempo depende de cómo interpretamos y representamos los acontecimientos de nuestro pasado, presente y futuro (Stolarski et al., 2015).

IV. *Tiempo cultural*: Este nivel aborda los procesos temporales desde una perspectiva grupal, donde el tiempo cultural es un factor crucial para comprender cómo los seres humanos piensan, actúan y sienten.

Este trabajo se centra en los procesos temporales subjetivos dentro del tiempo individual (nivel III). A continuación, se describen los principales constructos de este nivel: perspectiva temporal, perspectiva temporal futura, orientación temporal y CCF.

Como se mencionó previamente, la *perspectiva temporal* es un proceso generalmente inconsciente mediante el cual las experiencias individuales y sociales se organizan en categorías temporales que otorgan coherencia, orden y significado a los eventos (Zimbardo & Boyd, 1999).

La *perspectiva temporal futura* es una dimensión cognitivo-motivacional versátil que refiere a las proyecciones futuras. Este concepto desempeña un papel crucial en el establecimiento de objetivos, la planificación y ejecución de actividades necesarias para alcanzarlos (Kooij et al., 2018).

La orientación temporal es un constructo que refiere a la predisposición a ser influenciados por los sentimientos, motivaciones y pensamientos relacionados con nuestro pasado, presente o futuro (Lasane & O`Donnell, 2005).

Por último, la *CCF* mide cómo consideramos y somos influenciados por los resultados inmediatos y futuros de nuestras acciones. Este constructo se propuso para comprender cómo resolvemos los dilemas temporales, situaciones en las que debemos elegir entre una acción con beneficios inmediatos y placenteros, o una recompensa distante y gratificante que a menudo exige sacrificios en el presente (Joireman et al., 2012; Strathman et al., 1994). Dado que la CCF

es esencial para este trabajo, en las siguientes secciones se profundizará en su definición y en su instrumento de medición.

1.2. El constructo de la Consideración de las Consecuencias Futuras

Los seres humanos tenemos la capacidad de realizar viajes mentales a través de nuestro pasado, presente y futuro subjetivo (Sheldon & Vansteenkiste, 2005). Esta habilidad nos permite reflexionar sobre los acontecimientos que suceden en los tres marcos temporales (Baird et al., 2021).

Los viajes a través del tiempo subjetivo representan una gran ventaja adaptativa, dado que nos permite anticipar y planificar nuestras acciones en función de los acontecimientos del pasado y los posibles escenarios futuros (Suddendorf & Busby, 2005). Sin embargo, los viajes en el tiempo subjetivo pueden generar conflictos internos al decidir entre acciones con recompensas inmediatas o aquellas con beneficios futuros (Strathman et al., 1994). Por ejemplo, consideremos a un estudiante universitario en periodo de exámenes. El estudiante debe sopesar entre seguir saliendo con sus amigos los fines de semana arriesgando su rendimiento académico futuro, o quedarse a estudiar sacrificando el placer inmediato con el fin de aprobar su examen futuro. La CCF permite comprender hasta qué punto las personas consideran y se ven influenciadas por los resultados inmediatos y distantes de sus acciones (Strathman et al., 1994).

La CCF es uno de los conceptos más utilizados en la Psicología del Tiempo (Kooij et al., 2018), esto destaca su importancia en las diferentes esferas vitales para el ser humano, como la salud, el ámbito académico, financiero y proambiental (por ejemplo: Joireman, Strathman, et al., 2006; Joireman & King, 2016).

La importancia de la CCF queda en evidencia al observar que el artículo de Strathman et al. (1994), en el cual se desarrolla por primera vez el constructo, ha recibido alrededor de 2.500 citas según Google Académico. Este elevado número de citas subraya su relevancia e impacto en distintas investigaciones. En el capítulo 3 de este trabajo, se profundiza en las asociaciones entre la CCF con el bienestar y las conductas saludables. En términos generales, una mayor orientación hacia los resultados distantes de nuestras acciones se ha vinculado con la adopción

de hábitos más saludables y una mejor planificación personal. No obstante, la CCF también ha sido estudiada en otros ámbitos, como la educación, la sostenibilidad ambiental, la planificación financiera y la expresión de la agresión (por ejemplo: Joireman, Strathman, et al., 2006; Joireman & King, 2016). Por ello, comprender su relación con la toma de decisiones puede aportar elementos valiosos para distintos contextos de la vida cotidiana.

A continuación, se presenta el instrumento que evalúa la CCF y las modificaciones realizadas a lo largo del tiempo para optimizar su medición.

1.3. Escala de la Consideración de las Consecuencias Futuras

Strathman et al. (1994) desarrollaron y validaron la escala CCF (ECCF-general). El instrumento fue diseñado para evaluar la CCF de manera general, asumiendo que sus niveles son constantes en distintas áreas de la vida, como la salud, el ámbito laboral o académico.

La creación de la ECCF-general se realizó en dos fases. En la primera, se utilizaron tres muestras de estudiantes universitarios de Estados Unidos (n del primer grupo = 167; n del segundo = 204 y n del tercer grupo = 267), quienes completaron un formulario de 24 ítems diseñado para medir en qué medida consideraban los resultados distantes al tomar sus decisiones. Al evaluar la confiabilidad y las cargas factoriales identificaron doce ítems que proporcionaban una medida confiable y válida.

En la segunda fase, se administraron los doce ítems identificados en la primera fase en cuatro muestras de estudiantes universitarios de Estados Unidos ($n = 323$, $n = 379$, $n = 153$ y $n = 138$). De estos ítems, siete miden la consideración de los resultados inmediatos. Por ejemplo: “I only act to satisfy immediate concerns, figuring the future will take care of itself” (Strathman et al., 1994, p. 752). Los cinco ítems restantes valoran la consideración de los resultados distantes, como el siguiente ejemplo: “I consider how things might be in the future, and try to influence those things with my day to day behavior” (Strathman et al., 1994, p. 752).

Strathman et al. (1994) proponen calcular la CCF a partir de una puntuación total, obtenida del promedio de todos los ítems. Para este cálculo, las puntuaciones de los ítems referidos a la consideración de las consecuencias inmediatas se invierten. En su estudio, los coeficientes alfa

de Cronbach (α) de la puntuación total oscilaron entre .80 y .86 en las distintas muestras. La estabilidad del constructo se evaluó mediante un test-retest con dos intervalos de tiempo: dos semanas y cinco semanas. Los coeficientes de correlación test-retest fueron de .76 ($p < .001$) y .72 ($p < .001$) para cada muestra. Los autores concluyeron que la CCF presenta una consistencia interna y una estabilidad temporal adecuada.

Strathman et al. (1994) también exploraron la estructura factorial de la ECCF-general. Por un lado, realizaron un análisis factorial exploratorio con la primera muestra, identificando un único factor que explicó el 94.6% de la varianza total, con cargas factoriales que oscilan entre .30 y .72. Por otro lado, llevaron a cabo un análisis factorial confirmatorio con la segunda, tercera y cuarta muestra, confirmando el modelo unifactorial.

Posteriormente, los autores evaluaron la relación entre la puntuación total de la CCF con el retraso de la gratificación y el locus de control. En este análisis, la puntuación total de la CCF se asoció positivamente con el retraso de la gratificación y con el locus de control. Los investigadores sugirieron que el grado de preocupación hacia el futuro se relaciona con la preferencia por una recompensa futura pero mayor, en vez de una recompensa inmediata pero menor. Además, sugirieron que el locus de control está relacionado con la motivación necesaria para lograr metas a largo plazo.

Strathman et al. (1994) concluyeron que la ECCF-general de 12 ítems con una estructura unifactorial presenta adecuadas propiedades psicométricas para su uso. A continuación, se destacan tres características relevantes del constructo y del instrumento original.

Primero, la CCF se propuso como un constructo general. Desde esta postura se presupone que las personas consideran las consecuencias inmediatas y distantes de sus acciones de manera consistente en sus distintas esferas vitales (Strathman et al., 1994).

Segundo, se concibió la CCF como un constructo continuo. En un extremo se encuentran las personas con baja CCF, quienes tienden a realizar acciones con beneficios inmediatos, aunque estas presenten resultados negativos distantes. En el otro extremo, se encuentran las personas con alta CCF, que tienden a realizar acciones con recompensas gratificantes distantes, aunque estas conlleven un sacrificio inmediato.

Tercero, la CCF se propuso como un constructo estable a lo largo del tiempo pero susceptible a cambios por ciertos acontecimientos vitales (Strathman et al., 1994). Para comprender este concepto, consideremos el caso de Laura, una persona que prioriza las gratificaciones inmediatas en sus decisiones diarias. Ella suele optar por comer comida chatarra y en sus tiempos libres quedarse en su casa viendo televisión, evitando la actividad física. Si Laura se enfrenta a una amenaza para su salud, como el diagnóstico de una enfermedad relacionada con sus hábitos de vida, podría comenzar a valorar más los resultados a largo plazo. Este ejemplo ilustra la susceptibilidad del constructo a eventos significativos.

Aunque la escala original de Strathman et al. (1994) demostró ser una herramienta confiable y válida, investigaciones posteriores sugieren ajustes para optimizar su medición (Gick, 2014; Joireman et al., 2008, 2010, 2012; Petrocelli, 2003; van Beek et al., 2013; Vásquez-Echeverría et al., 2015, 2017). A continuación, se describen los principales cambios propuestos para optimizar la escala CCF original.

1.3.1. Modificaciones en la escala original

A pesar de los hallazgos de Strathman et al. (1994) y de las investigaciones que evidencian las adecuadas propiedades psicométricas de la ECCF-general de 12 ítems con una estructura de un solo factor (por ejemplo, Joireman, 1999; Joireman et al., 2001, 2004; Joireman, Kamdar, et al., 2006; Orbell et al., 2004; Peters et al., 2005; Sirois, 2004), a lo largo del tiempo se han propuesto diversos cambios en el instrumento. Las modificaciones serán clasificadas en tres grandes grupos: (I) estructura factorial (modelo unifactorial versus modelo de dos factores correlacionados), (II) ampliación de los ítems (de 12 a 14) y (III) abreviación del instrumento (versiones de las escalas abreviadas a 4, 6, 8 y 10 ítems). En las siguientes líneas, se profundiza en cada una de las modificaciones.

1.3.1.1. Cambios en la estructura factorial

La propuesta de modificar la estructura factorial de la ECCF-general surgió con el estudio de Petrocelli (2003), realizado con 664 estudiantes universitarios de Estados Unidos (414 mujeres, con una $Media_{edad} = 20.49$, $DT_{edad} = 4.01$), muestra similar al de Strathman et al. (1994).

Petrocelli (2003) llevó a cabo un Análisis de Componentes Principales, identificando dos factores que explican el 44.7% de la varianza total, con saturaciones que oscilaron entre .41 a .75. Los ítems referidos a la consideración de las consecuencias inmediatas reportaron saturaciones elevadas en el primer factor (cargas de entre .49 a .75) y los ítems referidos a los resultados distantes presentaron cargas elevadas en el segundo factor (con valores que oscilaron entre .41 a .69). Una excepción fue el ítem 2, que presentó una saturación de .45 en el primer factor y de .43 en el segundo factor. El coeficiente α del primer factor fue de .82 y en el segundo factor fue de .48. Los factores reportaron una correlación de .52 ($p < .01$) entre sí.

En el estudio de Petrocelli (2003) también se realizó un análisis factorial confirmatorio, en el cual evaluaron cuatro modelos: (I) modelo unifactorial de Strathman et al. (1994); (II) dos factores sin correlacionar; (III) dos factores correlacionados; y (IV) un modelo con el primer factor obtenido en el análisis factorial exploratorio (factor compuesto por todos los ítems referidos a los resultados inmediatos y el ítem 2 que evalúa la consideración de los resultados distantes). En este análisis, se concluyó que el modelo unifactorial de 8 ítems presentaba los mejores índices de ajuste, seguido por el modelo de dos factores correlacionados, el modelo de dos factores sin correlacionar y, finalmente, el modelo unifactorial de Strathman et al. (1994). Petrocelli (2003) sugiere que la CCF debería evaluarse mediante un modelo de dos factores correlacionados, argumentando que la falta de atención a los resultados inmediatos no necesariamente sugiere una inclinación hacia los resultados futuros de sus acciones.

La propuesta de dos factores correlacionados fue retomada por Joireman et al. (2008) en un estudio con 986 participantes (53% mujeres, $Media_{edad} = 21.7$, $DT_{edad} = 2.31$). En su investigación, se llevó a cabo un análisis factorial confirmatorio con el modelo unifactorial de Strathman et al. (1994) y el modelo de dos factores correlacionados de Petrocelli (2003). En este análisis, el modelo unifactorial mostró índices de ajuste subóptimos, mientras que el modelo de dos factores presentó índices de ajuste adecuados. En el modelo de dos factores correlacionados, se identificaron dos subescalas que fueron denominadas: Consideración de las Consecuencias Inmediatas (CCF-I) y Consideración de las Consecuencias Futuras (CCF-F). La CCF-I presentó cargas factoriales de entre .45 y .83, con un coeficiente α de .87. La CCF-F presentó saturaciones de entre .50 y .74, con un α de .78.

Joireman et al. (2008) también evaluaron la contribución única de cada subescala sobre el autocontrol, mediante dos modelos de regresión. La CCF-I se asoció negativamente con el autocontrol ($\beta = -.36$, $p < .001$). La CCF-F no presentó asociaciones estadísticamente significativas ($p > .05$).

Los autores argumentaron que, en la estructura unifactorial, resulta difícil e incluso imposible, discernir si el resultado está relacionado con una alta consideración de las consecuencias inmediatas, o una baja orientación hacia los resultados distantes, y viceversa. A su vez, indican que en la estructura unidimensional, las personas solo pueden reportar una orientación hacia los resultados inmediatos o distantes de sus acciones, sin poder reflejar un patrón mixto entre ambos marcos temporales (Joireman et al., 2008).

En conclusión, Joireman et al. (2008) reafirman que el modelo de dos factores correlacionados es el más adecuado para evaluar la CCF. Además, destacaron que la distinción entre las subescalas CCF-I y CCF-F facilita la identificación de patrones de asociación específicos para cada subescala. Esta estructura también facilita el desarrollo de modelos teóricos diferenciados para cada subescala, como el modelo de amortiguación y el modelo de susceptibilidad, que serán abordados en el apartado 3.2. *Mecanismos subyacentes que explican la relación entre la CCF y la toma de decisiones* de este manuscrito.

El modelo de dos factores correlacionados fue respaldado en las versiones del instrumento en español, malayo y portugués (She et al., 2021; Vásquez-Echeverría et al., 2015, 2017). Además, una extensa literatura respalda la validez de las dos subescalas en variables relacionadas con las conductas saludables, el bienestar, el cuidado ambiental y el ámbito financiero, entre otros (por ejemplo: Adams, 2012; Bruderer Enzler, 2015; Gick, 2014; Joireman et al., 2010; McKay et al., 2013; van Beek et al., 2013; Vásquez-Echeverría et al., 2015). A continuación, se aborda otra de las modificaciones propuestas en la escala CCF original: la ampliación de doce a catorce ítems con el fin de mejorar la fiabilidad de sus subescalas (Joireman et al., 2012).

1.3.1.2. Ampliación del número de ítems

En Joireman et al. (2008) se identificó una consistencia interna baja en la subescala futura, un patrón que también se observó en investigaciones posteriores (por ejemplo: Gick, 2014; Joireman et al., 2010; van Beek et al., 2013; Vásquez-Echeverría et al., 2015, 2017). Por lo tanto, Joireman et al. (2012) propusieron ampliar la ECCF-general de doce a catorce ítems, escala que será identificada como la ECCF-14.

Para la ampliación de la escala, se redactaron dos ítems que miden de forma directa la preocupación por las consecuencias distantes de las acciones. Los ítems incorporados son el ítem 13: "When I make a decision, I think about how it might affect me in the future" (Joireman et al., 2012, p. 1284) y el ítem 14: "My behavior is generally influenced by future consequences" (Joireman et al., 2012, p. 1284). Joireman et al., (2012) también propusieron ampliar la escala Likert de cinco a siete valores para aumentar la variabilidad de las respuestas.

El estudio de Joireman et al. (2012) se realizó con 119 participantes (48 mujeres, Mediana_{edad} = 21 años), en el cual se aplicó un análisis factorial exploratorio con rotación oblimin y un gráfico de sedimentación. Los resultados respaldaron el modelo de dos factores correlacionados (compuestos por las subescalas CCF-I y CCF-F). Las cargas factoriales fueron mayores a .30 en sus respectivas dimensiones, con la excepción del ítem 5 que presentó una saturación cruzada (en la CCF-I su saturación fue de .74 y en la CCF-F fue de .41). El coeficiente α en la CCF-I fue de .84. En la CCF-F, compuesta por los cinco ítems de Strathman et al. (1994), el coeficiente α fue de .70, aumentando a .80 tras la incorporación de los nuevos ítems.

Joireman et al. (2012) realizaron un segundo estudio con una muestra de 232 sujetos (118 mujeres, Mediana_{edad} = 21 años), en el cual se aplicó un análisis factorial confirmatorio con el modelo de dos factores correlacionados y el modelo unifactorial de Strathman et al. (1994). En ambos modelos, se correlacionaron siete términos de error porque la redacción de los ítems era muy similar. El modelo de dos factores reportó índices de ajuste adecuados, con una correlación negativa entre sí ($r = -.37$). Las dos subescalas presentaron una consistencia interna adecuada, con un coeficiente α de .80 para la CCF-I y de .82 para la CCF-F con los siete ítems, y .74 con los cinco ítems originales. El modelo unifactorial presentó índices de ajuste subóptimos.

Joireman et al. (2012) concluyeron que la ECCF-14 tiene propiedades psicométricas satisfactorias. A su vez, enfatizan la importancia de evaluar el constructo a través de sus dos subescalas, cada una compuesta por siete ítems y utilizando una escala Likert de siete puntos.

La ECCF-14 y el modelo de dos factores correlacionados fueron respaldados en sus versiones en alemán, español, francés, inglés, italiano, persa y turco (Acuña et al., 2020; Akırmak & Oral, 2023; Alvarez-Nuñez et al., 2020; Camus et al., 2014; Joireman et al., 2012; Kübel & Wittmann, 2020; Loose et al., 2023; Nigro et al., 2016; Vásquez-Echeverría et al., 2018; Zainun et al., 2023), incluso en una muestra representativa de Uruguay (Alvarez-Nuñez et al., 2020). El próximo cambio relevante en la escala CCF es el desarrollo de versiones abreviadas.

1.3.1.3. Versiones de la escala CCF abreviadas

Otro cambio importante fue la reducción de la escala CCF a versiones abreviadas de diez, ocho, seis e incluso cuatro ítems (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Chng et al., 2022; Vilar et al., 2022). Estas versiones se diseñaron para facilitar su uso en estudios con tiempo o recursos limitados, como las investigaciones con un diseño diario (Chng et al., 2022). A su vez, la reducción de los instrumentos disminuye la probabilidad de deserción, falta de atención o aburrimiento al completar los formularios, y mejora la calidad de los datos (Vilar et al., 2022). Además, las versiones simplificadas resultan particularmente útiles en estudios longitudinales, dado que reducen el riesgo de abandono a lo largo de las sucesivas recogidas de datos (de Leeuw & Lugtig, 2015).

A continuación, se presentan las diferentes versiones abreviadas de la escala CCF. En esta tesis, se profundiza en las versiones de la escala que evalúan la CCF mediante sus dos factores correlacionados (como fue propuesto por Joireman et al., 2012), con el fin de mantener la consistencia metodológica a lo largo de todo el manuscrito. Para facilitar la identificación de los ítems en las escalas abreviadas, se conservará el mismo orden utilizado en la ECCF-14 de Joireman et al. (2012).

Abreviación de la escala CCF a seis ítems en su versión al portugués.

Vilar et al. (2020) propusieron una escala CCF de 6 ítems (ECCF-6) adaptada al portugués. En su estudio, participaron 610 estudiantes universitarios provenientes de Brasil (61.3% mujeres, $Media_{edad} = 23.90$, $DT_{edad} = 7.97$), 126 estudiantes de la licenciatura en psicología de Brasil (70.6% mujeres, $Media_{edad} = 21.5$, $DT_{edad} = 6.30$) y 144 de Nueva Zelanda (70.8% mujeres, $Media_{edad} = 19.10$, $DT_{edad} = 1.30$).

En esta versión del instrumento, la subescala inmediata está conformada por los ítems 3, 10 y 11, y la subescala futura por el 1, 13 y 14. Se excluyeron los ítems 5 y 12 de la subescala inmediata, y los ítems 2 y 6 de la subescala futura, por presentar baja precisión y discriminación en todas las muestras. A su vez, se eliminaron los ítems 4 y 9 de la subescala inmediata, y los ítems 7 y 8 de la subescala futura por proporcionar poca información. Los coeficientes α en la subescala inmediata fueron mayores a .68 y en la subescala futura fueron mayores a .72 en las diferentes muestras de este estudio.

Los autores concluyeron que la ECCF-6 en portugués presenta resultados similares a la ECCF-14 y ofrece adecuada evidencia de confiabilidad y validez.

Abreviación de la escala CCF a seis y cuatro ítems en su versión en inglés.

Chng et al. (2022) propusieron una versión abreviada de la escala CCF con seis (ECCF-6) y cuatro ítems (ECCF-4) en inglés. El estudio se llevó a cabo en una muestra de 4789 sujetos provenientes de Estados Unidos y Singapur (muestra balanceada en función del sexo de los participantes, $Media_{edad} = 41.4$, $DT_{edad} = 17.00$). La muestra fue dividida aleatoriamente en dos submuestras: la primera submuestra compuesta por 2394 participantes y la segunda por 2395.

Con la primera submuestra, se realizó un análisis factorial exploratorio que sugiere retener dos factores. Uno de los factores mostró cargas factoriales elevadas en los ítems 3, 4 y 11 los cuales están referidos a la consideración de las consecuencias inmediatas. En el otro factor, se observaron saturaciones elevadas en los ítems 1, 13 y 14, los cuales refieren a la consideración de las consecuencias futuras.

Posteriormente, se realizó un segundo análisis factorial exploratorio con los seis ítems que mostraron las cargas más altas en el análisis anterior. Nuevamente, los resultados sugieren retener hasta dos factores. Los ítems con mayor saturación son el ítem 3 y 4 en el factor correspondiente a la CCF-I, y los ítems 13 y 14 en el factor relacionado con la CCF-F. Estos cuatro ítems conformaron la versión abreviada de la ECCF-4.

Con la segunda submuestra, Chng et al. (2022) realizaron un análisis factorial confirmatorio en el cual se evaluó el modelo unifactorial y de dos factores correlacionados para la versión de la escala CCF de 14, 6 y 4 ítems. En todos los casos, el modelo de dos subescalas mostró un mejor ajuste que el unidimensional.

Chng et al. (2022) evaluaron la confiabilidad de las versiones de la ECCF-14, ECCF-6 y ECCF-4. El coeficiente α de la puntuación total osciló entre .75 a .89 para la ECCF-14, entre .64 a .88 en la ECCF-6 y entre .53 a .82 en la ECCF-4. La confiabilidad de la subescala inmediata osciló entre .78 a .90 para la ECCF-14, entre .66 a .90 en la ECCF-6 y entre .66 a .90 para ECCF-4. El α de la subescala futura osciló entre .76 a .89 para la ECCF-14; entre .63 a .87 en ECCF-6 y entre .68 a .98 para ECCF-4. Los autores concluyeron que la confiabilidad de las versiones abreviadas del instrumento es similar a la escala en su versión extensa.

Por último, Chng et al. (2022) compararon el poder predictivo de las versiones ECCF-14, ECCF-6 y ECCF-4 mediante un análisis de regresión. En este análisis, las escalas abreviadas presentaron coeficientes de regresión con una valencia, magnitud y significación similar a la ECCF-14. Por ejemplo, la subescala futura de las diferentes versiones predijo positivamente la realización de actividad física en todas las versiones: ECCF-14 ($\beta = .24, p < .05$), ECCF-6 ($\beta = .27, p < .01$) y ECCF-4 ($\beta = .44, p < .001$).

Al examinar las dos versiones de la ECCF-6 de Vilar et al. (2020) y Chng et al. (2022) se observan leves diferencias en los ítems que componen la CCF-I. En Vilar et al. (2020), la subescala inmediata está conformada por el ítem 3, 10 y 11, mientras que Chng et al. (2022) incluye los ítems 3, 4 y 11. Esta discrepancia se debe a las diferencias en las características de las muestras (Chng et al., 2022): estudiantes universitarios de Brasil (Vilar et al., 2020) versus población general de Estados Unidos y Singapur (Chng et al., 2022). A su vez, es importante

considerar que Chng et al. (2022) emplea la escala CCF en inglés, mientras que Vilar et al. (2020) traduce el instrumento al portugués, esto podría contribuir a las diferencias observadas entre ambos estudios (Chng et al., 2022).

Abreviación de la escala CCF a diez y ocho ítems en su versión en español.

Alvarez-Nuñez y Vásquez-Echeverría (2023) propusieron una versión abreviada de la escala CCF de 10 (ECCF-10) y 8 ítems (ECCF-8) en español. El estudio fue realizado en dos muestras provenientes de Uruguay. La primera muestra estuvo compuesta por 1095 adultos (67.4% mujeres, 3.4% no reportaron su sexo, $Media_{edad} = 26.6$, $DT_{edad} = 10.67$). La segunda incluyó a 738 adultos (63.1% mujeres, 2.0% no reportaron su sexo, $Media_{edad} = 32.6$, $DT_{edad} = 12.30$).

En el proceso de abreviación se seleccionaron los ítems con mayor saturación en el análisis factorial confirmatorio, se evaluó el modelo unifactorial propuesto por Strathman et al. (1994) y el modelo de dos factores correlacionados de Joireman et al. (2012). Además, la selección de ítems se llevó a cabo considerando su idoneidad teórica para su futura adaptación a escalas de dominios específicos. En la sección titulada 2.2.3. *Escalas CCF adaptadas a dominios específicos* de este manuscrito, se brindará mayor detalle sobre estos instrumentos.

Los resultados mostraron que el modelo de dos factores presentó índices de ajuste adecuados, mientras que los modelos unidimensionales obtuvieron índices de ajuste subóptimos. La ECCF-10 está compuesta por los ítems 3, 4, 9, 10 y 11, y presenta un coeficiente Omega de McDonald (ω) y α de .77. La subescala futura está compuesta por los ítems 1, 7, 8, 13 y 14, con un coeficiente ω y α de .72 (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023).

En cuanto a la ECCF-8, la subescala inmediata está compuesta por los ítems 3, 9, 10 y 11, con un coeficiente ω y α de .72. La subescala futura está formada por los ítems 1, 7, 13 y 14, con un coeficiente ω de .72 y α de .70 (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023).

Los investigadores compararon las correlaciones entre las subescalas de la ECCF-14, ECCF-10 y ECCF-8 con la edad, el nivel educativo de los participantes y las dimensiones del Inventario de Perspectiva Temporal de Zimbardo (versión de Košťál et al., 2016) y la Escala de

Actitudes hacia el Tiempo (versión de Vásquez-Echeverría et al., 2020). Las asociaciones entre las distintas versiones de la escala CCF con las variables de interés fueron similares (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023).

Alvarez-Nuñez y Vásquez-Echeverría (2023) concluyeron que la ECCF-10 y ECCF-8 en español presentan propiedades psicométricas similares a la ECCF-14. Además, indican que la estructura de dos factores correlacionados presenta mejores propiedades psicométricas que el modelo unifactorial.

Este capítulo introdujo el constructo CCF, su escala de medición y las principales modificaciones propuestas al instrumento original. A pesar de la extensa evidencia científica sobre la CCF, actualmente persisten debates sobre su maleabilidad. Varios estudios sugieren que los niveles de la CCF varían tanto a nivel inter- como intraindividual (por ejemplo: Adams et al., 2023; Chang et al., 2023; McKay, Perry, & Cole, 2022; Nigro et al., 2016; van Beek et al., 2013). Esta nueva conceptualización de la CCF tiene un impacto significativo en los modelos teóricos utilizados para comprender cómo las personas toman decisiones, así como en las estrategias y políticas públicas diseñadas para promover cambios comportamentales.

Dada la relevancia de este debate, en el próximo capítulo se presentan los principales hallazgos relacionados con las variaciones inter- e intraindividuales en la CCF. A su vez, se presenta una nueva forma de comprender las asociaciones de la CCF con las variables de interés: el enfoque centrado en la persona.

Capítulo 2

*Variaciones inter- e intraindividuales en los niveles
de la CCF*

En la última década, ha aumentado la evidencia que sugiere que la temporalidad subjetiva no es un constructo fijo, sino que fluctúa en función del tiempo y las variables situacionales (Kondo et al., 2024; Marczak et al., 2021; Wirth et al., 2024). Desde este nuevo enfoque, se propone que una temporalidad subjetiva óptima está vinculada a la capacidad de adaptarse a las demandas y necesidades situacionales (Boniwell & Zimbardo, 2015). Por ejemplo, cuando una persona enfrenta desafíos importantes, como el desempleo o la falta de vivienda, enfocarse en las necesidades inmediatas le permitirá encontrar soluciones a corto plazo. Una vez cubiertas las necesidades básicas, una mayor orientación hacia el futuro sería más adecuada para guiar sus acciones.

Desde esta perspectiva, la temporalidad subjetiva se concibe como una estructura cognitiva flexible (Kooij et al., 2018), determinada por las características individuales y variables situacionales (Sosnowska et al., 2019, 2020). Wirth et al. (2024) apoyan esta idea, evidenciando que los jóvenes presentan mayor orientación hacia el futuro que los adultos mayores. A su vez, proponen que a medida que las personas envejecen, la orientación hacia el futuro disminuye y aumenta la atención hacia el presente.

Este cambio en la conceptualización ha llevado a estudios recientes a explorar cómo estas variaciones se relacionan con el bienestar (Katana et al., 2020; Lu et al., 2023; Wang et al., 2022; Wirth et al., 2024). A pesar del creciente número de estudios que destacan la flexibilidad de la temporalidad subjetiva, pocas investigaciones han examinado estas características en la CCF. En la siguiente sección se exponen los principales hallazgos sobre la estabilidad temporal del constructo, junto con estudios que han implementado intervenciones clínicas para explorar la maleabilidad de la CCF y su relación con la toma de decisiones.

2.1. Evaluación de la estabilidad temporal de la CCF

Como se mencionó anteriormente, la CCF fue propuesta originalmente como una característica individual estable a lo largo del tiempo (Strathman et al., 1994). Sin embargo, estudios recientes sugieren que sus niveles podrían fluctuar (Adams et al., 2023; Alvarez-Nuñez, 2018; Chang et al., 2023; Toepoel, 2010; Vásquez-Echeverría et al., 2018).

La estabilidad temporal de la CCF ha sido evaluada mediante dos métodos ampliamente conocidos: los coeficientes de correlación test-retest y los coeficientes de correlación intraclase (CCI) (Lodder et al., 2022). A continuación, se presentan los principales hallazgos de las investigaciones que exploran esta propiedad.

2.1.1. Estimación de los coeficientes de correlación test-retest de la CCF

El primer estudio en evaluar la estabilidad temporal de la CCF fue Strathman et al. (1994), quienes aplicaron la escala CCF de 12 ítems en inglés en dos muestras diferentes, con intervalos de dos ($n = 167$) y cinco semanas ($n = 102$). La puntuación total obtuvo un coeficiente de correlación test-retest de .76 y .72 ($p < .01$) respectivamente para cada muestra. Los autores sugieren que las variaciones del constructo podrían ser ocasionadas por los acontecimientos vitales.

Toepoel (2010) también exploró esta propiedad aplicando la escala CCF de 12 ítems en inglés, en una muestra heterogénea proveniente de Países Bajos. Los participantes respondieron los formularios anualmente entre 1996 y 2006. La muestra total se compuso de once olas, con tamaños que oscilaron entre 1337 y 3341 participantes. Los coeficientes de correlación test-retest oscilaron entre .60 a .63 ($p < .01$) en población diversa, y entre .62 a .75 ($p < .01$) en una submuestra de estudiantes universitarios. En su estudio, se concluyó que las variaciones en los niveles de la CCF están determinadas por el desarrollo personal.

Por último, Alvarez-Nuñez (2018) examinó la estabilidad temporal de la ECCF-14 en español en una muestra de estudiantes universitarios ($N = 107$), quienes completaron los formularios con un intervalo de cuatro a cinco semanas. En su investigación se reportaron coeficientes de correlación test-retest de .72 ($p < .01$). La estabilidad de la CCF también se evaluó considerando la CCF-I y CCF-F del instrumento adaptado al francés (Camus et al., 2014), italiano (Nigro et al., 2016) y español (Alvarez-Nuñez, 2018).

Por un lado, Camus et al. (2014) aplicaron la ECCF-14 en una muestra de estudiantes universitarios ($N = 219$) con un intervalo de dos semanas, obteniendo una correlación test-retest de .70 ($p < .05$) en ambas subescalas. Por otro lado, Nigro et al. (2016) realizaron un estudio en

una muestra de estudiantes universitarios ($N = 138$) por un periodo de ocho semanas, reportando coeficientes de $.77$ ($p < .01$) para la CCF-I y de $.74$ ($p < .01$) para la CCF-F. Por último, Alvarez-Nuñez (2018) exploró la estabilidad de la CCF en una muestra de estudiantes universitarios ($N = 107$), quienes completaron los cuestionarios con un intervalo de cuatro a cinco semanas. En este caso, se reportaron coeficientes de $.69$ ($p < .01$) en la CCF-I y de $.67$ ($p < .01$) en la CCF-F.

En resumen, la mayoría de los estudios presentan coeficientes de correlación test-retest de aproximadamente $.70$, explicando menos del 50% de la varianza compartida (Alvarez-Nuñez, 2018). Dado que la CCF fue propuesta como una diferencia individual estable (Strathman et al., 1994) sería razonable esperar estimaciones más altas de las observadas (Crocker & Algina, 1986; Karros, 1997; Matheson, 2019).

2.1.2. Estimación de los coeficientes de correlación intraclase de la CCF

La estabilidad temporal de la CCF también fue evaluada mediante los CCI, estimaciones que brindan una estimación más precisa y menos sesgada que los coeficientes de correlación test-retest (Correa-Rojas, 2021). A continuación, se presentan los resultados obtenidos hasta la fecha.

Vásquez-Echeverría et al. (2018) aplicaron la ECCF-14 en español en población adulta ($N = 114$) quienes completaron los cuestionarios diariamente durante cinco días. En su investigación, los CCI a nivel ítem oscilaron entre $.29$ y $.43$. Los autores concluyeron que las puntuaciones de la CCF fluctúan diariamente. A su vez, proponen que es necesario continuar explorando la maleabilidad del constructo, e investigar si las variables situacionales contribuyen a sus fluctuaciones.

Por otra parte, Alvarez-Nuñez (2018) aplicó la ECCF-14 en español a una muestra de estudiantes universitarios ($N = 180$), quienes contestaron el formulario con un intervalo de entre cuatro a cinco semanas. Los CCI a nivel ítem oscilaron entre $.47$ y $.74$, con la excepción del ítem 6 que presentó un CCI de $.83$. La puntuación total presentó un CCI de $.83$ ($p < .01$), en la subescala inmediata fue de $.82$ ($p < .01$) y en la subescala futura de $.80$ ($p < .01$). Alvarez-Nuñez (2018) propuso que los niveles de la CCF fluctúan con el tiempo.

Las dos investigaciones mencionadas previamente varían en función del tiempo entre las mediciones (diarios o semanales) esta diferencia implica que los resultados no son directamente comparables. Sobre este punto, es importante destacar que Vásquez-Echeverría et al. (2018) realizaron su estudio con mediciones diarias, observando mayor variabilidad que Alvarez-Nuñez (2018) quien realizó su estudio en un intervalo más largo.

En esta sección se expusieron los principales hallazgos de los estudios que analizan la estabilidad temporal de la CCF a través de los coeficientes de correlación test-retest y los CCI. En la revisión bibliográfica también se encontraron investigaciones que exploran la maleabilidad del constructo mediante intervenciones clínicas. En la siguiente sección, se detallan los resultados claves de los trabajos que llevaron a cabo intervenciones clínicas con el objetivo de modificar los niveles de la CCF.

2.1.3. Intervenciones que exploran la maleabilidad de la CCF

Chang et al. (2023) llevaron a cabo una intervención en mujeres embarazadas para evaluar los cambios en las conductas relacionadas con su estilo de vida gestacional y materno. Las participantes completaron los cuestionarios en tres fases del embarazo: antes de la semana 17, entre el segundo y tercer trimestre (semanas 24 a 27), y durante el final del tercer trimestre (entre las semanas 35 y 37). En su investigación, se trabajó con un grupo control y otro experimental. Las mujeres del grupo experimental participaron en una intervención que duró 20 semanas, la cual estuvo enfocada en prevenir el aumento excesivo de peso durante el embarazo. Además, se promovió el aumento de la CCF (mediada por la puntuación total). Para ello, se solicitó a las participantes que identificaran ventajas de realizar cambios positivos en su estilo de vida y las desventajas de no hacerlo. Los resultados del estudio mostraron un aumento en los niveles de la CCF en la tercera ola (entre las semanas 35 y 37 de gestación). Estos resultados confirman la maleabilidad del constructo. De manera similar, Adams et al. (2023) analizó esta propiedad en otro contexto.

Adams et al. (2023) realizaron un estudio de caso con un adolescente varón de 16 años de edad. La intervención tuvo como objetivo modificar los hábitos desadaptativos, aumentar la CCF y fomentar la toma de decisiones más adaptativas. Para esto, se implementó una terapia

con enfoque cognitivo-conductual de ocho sesiones. Los resultados evidenciaron que los niveles de la CCF varían, con un aumento que se mantuvo incluso 24 semanas después de la intervención.

En resumen, los estudios presentados en este capítulo sugieren que los niveles de la CCF fluctúan con el tiempo y que pueden ser modificados mediante intervenciones clínicas. La revisión bibliográfica muestra que la mayoría de las investigaciones con la CCF, al igual que en otras áreas de la psicología, se realizaron desde un enfoque centrado en las variables (Asendorpf, 2015). Este enfoque busca identificar las relaciones entre las variables, asumiendo que dichas relaciones son uniformes en toda la población (Laursen & Hoff, 2006; Muthén & Muthén, 2000), ignorando los procesos y dinámicas intraindividuales (Asendorpf, 2015). Aunque este enfoque es útil para investigar cómo las variables predictoras influyen en la variable de interés, no logra capturar toda la complejidad del comportamiento humano (Laursen & Hoff, 2006). Para abordar esta limitación, estudios más recientes han adoptado una perspectiva integral, a través del enfoque centrado en la persona y el enfoque persona por situación. Esta nueva perspectiva permite explorar cómo las características personales y situacionales interactúan. Además, este enfoque facilita la identificación de patrones más complejos y matizados, en comparación con los análisis centrados en las variables (Gallagher & Lopez, 2019; Laursen & Hoff, 2006).

A continuación, se presentan las investigaciones recientes que evalúan la temporalidad subjetiva utilizando un enfoque centrado en la persona.

2.2. Enfoque centrado en la persona

Desde el enfoque centrado en la persona se sostiene que la población es heterogénea y que cada individuo debe considerarse como un todo integrado (Laursen & Hoff, 2006; Meyer & Morin, 2016). Este modelo se utiliza para identificar grupos con características similares dentro de una población diversa (Laursen & Hoff, 2006; Muthén & Muthén, 2000). Por ejemplo, es posible identificar un grupo de personas que presentan una elevada orientación hacia la consideración de las consecuencias inmediatas en el ámbito laboral y, a la vez, una elevada

consideración de los resultados distantes relacionados con sus conductas saludables. Además, este enfoque resulta valioso para explorar la heterogeneidad a lo largo del tiempo, por ejemplo, en estudios longitudinales (Muthén & Muthén, 2000).

2.2.1. Enfoque persona por situación

El enfoque persona por situación amplía la perspectiva centrada en la persona al incorporar las variables situacionales, proporcionando una visión más holística de cómo estos factores se asocian a los sentimientos, pensamientos y acciones de las personas (Gallagher & Lopez, 2019; Rauthmann, 2020).

Este modelo identifica tres componentes claves: características individuales, variables situacionales y la interacción entre ambas (Gallagher & Lopez, 2019; Rauthmann, 2020). Los estudios sobre la personalidad realizados bajo este marco teórico sugieren que la expresión de los rasgos depende de las variables situacionales y que los efectos de las situaciones también dependen de los rasgos de la personalidad. En este contexto, se considera que los rasgos de personalidad, por sí solos, no explican completamente las conductas. De hecho, se postula que las variables personales y situacionales están intrínsecamente conectadas de forma compleja, con una interacción bidireccional entre ambas (Rauthmann, 2020).

En esta perspectiva, la personalidad se define como un conjunto de predisposiciones cognitivas, conductuales y afectivas que varían según las circunstancias situacionales a lo largo del tiempo (Sosnowska et al., 2019, 2020). Para comprender mejor este concepto, tomemos el ejemplo de Romina. Ella es una persona introvertida que asiste al cumpleaños de una amiga. Si en el evento asisten muchos amigos en común, es probable que Romina muestre comportamientos más extrovertidos, como podría ser conversar activamente con los invitados. Sin embargo, si el ambiente le resulta muy poco familiar, es probable que adopte un comportamiento más introvertido. Este ejemplo muestra cómo las características individuales y las variables situacionales interactúan e influyen en la manifestación del comportamiento.

Dentro de este nuevo marco teórico, se propone una nueva forma de entender la CCF: como un rasgo y estado de la personalidad (Asendorpf, 2015; Ashton, 2022; Kooij et al., 2018).

Los rasgos de personalidad son constructos estables y predecibles a lo largo del tiempo, que generalmente no varían por las variables situacionales. En contraste, los estados se caracterizan por su dinamismo, dado que varían según las características situacionales y logran reflejar las diferencias inter- e intraindividuales (Horstmann & Ziegler, 2020). Basándose en esta distinción, Stolarski et al. (2018) propone que los rasgos de personalidad están determinados por las acciones de los sujetos en ausencia de variables situacionales, mientras que las características situacionales influyen en el estado de la temporalidad subjetiva, pero no en los rasgos.

Para ilustrar esta diferencia entre los rasgos y estados, continuemos con el ejemplo de Juan. Él es una persona orientada hacia la consideración de las consecuencias distantes en el ámbito de su salud. Por lo tanto, tiende a ocupar su tiempo libre en realizar actividad física y comer saludablemente. Estas acciones están determinadas por su rasgo de personalidad, que lo predispone a mantener este comportamiento independientemente de las variables situacionales. Sin embargo, si Juan tiene varios cumpleaños en una misma semana, las variables situacionales lo llevarán a participar en estos eventos sociales, enfocándose en el placer inmediato y alterando temporalmente su rutina saludable. En esta situación, aunque Juan pase a considerar en mayor medida los resultados inmediatos relacionados a su salud (por ejemplo, el placer de comer comida rica en grasas y carbohidratos, pero poco saludables), su rasgo de personalidad puede continuar orientado de forma general a los resultados distantes de sus acciones.

El ejemplo anterior refleja cómo los rasgos de personalidad interactúan con las variables situacionales, provocando fluctuaciones en la conducta a corto plazo sin alterar la orientación general de la persona. En este sentido, Alvarez-Nuñez y Vásquez-Echeverría (2020) realizaron una revisión teórica de las investigaciones aplicadas en población uruguaya, en la que señalaron que la CCF ha sido tradicionalmente considerada como un rasgo de personalidad. Además, los autores plantearon la necesidad de reconsiderar si la CCF debe interpretarse como un rasgo estable de la personalidad, o como un estado, el cual varía según las circunstancias situacionales. Asimismo, destacan la importancia de investigar las fluctuaciones en los niveles de la CCF y cómo estas variaciones se asocian a la toma de decisiones.

A continuación, se presentan los principales hallazgos de los estudios sobre la temporalidad subjetiva que adoptan un modelo centrado en la persona.

2.2.2. Estudios de la temporalidad subjetiva desde el enfoque centrado en la persona

Las investigaciones centradas en la persona son especialmente útiles para capturar la complejidad de las experiencias temporales subjetivas. Empero, la revisión bibliográfica revela que este enfoque ha sido escasamente empleado en los estudios de la temporalidad subjetiva. Por ejemplo, no se encontraron estudios que aborden la CCF desde un análisis centrado en la persona. No obstante, algunos investigadores han aplicado este enfoque utilizando otros instrumentos relacionados con la temporalidad subjetiva.

En esta sección se presentan los principales resultados de las investigaciones que aplicaron el Inventario de Perspectiva Temporal de Zimbardo (IPTZ; Zimbardo & Boyd, 1999) y la Escala de Actitudes hacia el Tiempo (Mello & Worrell, 2007). Estos estudios ofrecen una idea de cómo el enfoque centrado en la persona puede aplicarse al estudio de la temporalidad subjetiva.

Estudios con el Inventario de Perspectiva Temporal de Zimbardo

El IPTZ está compuesto por cinco subescalas denominadas: pasado negativo, presente hedonista, futuro, pasado positivo y presente fatalista (Zimbardo & Boyd, 1999). La revisión bibliográfica identificó dos estudios que utilizaron el IPTZ desde un enfoque centrado en la persona.

Cole et al. (2016) llevaron a cabo un análisis de conglomerados jerárquicos para evaluar los clústeres latentes del IPTZ en una muestra de 455 sujetos (50.3% son mujeres de entre 18 a 25 años). En su estudio, se identificaron cuatro agrupaciones latentes, las cuales fueron denominadas: (I) Ambivalente (con un 49% de la muestra, con puntuaciones cercanas a la media en todas las subescalas), (II) Presente (25%, con valores elevados en el presente hedonista y Fatalista, puntuaciones medias en pasado positivo, pasado negativo, y bajas en futuro), (III)

Futuro Positivo (16%, con puntuaciones elevadas en futuro, medias en pasado positivo y muy bajas en el resto de las subescalas) y (IV) Pasado Negativo/Futuro (9%, con valores altos en pasado negativo, medias en futuro y muy bajas en las otras subescalas del instrumento).

Los investigadores también analizaron la relación entre los clústeres identificados y el consumo problemático de alcohol. El clúster denominado Presente obtuvo el mayor porcentaje de consumo problemático de alcohol, seguido por el Ambivalente y Pasado Negativo/Futuro. Mientras que el Futuro Positivo obtuvo el porcentaje más bajo de consumo problemático de alcohol, en comparación con el resto de las agrupaciones. Los autores concluyeron que la perspectiva temporal influye significativamente en el consumo problemático de sustancias. Además, indican que la orientación hacia el presente se asocia a un mayor consumo problemático de sustancias, mientras que la orientación hacia el futuro se asocia a un menor consumo (Cole et al., 2016).

McKay et al. (2014) realizaron un estudio similar al de Cole et al. (2016), pero aplicaron un análisis de perfiles latentes, en una muestra de 1620 adolescentes (45.8% son mujeres). En este análisis, identificaron cuatro perfiles: (I) Equilibrado (con el 33.7% de la muestra, con puntuaciones por encima de la media en pasado positivo y pasado negativo y puntuaciones muy bajas en futuro); (II) Futuro (31,4%, con valores elevados en el futuro, moderadas en pasado positivo, y bajas en el resto de las subescalas); (III) Hedonistas (19.1%, con puntuaciones superiores a la media en presente hedonista, moderadamente alta en presente fatalista, moderadas en pasado positivo, pasado negativo y muy bajas en futuro) y (IV) Pasado Negativo (15.8%, con valores altos en pasado negativo, muy bajas en pasado positivo y cercanas a la media en el resto de las subescalas).

Después de identificar estos perfiles, los investigadores exploraron la asociación entre los clústeres y el consumo problemático de alcohol. El perfil Hedonista presentó el mayor porcentaje de bebedores problemáticos, seguido por los perfiles Equilibrado, Pasado Negativo y Futuro. La probabilidad del uso problemático de alcohol fue sustancialmente mayor para el perfil Hedonista, que en el resto de los perfiles. Los autores concluyeron que la orientación hacia el futuro es un factor protector contra el consumo problemático del alcohol (McKay et al., 2014).

Estudios con la Escala de Actitudes hacia el Tiempo

En la revisión bibliográfica también se encontraron trabajos que aplicaron un análisis de perfiles latentes en la Escala de Actitudes hacia el Tiempo (Konowalczyk et al., 2019; Vásquez-Echeverría et al., 2020). Este instrumento está conformado por seis dimensiones: pasado positivo, pasado negativo, presente positivo, presente negativo, futuro positivo y futuro negativo (Mello & Worrell, 2007).

Por un lado, Konowalczyk et al. (2019) realizaron su estudio en tres muestras de adolescentes: 901 alemanes (46.2% mujeres, $Media_{edad} = 14.65$, $DT_{edad} = 1.60$); 661 de Luxemburgo (46,7% son mujeres, $Media_{edad} = 14.40$, $DT_{edad} = 1.79$) y 789 de España (49.0% mujeres, $Media_{edad} = 14.79$, $DT_{edad} = 1.53$). En su investigación se identificó cinco perfiles latentes: (I) Equilibrado (del 35.6% al 40.7% entre las tres muestras, con puntuaciones cercanas a la media en todas las subescalas); (II) Positivos (34.2% al 42.1%, con valores elevados en los tres marcos temporales con actitudes positivas, y bajas en las actitudes negativas); (III) Optimistas (8.5% al 12.3%, con puntuaciones muy elevadas en futuro y presente positivo); (IV) Ambivalente (del 5.7% al 9.5%, con valores elevados en las actitudes positivas y negativas de los tres marcos temporales) y (V) Pasado Negativo (2.7% al 5.7%, con mayor puntuación en las actitudes negativas que en las positivas, especialmente en la subescala del Pasado). Los perfiles identificados fueron consistentes en las tres muestras.

Los investigadores asociaron los cinco perfiles latentes con la membresía a un club deportivo y el autoconcepto referido al aspecto físico. El perfil Positivo reportó el mayor porcentaje de personas anotadas a clubes deportivos, y un autoconcepto más positivo respecto a su capacidad y apariencia física. Por el contrario, el perfil Ambivalente mostró menor autoconfianza, y el perfil Pasado Negativo presentó el menor porcentaje de autoconcepto positivo en términos de apariencia física. Los investigadores concluyeron que los perfiles con una actitud positiva reportan mayor membresía en clubes deportivos, así como una mayor confianza y autoconcepto relacionado con su aspecto físico (Konowalczyk et al., 2019).

Por otro lado, Vásquez-Echeverría et al. (2020) realizaron un estudio similar al de Konowalczyk et al. (2019) en una muestra de 328 uruguayos (65.2% mujeres, de entre 18 a 75

años). En su investigación, se identificaron cuatro perfiles latentes: (I) Resiliente (17.0% de la muestra, con puntuaciones elevadas en pasado negativo, presente positivo, un poco por encima de la media en futuro positivo y cercanas a la media en futuro negativo); (II) Negativo (19.0%, con puntuaciones elevadas en las actitudes negativas y por debajo de la media en las actitudes positivas); (III) Nostálgico (23.0%, con puntuaciones elevadas en el pasado positivo, presente negativo y cercanas a la media en futuro negativo y positivo) y (IV) Positivo (41.0%, con valores elevados en las actitudes positivas, y bajas en las actitudes negativas de los tres marcos temporales).

Vásquez-Echeverría et al. (2020) también exploraron las diferencias entre los perfiles y las variables referidas con la actividad física y alimentación saludable. En este análisis, se observó que los perfiles Positivo y Resiliente presentan una mayor actitud hacia la realización de actividad física en comparación con el perfil Nostálgico. Además, los perfiles Positivo y Resiliente reportaron un mayor consumo de verduras que el perfil Negativo.

En términos generales, las investigaciones muestran patrones consistentes en los grupos identificados. En las investigaciones que utilizan el IPTZ, los clústeres suelen alinearse con los tres marcos temporales evaluados: pasado, presente y futuro (Cole et al., 2016; McKay et al., 2014). Por otro lado, los estudios que emplean la Escala de Actitudes hacia el tiempo reportan clústeres vinculados a actitudes positivas y negativas (Konowalczyk et al., 2019; Vásquez-Echeverría et al., 2020). Además, en varios de los trabajos se identificaron agrupaciones ambivalentes, las cuales se caracterizan por tener puntuaciones cercanas a la media en todas las subescalas (Cole et al., 2016; Konowalczyk et al., 2019).

Asimismo, los estudios que adoptan el enfoque centrado en la persona y que exploran las asociación entre los clústeres con las conductas saludables revelan patrones consistentes. La orientación hacia el presente se asocia a menores hábitos saludables, mientras que las agrupaciones orientadas hacia el futuro los promueven. Por ejemplo, en el clúster identificado como Presente de Cole et al. (2016) y el Hedonista de McKay et al. (2014) se asociaron con mayor consumo de sustancias.

Hasta la fecha, no se realizaron investigaciones desde un enfoque centrado en la persona con la CCF. No obstante, investigaciones recientes han comenzado a aplicar perspectivas más específicas de la CCF, como son sus escalas adaptadas a dominios específicos. Estas versiones del instrumento permiten una evaluación más detallada y matizada de cómo las personas consideran las consecuencias inmediatas y futuras en distintos ámbitos de su vida (Murphy & Dockray, 2018; van Beek et al., 2013). A continuación, se presentan las versiones de la escala CCF adaptadas a ámbitos específicos y los principales hallazgos de las investigaciones que la implementan.

2.2.3. Escalas CCF adaptadas a dominios específicos

Estudios recientes sugieren que la CCF varía según los dominios específicos (Murphy & Dockray, 2018; van Beek et al., 2013). Esto quiere decir que una misma persona podría presentar una elevada CCF-I en un ámbito en particular y, al mismo tiempo, una elevada CCF-F en otro dominio. Por ejemplo, una persona podría enfocarse en resultados a largo plazo en su trabajo, buscando un ascenso, mientras que en su salud prioriza recompensas inmediatas con conductas poco saludables. En este marco teórico, las escalas CCF adaptadas a dominios específicos ofrecen una comprensión más detallada de cómo las personas consideran las consecuencias inmediatas y futuras en distintas áreas de su vida (Murphy & Dockray, 2018; van Beek et al., 2013).

En la revisión bibliográfica se encontraron dos versiones de la escala CCF adaptada a dominios específicos. Por un lado, están las versiones del instrumento que adaptan los ítems originales de Strathman et al. (1994) y evalúan el constructo mediante los dos factores propuestos por Joireman et al. (2008, 2012). Por otro lado, se encuentra la *Escala CCF para ámbitos específicos* propuesta por McKay et al. (2017), esta versión será considerada como un nuevo instrumento y no una adaptación (Murphy et al., 2020; Murphy & Murphy, 2018). A continuación, se detallan las principales características de las escalas CCF mencionadas previamente.

2.2.3.1. Escala CCF adaptada a dominios específicos

Hasta la fecha, la escala CCF se adaptó a varios dominios específicos, como la salud (ECCF-salud; Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Murphy et al., 2020; Pozolotina & Olsen, 2021), alimentación saludable (ECCF-alimentación; Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; van Beek et al., 2013), actividad física (ECCF-ejercicio; Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; van Beek et al., 2013), trabajo (ECCF-trabajo; Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Murphy et al., 2020), ámbito académico (ECCF-académico; Murphy et al., 2020), cuidado del medio ambiente (Murphy et al., 2020), finanzas (Murphy et al., 2020) y conducción de vehículos (Murphy & Murphy, 2018).

Las adaptaciones de la escala CCF a versiones específicas se llevaron a cabo mediante pequeñas modificaciones en la redacción de los ítems de la ECCF-general (Strathman et al., 1994). En cada versión de la escala adaptada se incorporan términos específicos que reflejan las particularidades de cada dominio evaluado (van Beek et al., 2013). Por ejemplo, el primer ítem de la ECCF-general es: "I consider how things might be in the future, and try to influence those things with my day to day behavior" (Strathman et al., 1994, p. 752), en la ECCF-alimentación este ítem pasa a ser: "I consider how my health might be in the future, and try to influence my health with my day to day eating behavior" (van Beek et al., 2013, p. 790).

Las escalas CCF adaptadas a los dominios específicos reportan adecuada confiabilidad y validez, con valores similares a los estudios que emplean la ECCF-general (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Murphy et al., 2020; Murphy & Murphy, 2018; Pozolotina & Olsen, 2021).

El patrón de asociaciones entre las subescalas de la escala CCF adaptada a dominios específicos también es similar al obtenido al aplicar la ECCF-general. Las correlaciones entre las subescalas inmediatas y futuras dentro de la misma versión de la escala CCF son negativas, con coeficientes que varían de moderados a fuertes, similares a los de la ECCF-general (por ejemplo: Acuña et al., 2020; Akırmak & Oral, 2023; Camus et al., 2014; Joireman et al., 2012; Kübel & Wittmann, 2020; Loose et al., 2023; Nigro et al., 2016; Vásquez-Echeverría et al., 2018; Zainun et al., 2023).

Las subescalas inmediatas y futuras de la ECCF-general reportan correlaciones positivas, de moderadas a fuertes, con sus equivalentes factores de las escalas adaptadas a dominios específicos. Por ejemplo, la subescala futura de la ECCF-general se asocia positivamente con la subescala futura de la ECCF-alimentación ($r = .51$; $p < .01$; van Beek et al., 2013).

Las escalas CCF adaptadas a dominios específicos han demostrado una mayor fuerza en sus asociaciones y un mayor poder predictivo sobre variables de interés, en comparación con la ECCF-general (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Dassen et al., 2015; Murphy et al., 2020; Murphy & Dockray, 2018; Murphy & Murphy, 2018; Pozolotina & Olsen, 2021). El mayor poder predictivo y fuerza de las asociaciones de las escalas CCF adaptadas a dominios específicos se atribuye al mayor grado de asociación entre la variable criterio y el predictor, como es propuesto en el principio de compatibilidad o asimetría (Ajzen, 2005; Pozolotina & Olsen, 2021).

La falta de especificidad en la ECCF-general puede llevar a diferentes interpretaciones de los ítems. Un ítem de la ECCF-general podría ser interpretado de diferentes maneras por dos participantes (Murphy et al., 2020). Por ejemplo, un participante podría responder pensando en sus comportamientos relacionados con la salud, mientras que otro podría considerar sus acciones en el ámbito educativo.

La falta de contexto en la ECCF-general también podría ocasionar a que un mismo participante responda al cuestionario considerando diferentes esferas vitales (Murphy et al., 2020). Por ejemplo, podría responder a los ítems referidos a la subescala futura de la ECCF-general pensando en las acciones del ámbito financiero; y al mismo tiempo, contestar los ítems referidos a la subescala inmediata pensando en sus hábitos saludables.

2.2.3.2. Escala CCF para ámbitos específicos

Como se mencionó previamente, McKay et al. (2017) propusieron un nuevo instrumento denominado Escala CCF para ámbitos específicos. Este instrumento fue desarrollado para evaluar hasta qué punto los adolescentes consideran y son influenciados por los resultados distantes cuando piensan en su salud, bienestar, calentamiento global, ámbito educativo y finanzas. En el desarrollo del instrumento se tomó como referencia varios instrumentos

incluyendo: la versión original de la CCF (Strathman et al., 1994), escala de orientación futura (Seginer et al., 1999), perspectiva temporal (Husman & Shell, 2008), e instrumento de valores, percepciones de la tarea y expectativas de éxito (Eccles & Wigfield, 1995).

Esta escala está conformada por 18 ítems, evaluados con una escala Likert con cinco valoraciones (1= Totalmente en desacuerdo; 5= Totalmente de acuerdo). La escala se organiza en cuatro factores: Salud y bienestar; Calentamiento global; Ámbito educativo; y Finanzas. Las subescalas están compuestas por cuatro ítems, con la excepción de Salud y bienestar que está conformada por seis ítems. En este instrumento se calcula una única puntuación por factor dado que los ítems están diseñados para evaluar la consideración de las consecuencias futuras exclusivamente. Es decir, no se evalúa la consideración de las consecuencias inmediatas de sus acciones.

Como se mencionó anteriormente, la versión original de McKay et al. (2017) fue diseñada específicamente para adolescentes. Por lo tanto, se realizaron varias modificaciones en la escala CCF de Strathman et al. (1994). Estos ajustes fueron implementados con el objetivo de mejorar la comprensión y legibilidad de los ítems para el grupo objetivo.

A continuación, se presentan ejemplos de ítems de cada subescala. Un ítem de la subescala Salud y bienestar es "I play sport while I am young so that I will hopefully live longer"; de Calentamiento global "I do what I can to help prevent global warming in the future"; del Ámbito educativo "I work hard at school in order to have a better life in future" y de Finanzas "I save money so that I will be able to do things in years to come" (McKay et al., 2017, Material Suplementario número 1).

La versión de McKay et al. (2017) diseñada originalmente para adolescentes fue adaptada para estudiantes universitarios (McKay et al., 2018) y empleada en McKay, Perry y Cole (2022) y McKay, Perry, Worrell, et al. (2022). Entre los estudios mencionados previamente, se profundizará en el trabajo de McKay, Perry y Cole (2022) dado que aplican un análisis de conglomerados jerárquicos de Ward, una técnica que agrupa los datos en clústeres basándose en sus similitudes (Härdle & Simar, 2019; Schreiber & Pekarik, 2014).

McKay, Perry y Cole (2022) emplearon la Escala CCF para ámbitos específicos, versión de McKay et al. (2017), en una muestra de 2199 escolares (42.4% mujeres, de entre 14 y 15 años) provenientes de Escocia e Irlanda del Norte. Se identificaron cinco agrupaciones: (I) Calentamiento global y académico (con valores elevados en las variables referidas al calentamiento global y al ámbito académico); (II) Ambivalente (con puntuaciones cercanas a la media en todas las subescalas); (III) Salud, bienestar y ámbito académico (con valores por arriba de la media en las variables referidas a la salud, bienestar y ámbito académico); (IV) Ausencia de las consecuencias futuras (con puntuaciones inferiores a la media en todas las subescalas); (V) Consideración de todas las consecuencias (con valores por encima de la media en todos los factores referidos a la CCF).

Los investigadores también exploraron la relación entre los clústeres y el consumo de alcohol. El clúster Ausencia de las consecuencias futuras mostró la mayor proporción de personas con consumo de alcohol que el resto de las agrupaciones (McKay, Perry & Cole, 2022).

En resumen, a pesar de la creciente literatura sobre las variaciones temporales de la CCF y sus diferentes niveles entre los dominios específicos (por ejemplo: Adams et al., 2023; Alvarez-Núñez, 2018; Chang et al., 2023; Nigro et al., 2016; Toepoel, 2010), a la fecha, no se han realizado investigaciones que exploren estas discrepancias desde un enfoque centrado en la persona. Por lo tanto, uno de los objetivos de este trabajo será explorar las variaciones inter- e intraindividuales de la CCF.

A continuación, se profundizará en dos modelos teóricos que podrían explicar los cambios en los niveles de la CCF. Ambos modelos están basados en constructos vinculados a la personalidad, dado que el constructo es tradicionalmente conceptualizado como un rasgo de personalidad (por ejemplo: Acuña et al., 2020; Hoffmann & Plotkina, 2021; Vilar et al., 2022; Whitty, 2019; Young et al., 2023).

2.2.4. Modelos teóricos para comprender la variación en la CCF

Las variaciones en la CCF en el tiempo y entre dominios específicos podrían comprenderse mediante el modelo dinámico (Sosnowska et al., 2019) y la teoría de rasgo

completo (Fleeson & Jayawickreme, 2015). Ambos marcos explican cómo los rasgos y estados de la personalidad fluctúan en función de las situaciones. Estos constructos serán claves para comprender la CCF y sus asociaciones con la toma de decisiones desde una visión integral y matizada.

2.2.4.1. Modelo dinámico

En este modelo, se propone que la personalidad está conformada por características estables y dinámicas que se combinan e interactúan entre sí, esto da lugar a expresiones afectivas, conductuales y cognitivas de los rasgos (Sosnowska et al., 2019).

En este modelo teórico se incluyen tres componentes claves: línea base, variabilidad y fuerza de atracción. La línea base, representa el punto de referencia alrededor del cual fluctúan los comportamientos, pensamientos y emociones. Este componente se deriva de los estados momentáneos de la personalidad, que varían con el tiempo y según las situaciones. La línea base actúa como punto de referencia que mantiene la estabilidad del sistema dinámico de la personalidad.

La variabilidad representa el grado de variación alrededor de la línea base. Este componente refleja los estados de la personalidad, caracterizados por su maleabilidad frente a factores situacionales y motivaciones internas. Las personas con baja variabilidad reportan comportamientos, emociones y pensamientos consistentes. Los individuos con alta variabilidad muestran notables cambios frente a sus motivaciones internas y los factores situacionales.

La fuerza de atracción refiere a la rapidez que una persona retorna a su estado base. Una mayor fuerza de atracción implica un retorno rápido al estado base.

2.2.4.2. Teoría de rasgo completo

La teoría de rasgo completo propone que los rasgos de personalidad son distribuciones de estados que varían a nivel intraindividual (Fleeson & Jayawickreme, 2015). Según este marco teórico, las manifestaciones de los rasgos cambian con el tiempo, tanto a nivel inter- como intraindividual. Por lo tanto, para comprender plenamente el comportamiento humano es esencial centrarse en cómo las personas actúan en momentos específicos.

Este enfoque desafía la idea de que los comportamientos se definen exclusivamente por un único rasgo de personalidad. Por ejemplo, una persona puede ser muy sociable y ser caracterizada por sus rasgos de extroversión, amabilidad, empatía y optimismo en su vida diaria. Sin embargo, si se muda a un país en donde no se habla su idioma nativo, o tiene una reunión importante y decisiva para su rol laboral, podría mostrar un comportamiento más reservado y menos amable de lo habitual.

En resumen, el modelo dinámico y la teoría de rasgo completo ofrecen una nueva perspectiva para evaluar y comprender las diferencias en los rasgos de la personalidad. Ambos enfoques son fundamentales para entender la CCF desde una perspectiva dinámica.

En la siguiente sección, se presentan los principales modelos teóricos que explican los mecanismos subyacentes de la perspectiva temporal y su impacto en la toma de decisiones. Luego, se profundiza en la teoría que explica las relaciones entre la CCF, el bienestar y las conductas saludables.

Capítulo 3

*Temporalidad subjetiva, toma de decisiones,
bienestar y salud*

En este capítulo, se presentan los modelos teóricos que explican las asociaciones entre la temporalidad subjetiva y la toma de decisiones. Asimismo, se detallan los principales hallazgos de las investigaciones sobre estas asociaciones. El marco teórico se organiza en seis partes:

1. Primero, se presentan los modelos teóricos que explican la relación entre la temporalidad subjetiva y la toma de decisiones.

2. Luego, se describen los modelos teóricos propuestos para comprender las relaciones entre la CCF con la toma de decisiones.

3. En tercer lugar, se presentan los principales resultados de investigaciones que exploran las asociaciones entre la CCF con las conductas saludables. Además, se profundiza en las variables relacionadas con el ámbito académico y laboral, debido a su relevancia para el bienestar (Kushlev et al., 2020; Weziak-Bialowolska et al., 2020).

4. En la cuarta sección, se presenta un tema central del manuscrito: el bienestar.

5. Posteriormente, se detalla la importancia de las parejas románticas para el ser humano.

6. Finalmente, se describen los principales factores que inciden en el bienestar de las parejas románticas.

3.1. Modelos teóricos propuestos para comprender las relaciones entre la temporalidad subjetiva y la toma de decisiones

A continuación, se presentan tres enfoques teóricos que buscan explicar las asociaciones entre la temporalidad subjetiva y la toma de decisiones.

En el primero, se destaca el papel de la autorregulación, definida como la capacidad de ajustar las emociones y acciones para alcanzar objetivos alineados con los propios estándares (Vohs & Baumeister, 2004). Desde este enfoque se propone que una orientación hacia el futuro facilita el establecimiento de metas y motiva a las personas a realizar acciones para lograrlas (Baird et al., 2021).

En el segundo modelo, se plantea que la planificación desempeña un rol mediador en la relación entre la temporalidad subjetiva futura y la toma de decisiones. Según esta perspectiva, la orientación hacia el futuro prepara a las personas para enfrentar acontecimientos distantes. En este marco, la planificación facilita la anticipación de obstáculos y optimiza el desempeño en áreas como la educación, el trabajo y la salud (Zheng et al., 2023).

El tercer modelo sugiere que la temporalidad subjetiva se relaciona con el bienestar a través de dos mecanismos: de arriba hacia abajo (en inglés: Top-Down) y de abajo hacia arriba (Bottom-Up). En el primer mecanismo, se postula que la manera en que procesamos y pensamos sobre la información relacionada con el pasado, presente o futuro, influye directamente en nuestro bienestar. Por ejemplo, las personas que anticipan un futuro positivo experimentan emociones positivas y un sentido de propósito que mejora su bienestar. En el segundo mecanismo, se sugiere que la temporalidad subjetiva influye indirectamente en el bienestar, a través de la toma de decisiones y las conductas diarias que modelan las circunstancias de la vida. Desde este enfoque, las personas orientadas al futuro suelen ahorrar dinero para comprarse una casa o para su jubilación, lo que podría conducir a una mayor estabilidad financiera y, por lo tanto, a un mayor bienestar (Cunningham et al., 2015).

3.2. Mecanismos subyacentes que explican la relación entre la CCF y la toma de decisiones

Los tres modelos teóricos mencionados anteriormente ofrecen un marco teórico para comprender la relación entre la temporalidad subjetiva y la toma de decisiones. En el caso específico de la CCF, se han propuesto diversos marcos conceptuales para explicar su influencia en la toma de decisiones. Entre los más destacados se encuentran: (I) el modelo de susceptibilidad y amortiguación; (II) el modelo integrativo; y (III) el modelo de conciencia y preocupación (Joireman et al., 2008, 2012; Joireman, Strathman, et al., 2006; Joireman & King, 2016).

3.2.1. Modelo de susceptibilidad y amortiguación

El modelo de susceptibilidad y de amortiguación asume que la CCF se divide en sus dos factores: CCF-I y CCF-F. El modelo de susceptibilidad sugiere que una mayor consideración de las consecuencias inmediatas amplifica los fallos de autocontrol, mientras que desde el modelo de amortiguación una elevada orientación hacia los resultados distantes amortigua los fallos de autocontrol (Joireman et al., 2008, 2012).

A modo de ejemplo, consideremos a una persona diagnosticada con diabetes a quien se le recomienda abstenerse de consumir alimentos ricos en azúcares. Si la persona se orienta hacia los resultados inmediatos de sus acciones, es más probable que los fallos de autocontrol se amplifiquen, incrementando así la posibilidad de incumplir con su nuevo plan alimenticio. Por el contrario, una orientación hacia los resultados distantes puede amortiguar estos fallos de autocontrol, favoreciendo el cumplimiento de los objetivos propuestos.

Las dos propuestas tienen implicaciones teóricas y prácticas distintas. Por un lado, el modelo de susceptibilidad sugiere que los programas y estrategias para promover cambios conductuales deben centrarse en reducir la importancia de los resultados inmediatos. Por el contrario, el modelo de amortiguación propone que los cambios conductuales deben impulsarse fomentando una mayor orientación hacia los resultados distantes (Joireman & King, 2016).

3.2.2. Modelo de conciencia y preocupación

El modelo de conciencia y preocupación es otra forma de considerar cómo la CCF se relaciona con la toma de decisiones.

El modelo de conciencia postula que la CCF influye en cómo las personas perciben las consecuencias de sus acciones (Joireman, Strathman, et al., 2006). Por ejemplo, un estudiante con elevada orientación hacia los resultados distantes podría optar por estudiar los fines de semana, previo a sus exámenes, al ser consciente de los beneficios futuros que dicha acción le proporcionará (Joireman, Strathman, et al., 2006).

Por otro lado, el modelo de preocupación propone que la CCF modera la consideración de las consecuencias inmediatas y distantes a través de la preocupación por los resultados anticipados (Joireman, Strathman, et al., 2006). En este caso, un estudiante podría decidir

estudiar los fines de semana debido a su preocupación por las consecuencias distantes de no hacerlo, es decir, no estudiar aumenta la probabilidad de perder el examen. En este modelo, dos estudiantes universitarios podrían ser conscientes que el estudiar los fines de semana incrementa sus posibilidades de aprobar los exámenes. Sin embargo, solo el estudiante que se preocupe por los resultados distantes de sus acciones podrá transformar la preocupación en horas de estudio (Joireman, Strathman, et al., 2006).

3.2.3. Modelo integrativo

Por último, el modelo integrativo ofrece una red conceptual para comprender cómo la CCF incide en la toma de decisiones. Desde este marco conceptual, se propone que los precursores de la CCF incluyen los rasgos de personalidad, factores de desarrollo y acontecimientos vitales. A su vez, se identifican mediadores entre la CCF y el comportamiento, tales como los procesos mentales intertemporales, descuento temporal y retraso de la gratificación. También se introducen ciclos de retroalimentación que incluyen constructos como el locus de control, la intención y las consecuencias reales de las acciones (Joireman, Strathman, et al., 2006; Joireman & King, 2016).

Luego de presentar los modelos teóricos que explican los mecanismos subyacentes de la CCF, se presentan los estudios que analizan las asociaciones entre la CCF y variables relacionadas con las conductas saludables y el bienestar.

3.3. Asociaciones de la CCF con variables relacionadas al bienestar y la salud

La evidencia científica respalda ampliamente la validez de la CCF en diversas esferas de la vida, tales como la toma de decisiones financieras, conductas saludables, comportamiento organizacional, acciones proambientales, entre otras (Joireman & King, 2016; She et al., 2021; Strathman et al., 1994). Los estudios indican que las personas con una elevada CCF-F reportan un mejor rendimiento académico, adoptan mayores conductas saludables y proambientales. Asimismo, se desempeñan mejor en el ámbito organizacional y presentan menores niveles de

conductas violentas y agresivas al conducir (por ejemplo: Balaji & Indradevi, 2017; Fouarge et al., 2013; Gick, 2014; Joireman et al., 2012; McKay et al., 2016; Percy et al., 2018; Peters et al., 2005; Throop & Yosof, 2021; van Beek, 2016).

A continuación, se profundiza en los principales hallazgos de las investigaciones que examinan las relaciones entre la CCF con los hábitos saludables, variables referidas al ámbito académico y laboral. Estas dimensiones han sido seleccionadas por su relevancia en la vida del ser humano y su estrecha vinculación con el bienestar (Kushlev et al., 2020; Weziak-Bialowolska et al., 2020).

3.3.1. Conductas saludables

La adopción de conductas saludables está determinada por una gran variedad de factores, incluyendo las características individuales (por ejemplo: los rasgos de personalidad y predisposición genética), los factores del entorno social y económico (tales como: el ingreso económico, estatus social, red de apoyo social y educación) y el entorno físico (por ejemplo: el servicio de salud, aire limpio y lugar de trabajo) (World Health Organization, 2017). Entre los factores mencionados, la CCF desempeña un papel fundamental, ya que las conductas saludables y las actividades orientadas al bienestar suelen implicar sacrificios inmediatos para lograr beneficios a largo plazo.

En esta tesis se profundiza en las asociaciones entre la CCF y tres conductas claves: alimentación saludable, actividad física y consumo de sustancias psicoactivas dada su importancia en la prevención de enfermedades no transmisibles, patologías que representan una de las principales causas de mortalidad a nivel mundial (Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud, 2017). La información será presentada en el siguiente orden: estudios que utilizan la ECCF-general, ECCF-salud, ECCF-alimentación y ECCF-ejercicio.

La CCF-I de la ECCF-general se asocia negativamente con la frecuencia de consumo de verduras, intención de comer saludablemente, actitud positiva hacia la comida saludable y hacia la realización de actividad física (Alvarez-Nuñez, 2018; Gick, 2014). Por el contrario, la CCF-F se

asocia positivamente con la actitud, intención y acción de comer saludablemente y con la actitud e intención de realizar actividad física (Gick, 2014; Joireman et al., 2012).

En algunos estudios, la CCF-I de la ECCF-general es la única en asociarse o predecir las conductas saludables. Por ejemplo, la subescala inmediata de la ECCF-general predijo positivamente el índice de masa corporal y la probabilidad de fumar (Adams, 2012) y negativamente con la alimentación saludable (Alvarez-Nuñez, 2018).

También se han explorado las asociaciones entre la CCF y las conductas saludables empleando la ECCF-salud. Murphy et al. (2020) exploraron el poder predictivo de la ECCF-general y la ECCF-salud sobre la actividad física, alimentación saludable y consumo de tabaco (se realiza un modelo de regresión para cada variable dependiente). De su estudio, se destacan tres hallazgos relevantes. En primer lugar, la subescala inmediata de la ECCF-salud predijo negativamente la alimentación saludable y la actividad física; y positivamente el hábito de fumar. En segundo lugar, la subescala futura de la ECCF-salud predijo positivamente la actividad física y el hábito de fumar. Ninguna de las subescalas de la ECCF-general predijeron las conductas saludables. Los investigadores concluyeron que la ECCF-salud predice las conductas saludables por encima de la ECCF-general (Murphy et al., 2020).

Por otro lado, la subescala inmediata de la ECCF-alimentación predice negativamente la alimentación saludable (Dassen et al., 2015; van Beek et al., 2013), mientras que la subescala futura de la ECCF-ejercicio predice positivamente la actividad física (van Beek et al., 2013). No se observaron asociaciones estadísticamente significativas entre las subescalas de la ECCF-alimentación con la actividad física, ni entre los factores de la ECCF-ejercicio con la alimentación saludable (Dassen et al., 2015; van Beek et al., 2013).

van Beek et al. (2013) concluyeron que la alimentación saludable y la actividad física implican diferentes procesos subyacentes. Por un lado, la alimentación saludable refiere al autocontrol a corto plazo, dado que se debe evitar el consumo de ciertos alimentos muy sabrosos y no saludables. Por otro lado, la realización de actividad física implica una planificación a mediano o largo plazo, como podría ser organizarse en la semana para poder salir a correr dos o tres veces.

De los hallazgos presentados, se destacan tres conclusiones relevantes. En primer lugar, la CCF permite explorar y comprender la toma de decisiones vinculadas a las conductas saludables y el bienestar (Joireman et al., 2012). Los estudios indican que la elevada CCF-F promueve la realización de conductas saludables (por ejemplo: Adams, 2012; Joireman et al., 2012; Percy et al., 2018). Este patrón se alinea con el modelo de amortiguación (reducción de los fallos del autocontrol) y susceptibilidad (amplificación de los fallos del autocontrol) propuesto por Joireman et al. (2012), los cuales fueron abordados anteriormente en la sección 3.2. *Mecanismos subyacentes que explican la relación entre la CCF y la toma de decisiones.*

En segundo lugar, las conductas saludables presentan mayores asociaciones con la CCF-I en comparación con la CCF-F (Adams, 2012; Alvarez-Nuñez, 2018; McKay et al., 2016; Percy et al., 2018). Estos hallazgos sugieren que la subescala futura podría ser redundante al relacionarla con variables referidas al bienestar y las conductas saludables, como el consumo de alcohol, ansiedad y depresión (McKay et al., 2016; Percy et al., 2020).

Por último, la CCF-I se asocia negativamente con las conductas saludables y el bienestar. Los estudios en esta área proponen que las estrategias, intervenciones y políticas públicas serán más efectivas si se tienen en cuenta la consideración de las consecuencias inmediatas (van Beek et al., 2013).

3.3.2. Ámbito académico

Numerosos estudios destacan la relevancia de la perspectiva temporal futura en las variables académicas. Por ejemplo, se evidenció que una mayor orientación hacia el futuro se asocia positivamente con la capacidad de regular la motivación y percibir el estudio como un proceso valioso y significativo (de Bilde et al., 2011). A su vez, la perspectiva temporal futura facilita el éxito en la gestión del estrés mediante estrategias de resolución de problemas más eficientes y eficaces (Zheng et al., 2023). Estas habilidades no solo mejoran el desempeño académico, sino que también contribuyen al bienestar general.

En la búsqueda bibliográfica, se identificaron algunas investigaciones que exploran las asociaciones entre la CCF con las variables académicas. Estos estudios aplicaron la ECCF-general y la ECCF-académico, constructo evaluado mediante su puntuación total.

Las investigaciones que aplicaron la ECCF-general demostraron que la puntuación total de la CCF se correlaciona positivamente con el promedio de calificaciones, puntuaciones en los exámenes, puntuación en los cursos, objetivos académicos y predisposición para dedicar tiempo en su formación educativa (Fouarge et al., 2013; Joireman, 1999; Peters et al., 2005). Además, la puntuación total de la ECCF-general se correlaciona negativamente con la procrastinación académica (Balaji & Indradevi, 2017) y predice de manera positiva el rendimiento y el compromiso académico (Acuff et al., 2017).

Las asociaciones entre la CCF y las variables académicas también fueron evaluadas en Murphy et al. (2020) quienes aplicaron la ECCF-general y ECCF-académico en un mismo estudio. En su investigación, la subescala futura de la ECCF-académico se correlacionó positivamente con el compromiso, inversión académica y participación activa. No se identificaron otras asociaciones estadísticamente significativas. Los autores concluyeron que la consideración de las consecuencias futuras está más fuertemente asociada con las conductas que amortiguan los fallos del autocontrol. Los resultados mencionados previamente se alinean con el modelo de amortiguación propuesto por Joireman et al. (2008; 2012).

De las investigaciones mencionadas previamente, se destacan tres aspectos claves. En primer lugar, los estudios indican que la CCF desempeña un papel crucial en el éxito y compromiso académico (Acuff et al., 2017; Balaji & Indradevi, 2017; Joireman, 1999; Peters et al., 2005).

En segundo lugar, las personas con baja CCF (constructo evaluado mediante su puntuación total) tienden a procrastinar sus responsabilidades y obligaciones académicas, mientras que las personas con elevada CCF reportan el patrón inverso (Balaji & Indradevi, 2017).

Por último, las intervenciones dirigidas al cambio comportamental en el ámbito académico podrían ser especialmente útiles para las personas orientadas hacia los resultados distantes de sus acciones, pero no para aquellas enfocadas en las consecuencias inmediatas (Murphy et al., 2020).

3.3.3. **Ámbito laboral**

El éxito de las empresas depende en gran medida de las decisiones de sus empleados. Por lo tanto, la CCF es un factor clave en este ámbito.

Hasta la fecha, se demostró que la perspectiva temporal futura positiva (es decir, pensar positivamente en el futuro) predice un mayor comportamiento relacionado a la ciudadanía organizacional, acciones que favorecen el clima laboral (cómo ayudar voluntariamente a los compañeros). Además, la perspectiva temporal futura positiva se relaciona con un mayor compromiso laboral, satisfacción laboral, y una reducción de comportamientos laborales contraproducentes (como no seguir las instrucciones o robar). De lo contrario, la perspectiva temporal futura negativa y el presente fatalista reportan un patrón opuesto con las variables laborales mencionadas previamente (Wojtkowska et al., 2021).

A continuación, se presentan los principales resultados de las investigaciones que evalúan las asociaciones entre la CCF con variables referidas al ámbito laboral. En todos los estudios, la CCF se evalúa mediante su puntuación total.

Joireman, Daniels, et al. (2006) son los primeros en explorar las asociaciones entre la CCF con las variables laborales. Los empleados con elevada CCF reportaron mayor comportamiento referido a la ciudadanía organizacional sólo cuando consideraban que sus acciones tendrán un resultado distante beneficioso. Los investigadores concluyen que las personas con elevada CCF son muy buenas en su trabajo sólo si creen que tienen un futuro dentro de la empresa, pero son menos productivas cuando creen que van a perder su trabajo. Esta última idea fue respaldada por el estudio de Joireman, Kamdar, et al. (2006).

A su vez, se ha demostrado que la CCF se asocia positivamente con el comportamiento innovador diario (Park et al., 2021) y con el liderazgo transformacional, variable caracterizada por motivar, e inspirar, a los empleados a desarrollar e innovar sus tareas con el objetivo de contribuir al éxito de la empresa (Zhang et al., 2014). Además, la CCF se asocia negativamente con la procrastinación laboral (Throop & Yosof, 2021).

A continuación, se sintetizan los principales hallazgos referidos a la CCF y las variables laborales. En primer lugar, los empleados con elevada CCF reportan menor comportamiento de

ciudadanía organizacional y son menos productivos cuando perciben que su empleo es inestable, o que van a perder sus trabajos en un futuro cercano (Joireman, Daniels, et al., 2006; Joireman, Kamdar, et al., 2006; Zhang et al., 2014)

En segundo lugar, la CCF se asoció positivamente con el comportamiento innovador diario (Park et al., 2021) y liderazgo transformacional (Zhang et al., 2014). Además, la CCF se asoció negativamente con la procrastinación en el ámbito laboral (Throop & Yosof, 2021). Los resultados mencionados previamente sugieren que la CCF podría ser un factor protector que promueve el comportamiento pro-organizacional.

En la siguiente sección, se profundizará en uno de los temas centrales de este manuscrito: el bienestar y sus asociaciones con la temporalidad subjetiva. En este manuscrito, el bienestar, junto con los conceptos de felicidad y satisfacción, será abordado desde la Psicología Positiva, una subdisciplina de las ciencias psicológicas que se centra en los aspectos positivos de la experiencia humana (Gallagher & Lopez, 2020).

3.4. Bienestar

El bienestar es el conjunto de procesos cognitivos que promueven la satisfacción, las emociones positivas, el sentimiento de realización, y al mismo tiempo, reduce las emociones negativas y el malestar (Oishi et al., 2018).

Este constructo puede concebirse desde dos perspectivas complementarias: la eudaimónica y la hedónica (Ryan & Deci, 2001). Desde el primer enfoque, el bienestar se concibe como el pleno funcionamiento de los individuos, vinculándolo a la búsqueda de significado, autorrealización y vitalidad. Desde la perspectiva hedónica, se asocia al bienestar con la felicidad, la satisfacción personal, mayor afecto positivo y una reducción del afecto negativo. Partiendo de esta base teórica, se examinan dos de los componentes claves para el bienestar: la felicidad y la satisfacción.

3.4.1. Dos componentes claves del bienestar: la felicidad y la satisfacción

La felicidad y la satisfacción son dos componentes interrelacionados esenciales para el bienestar (Ryan & Deci, 2001).

3.4.1.1. *Felicidad*

La felicidad se descompone en tres elementos: placer, compromiso y significado (Seligman, 2002; Seligman et al., 2004). El placer implica la búsqueda del máximo disfrute, evitando la incomodidad y el malestar. El compromiso es la concentración profunda al realizar una tarea que demanda toda nuestra atención, actividad en la cual el tiempo parece detenerse. El significado refiere a la conexión con las actividades que trascienden el interés personal, por ejemplo, ser voluntario en una organización sin fines de lucro para cuidar animales sin hogar.

Varios elementos influyen en la promoción de la felicidad, incluyendo las diferencias individuales (Hill et al., 2023; Zheng & MacCann, 2023), la práctica de la atención plena (Aldahadha, 2023), el bienestar mental, emocional y físico, fomento de las relaciones sociales, equilibrio entre la vida laboral y personal (Singh et al., 2023).

La calidad de las relaciones sociales es un factor sustancial para la felicidad (Adedeji et al., 2023; Brauer & Proyer, 2023; Card & Skakoon-Sparling, 2023; Diener & Seligman, 2002; Kawamichi et al., 2016; Singh et al., 2023). Por ejemplo, las personas más felices reportan relaciones sociales más satisfactorias y pasan menos tiempo solas (Diener & Seligman, 2002). Al mismo tiempo, las parejas románticas reportan mayores niveles de felicidad que las personas solteras (Kawamichi et al., 2016).

3.4.1.2. *Satisfacción*

La satisfacción es otro de los factores estrechamente relacionado con el bienestar. Este constructo refiere a la evaluación cognitiva general sobre nuestra vida, o sobre áreas específicas como la salud, el ámbito educativo, laboral o las relaciones sociales (Oishi et al., 2018). En este contexto, la satisfacción con la pareja refiere a cómo valoramos el vínculo amoroso (Sanri et al., 2021).

La satisfacción con la pareja está profundamente relacionada con el bienestar de sus miembros (Demirtas & Tezer, 2012; Londero-Santos et al., 2021), incluso puede ser un factor más determinante que algunos rasgos de personalidad o variables sociodemográficas (Londero-Santos et al., 2021). De hecho, la satisfacción con la pareja está estrechamente vinculada a la satisfacción con la vida (Love & Holder, 2016), afecto positivo (Demirtas & Tezer, 2012) y felicidad individual de cada miembro (Badri et al., 2022). Una baja satisfacción con la pareja se asocia negativamente con la salud mental (Downward et al., 2022), y positivamente con la depresión y el afecto negativo (Love & Holder, 2016).

En resumen, el estado general de una persona está influenciado por diversos factores. En esta tesis, se argumenta que la temporalidad subjetiva es un factor clave en el bienestar (Cunningham et al., 2015; Mannino & Caronia, 2017). Sobre este punto, se ha demostrado que las personas orientadas hacia el presente reportan mayor satisfacción con la vida, que las personas orientadas al pasado, o futuro (Felsman et al., 2017).

Uno de los objetivos de esta tesis será analizar las asociaciones entre la CCF y las variables relacionadas con el bienestar. En este trabajo, se abordará un área poco explorada hasta el momento: el bienestar en las parejas románticas.

3.4.2. Bienestar y temporalidad subjetiva

En este manuscrito se sostiene que la temporalidad subjetiva es uno de los factores esenciales para el bienestar.

Sobre este punto, estudios previos han demostrado que el pasado negativo y presente fatalista del IPTZ, se asocian positivamente con el afecto negativo y negativamente con el afecto positivo. Esta relación tiende a atenuarse cuando se llevan a cabo intervenciones centradas en promover la gratitud (Burzynska-Tatjewska & Stolarski 2022).

Diaconu-Gherasim et al. (2023) realizaron un meta-análisis en el cual se explora las asociaciones entre las dimensiones del IPTZ con una serie de variables relacionadas al

bienestar, tanto en términos de su promoción (por ejemplo, satisfacción con la vida, afecto positivo y felicidad) como de su disminución (por ejemplo, afecto negativo, ansiedad y depresión). De su estudio se destacan tres hallazgos relevantes.

En primer lugar, el presente fatalista se asoció negativamente con variables que promueven el bienestar, mientras que el presente hedonista mostró un patrón inverso. Estas relaciones fueron más fuertes en personas jóvenes que en adultos mayores. Los investigadores sugieren que esta diferencia entre grupos etarios podría explicarse por el desarrollo progresivo del autocontrol a lo largo de la vida (Diaconu-Gherasim et al., 2023).

En segundo lugar, la perspectiva temporal futura se asoció positivamente con la satisfacción con la vida, afecto positivo, felicidad; y negativamente con el afecto negativo, la depresión y la ansiedad. Estos resultados respaldan la idea de que la planificación y la preparación para el futuro tienen un efecto directo en la promoción del bienestar (Diaconu-Gherasim et al., 2023).

Por último, la orientación hacia el presente se asoció más fuertemente con los indicadores negativos del bienestar, como una mayor ansiedad y síntomas depresivos (Diaconu-Gherasim et al., 2023).

La temporalidad subjetiva futura también está relacionada positivamente con las conductas saludables, bienestar, conocimiento financiero relacionado a la jubilación y negativamente con las conductas de riesgo (Kooij et al., 2018). En línea con esta idea, Andre et al. (2018) respaldan esta idea, señalando que la temporalidad subjetiva futura es uno de los constructos psicológicos más influyentes para la motivación, intención y las acciones en las diversas áreas de la vida humana.

La relación entre la perspectiva temporal y las conductas que promueven el bienestar puede explicarse a través de los procesos de autorregulación. En este sentido, Baird et al. (2021) realiza un meta-análisis y proponen tres aspectos relevantes. Primero, una orientación hacia el futuro está asociada con una mayor capacidad de establecer y seguir objetivos, elementos centrales del autocontrol. Por el contrario, una orientación hacia el presente se relaciona con una

menor capacidad de autocontrol. En segundo lugar, las personas orientadas hacia el futuro suelen experimentar resultados positivos porque tienen mejor capacidad para regular su comportamiento en función de los objetivos establecidos, realizar acciones que le permitan llevar a cabo sus metas y evaluar constantemente si están cumpliendo con sus objetivos. Por último, los investigadores sugieren que la temporalidad subjetiva futura promueve el establecimiento de objetivos, las acciones necesarias para cumplirlos y su monitoreo continuo

Aunque la orientación hacia el futuro tiende a promover el bienestar, algunos estudios señalan que una excesiva proyección hacia este marco temporal puede tener efectos negativos, como podría ser la disminución en la conexión social y el sentimiento de comunidad, o mayor propensión a la adicción al trabajo (Lu et al., 2023). Además, se ha propuesto que algunas personas se enfocan demasiado en el futuro, y esto les impide disfrutar y aprovechar el presente (Kooij et al., 2018). En conclusión, la temporalidad subjetiva tiene un impacto significativo en el bienestar.

Es importante considerar que las dinámicas del bienestar no solo están determinadas por los factores individuales, sino que también dependen de las relaciones intertemporales que vamos construyendo a lo largo de nuestra vida. Entre las diferentes relaciones, las parejas románticas ocupan un lugar central, dado que representan un vínculo único que trasciende las experiencias individuales y contribuye significativamente en diferentes niveles, como el social, económico e individual. A continuación, se profundiza en el papel fundamental de las parejas románticas en la vida humana.

3.5. Parejas románticas y su importancia para el ser humano

Las parejas románticas representan el vínculo afectivo entre dos personas independientemente de su orientación sexual. Este tipo de relación implica una conexión íntima que abarca las emociones, los pensamientos y comportamientos de ambos individuos (Lucas & Dyrenforth, 2006; Zumaya et al., 2008).

Una característica central de este tipo de vínculos es su capacidad para fomentar el intercambio de experiencias placenteras, la habilidad de enfrentar desafíos y conflictos juntos (Zumaya et al., 2008). La constante interacción entre sus miembros genera un efecto sinérgico que trasciende las habilidades individuales (Lucas & Dyrenforth, 2006). Este intercambio constante da lugar a una combinación única que afecta a cada miembro y al vínculo que comparten (Abela, 2020; Proulx et al., 2007).

Las parejas románticas tienen una influencia significativa en diversos ámbitos, como el social, económico y personal. En el ámbito social, contribuyen a la aceptación y el sentido de pertenencia. Por ejemplo, en la cultura occidental, aún persiste una fuerte presión social para que las personas encuentren pareja y formen una familia, la cual es particularmente fuerte en las mujeres y las personas mayores (Apostolou et al., 2023). Este fenómeno refleja la importancia de las parejas románticas no solo en el bienestar individual, sino también en la integración social y cómo las personas son percibidas dentro de su comunidad.

Los vínculos amorosos también tienen un impacto en el ámbito económico. Los miembros de las parejas románticas se benefician de un mayor apoyo financiero, dado que disponen de una mayor cantidad de activos, como dos sueldos y propiedades compartidas (por ejemplo: Apostolou et al., 2023; Raley & Sweeney, 2020; Ribar, 2004). Además, las parejas románticas suelen promover el ahorro y la acumulación de activos, lo que incrementa el estatus económico de ambos miembros (Lerman, 2002). De hecho, estar en una pareja romántica se asocia con un aumento en los ingresos y una disminución de la pobreza (Ribar, 2004; Thomas & Sawhill, 2002).

Las rupturas amorosas suelen provocar una disminución de los recursos económicos, un impacto que afecta más fuertemente en las mujeres y sus hijos (Avellar & Smock, 2005; Boertien & Lersch, 2021; Raley & Sweeney, 2020). Las separaciones amorosas se asocian con un aumento en las tasas de mortalidad, generalmente debido a accidentes, suicidios y un mayor deterioro de la salud física (Raley & Sweeney, 2020). Además, los individuos que atraviesan una separación suelen solicitar más días de baja laboral por enfermedad y reportar menores niveles de bienestar percibido (Raley & Sweeney, 2020).

En el ámbito personal, las parejas románticas también tienen un gran impacto. Por ejemplo, se ha demostrado que las personas que tienen una relación romántica reportan mayores niveles de felicidad, satisfacción con la vida, autoestima y afecto positivo que las personas solteras (Gómez-López et al., 2019). Además, experimentan emociones positivas como el amor, la pasión, la reciprocidad en la atención, la satisfacción sexual y el apoyo mutuo (Apostolou et al., 2023). Los miembros de las relaciones románticas también reportan una menor prevalencia de trastornos mentales, tales como la ansiedad, estrés, depresión, así como menores conductas adictivas (Cidoncha Romá, 2017; Leach et al., 2013; Till & Niederkrotenthaler, 2022).

En resumen, numerosos estudios enfatizan la importancia de las parejas románticas para el bienestar. En este trabajo, nos proponemos explorar los factores asociados al bienestar de las parejas. Por lo tanto, en la siguiente sección, se presentan los principales factores que impactan en las dinámicas de las parejas románticas.

3.6. Factores que inciden en el bienestar de las parejas románticas

Hasta la fecha, se ha demostrado un sinnúmero de variables que influyen en la dinámica, calidad y duración de las parejas románticas (Stolarski, Wojtkowska, et al., 2016). Entre los principales factores se incluyen la inteligencia emocional (Bryan, 2023; Parsakia et al., 2023), el estilo de apego (Beeney et al., 2019; Paquette et al., 2020), las estrategias de afrontamiento (Jones et al., 2021; Rusu et al., 2020), las diferencias individuales (Dyrenforth et al., 2010; Holman, 2015; Sayehmiri et al., 2020) y el nivel de similitud entre los miembros de la pareja romántica (Gaunt, 2006; Gonzaga et al., 2007; Lampis et al., 2018; Luo, 2017; Wu et al., 2020; Ye et al., 2023).

En esta tesis se profundiza en el impacto de las diferencias individuales sobre el bienestar de las parejas románticas. Los estudios en esta área se enfocan principalmente en dos constructos: la perspectiva temporal y los Cinco grandes rasgos de la personalidad.

3.6.1. Perspectiva temporal

La perspectiva temporal desempeña un papel crucial en las relaciones sociales. La vinculación entre ambos constructos usualmente se ha evaluado aplicando el IPTZ.

Por ejemplo, el pasado negativo del IPTZ está asociado con niveles más bajos de apoyo social y un aumento en los conflictos familiares. En cambio, el pasado favorece una red social más extensa, y un mayor apoyo familiar. A su vez, el presente hedonista se vincula con un elevado apoyo social y compañerismo. Por último, las personas con una fuerte orientación hacia el futuro tienden a reportar redes sociales más amplias (Holman, 2015; Holman & Zimbardo, 2009).

Un hallazgo destacado es que la temporalidad subjetiva equilibrada, caracterizada por la flexibilidad entre los procesos cognitivos referidos a los tres marcos temporales subjetivos, se relaciona con una mayor satisfacción con la pareja, aunque no tiene impacto en la satisfacción sexual. Este resultado podría deberse a que una perspectiva temporal balanceada permite a las personas adaptarse a las situaciones cambiantes dentro de la relación (Stolarski, Wojtkowska, et al., 2016).

A continuación, se discuten los principales hallazgos que exploran las asociaciones de los Cinco Grandes rasgos de la personalidad y la dinámica de las parejas románticas.

3.6.2. Los Cinco grandes factores de la personalidad

El modelo de los Cinco grandes rasgos de la personalidad es ampliamente utilizado para comprender las dinámicas de las parejas románticas. Este modelo organiza la personalidad en cinco dimensiones claves: neuroticismo, amabilidad, responsabilidad, extraversión y apertura a la experiencia (Benet-Martínez & John, 1998).

Un alto nivel en amabilidad, responsabilidad y extraversión, junto con un bajo nivel de neuroticismo, se asocia positivamente con satisfacción con la pareja. Mientras que una baja amabilidad, responsabilidad y extraversión junto con un alto neuroticismo, está vinculado con

conductas desadaptativas y trastornos mentales, características que fueron clasificadas como un perfil de bajo autocontrol (Malouff et al., 2010).

En una revisión sistemática y meta-analítica, de la población iraní, se observa que la satisfacción conyugal se relaciona negativamente con el neuroticismo y positivamente con la extraversión, apertura, amabilidad y responsabilidad. Además, el neuroticismo se vinculó con menor felicidad en la vida, mayor irritabilidad y mayor expresión de ira. Los investigadores proponen que los individuos con altos niveles de neuroticismo tienden a manifestar comportamientos negativos hacia su pareja, disminuyendo así su satisfacción conyugal (Sayehmiri et al., 2020).

A su vez, los estudios previos sugieren que las diferencias individuales de cada miembro, y su similitud, son esenciales para el bienestar de las parejas románticas (Dyrenforth et al., 2010). En la siguiente sección, se profundizará en los estudios que destacan la importancia de las características individuales, la similitud entre sus miembros, y cómo estas variables se asocian al bienestar en la pareja.

3.6.3. Similitud entre los miembros

La similitud refiere al grado de afinidad o semejanza que tienen sus miembros en cualquier fase de la relación (Luo, 2017). En el estudio de Luo (2017) se evaluó el grado de similitud entre los miembros de las parejas románticas en diversos factores tales como las características demográficas, físicas, habilidades, actitudes, bienestar, conductas, valores y diferencias individuales.

Respecto a las variables demográficas, las relaciones de pareja reportan alta similitud en edad, nivel educativo e ingreso económico, y baja similitud en religión, etnia y características físicas (como altura, peso y bienestar físico). Además, las parejas reportan una elevada similitud en variables actitudinales, como los valores personales, las actitudes hacia el riesgo y los roles familiares

Las parejas reportan una similitud moderada en los trastornos mentales (como dependencia de sustancias psico-activas, esquizofrenia, trastornos del estado de ánimo o

trastornos de la conducta antisocial), intereses, valores, habilidades y actividades de ocio (por ejemplo, hábitos alimenticios, ritmo circadiano). A su vez, reportan una similitud débil, pero positiva en los Cinco grandes rasgos de la personalidad, ansiedad, autoestima, búsqueda de sensaciones, evitación del apego, afecto positivo y negativo (Luo, 2017).

Luo (2017) concluye que los niveles de similitud entre los miembros de la pareja romántica varían dependiendo de las características evaluadas. A partir de esta revisión, resulta interesante investigar cómo esta similitud influye en los vínculos románticos. En particular, en esta tesis se explora cómo los niveles individuales de la CCF y su similitud entre los miembros de la pareja romántica se asocian al bienestar (constructo que será evaluado a través de la felicidad y la satisfacción en la relación).

3.6.4. El papel de la similitud en las dinámicas de las parejas románticas

En esta tesis se sostiene que la similitud entre los miembros de una pareja romántica favorece el bienestar en la relación, a la misma vez, disminuye los conflictos y las emociones negativas como la ira y el resentimiento (Gaunt, 2006).

Sobre este punto, se ha demostrado que una elevada similitud en las características individuales se asocia positivamente con la satisfacción, afecto positivo, calidad y duración del vínculo, y negativamente con los niveles de afecto negativo (Gaunt, 2006; Gonzaga et al., 2007; Luo, 2017; Proulx et al., 2007; Wu et al., 2020).

Además, una elevada similitud en la amabilidad, apertura a la experiencia, espiritualidad e identidad moral contribuye positivamente a la satisfacción con la vida de ambos miembros de la pareja (Wu et al., 2020). Esta similitud no solo contribuye a la satisfacción en las primeras etapas de la relación, sino que también es un factor clave para mantener el bienestar a lo largo del tiempo. Por ejemplo, las parejas románticas con mayor similitud en los rasgos de personalidad reportan una mayor estabilidad en sus niveles de satisfacción a lo largo de las diferentes etapas de su relación. Por el contrario, aquellas parejas con menor similitud en estos rasgos tienden a experimentar una disminución significativa en su satisfacción conyugal, especialmente durante los primeros años de matrimonio (Gonzaga et al., 2007).

La similitud entre los miembros de la pareja romántica también impacta en sus hijos. Por ejemplo, alta similitud en la identidad moral y la espiritualidad se asocia positivamente con la satisfacción con la vida de sus hijos (Wu et al., 2020).

3.6.5. Impacto de la similitud sobre la temporalidad subjetiva

A pesar de la extensa literatura científica sobre el tema, la mayoría de las investigaciones que exploran la similitud en las parejas románticas lo hacen aplicando el IPTZ o el Inventario de los Cinco Grandes (Decuyper et al., 2012; Gonzaga et al., 2007; Stolarski, Wojtkowska, et al., 2016; Wu et al., 2020; Ye et al., 2023; Zimbardo & Boyd, 2008).

Actualmente, existe una laguna de información en cuanto a estudios que examinen cómo las parejas piensan en su futuro de manera conjunta. Esta omisión es especialmente relevante dado que la investigación enfatiza la influencia de las dinámicas de las parejas románticas en variables sociales, económicas y personales (por ejemplo: Apostolou et al., 2023; Bryan, 2023; Lerman, 2002; Parsakia et al., 2023; Till & Niederkrotenthaler, 2022). Por tanto, uno de los objetivos de esta tesis es examinar el papel de la similitud en la CCF y su relación con el bienestar en la pareja.

En la revisión bibliográfica, sólo se identificaron dos estudios que abordan la similitud en la temporalidad subjetiva en parejas románticas. En primer lugar, Zimbardo y Boyd (2008) proponen un marco teórico conceptual sobre cómo la similitud en la temporalidad subjetiva se relaciona con las parejas románticas. Por su parte, Stolarski, Wojtkowska, et al. (2016) investigan la relación entre la similitud en la perspectiva temporal (evaluada mediante el IPTZ) y la dinámica de relaciones amorosas. A continuación, se presentan los principales resultados de ambos estudios.

Del marco teórico propuesto por Zimbardo y Boyd (2008) se destacan tres aspectos claves. En primer lugar, se teoriza que las parejas románticas con preferencias temporales diferentes (es decir, baja similitud) enfrentan discusiones y conflictos recurrentes ocasionados por sus diferencias en la temporalidad subjetiva. Por ejemplo, cuando deben decidir cómo pasar su tiempo libre (por ejemplo, salir a correr o mirar televisión), cómo distribuir sus finanzas (por

ejemplo, comprar un mejor automóvil o invertir el dinero para obtener ganancias futuras) o incluso qué cenar (por ejemplo, elegir entre alimentos saludables y no saludables). Las diferencias en su temporalidad subjetiva generan malentendidos y falta de comunicación, lo que conlleva a conflictos en diversos aspectos de la vida de las parejas.

En segundo lugar, sostienen que la temporalidad subjetiva impacta en las expectativas, anhelos y deseos de la pareja romántica. Por ejemplo, las personas orientadas hacia el futuro buscan una mayor previsibilidad de su pareja romántica y estabilidad emocional. En cambio, las personas orientadas al presente prefieren relaciones espontáneas, apasionadas y con gran cercanía física. Además, las personas orientadas hacia el presente tienden a reportar mayores conflictos con sus parejas románticas y a retrasar el inicio de una relación seria. Por último, las personas orientadas hacia el pasado tienden a preferir una pareja confiable y dedican la mayor parte de su tiempo a comparar las experiencias entre su pareja actual y anteriores (Zimbardo & Boyd, 2008).

Por último, los autores proponen una teoría de cómo la perspectiva temporal impacta en las diferentes fases de las parejas románticas. En las primeras etapas, los pensamientos y emociones referidas al presente son muy importantes, dado que la pareja aún no comparte un pasado ni proyección futura juntos. A medida que la relación avanza, las experiencias vividas y sus planes a futuro cobran cada vez más relevancia. Según los investigadores, las personas orientadas hacia el presente se benefician de las características propias del inicio de las parejas románticas, dado que se sumergen en los beneficios y recompensas inmediatos sin preocuparse por las consecuencias distantes de sus acciones. Por el contrario, las personas orientadas hacia el futuro reportan mayores dificultades en el inicio de la relación, caracterizado por la espontaneidad, fluidez y satisfacción inmediata. Sin embargo, estas se benefician de las fases posteriores, donde la proyección y planificación son esenciales, como al planificar actividades con su pareja, obligaciones y responsabilidades de tener un hijo (Zimbardo & Boyd, 2008).

El estudio de Stolarski, Wojtkowska, et al. (2016) se realizó con una muestra de 100 parejas heterosexuales, cuya duración de la relación varió entre 1 y 21.5 años ($Media = 5.3$, $DT = 4.6$). Las mujeres tenían entre 19 y 47 años ($Media_{edad} = 27.3$, $DT_{edad} = 6.1$) y los hombres entre 20 y 50 años ($Media_{edad} = 29.3$, $DT_{edad} = 6.9$). Cada participante completó el IPTZ, junto con un

cuestionario referido a su satisfacción sexual y satisfacción con la pareja. La investigación tuvo tres objetivos: evaluar cómo las perspectivas temporales individuales y de su compañero influyen en la satisfacción de pareja; analizar cómo cambian estas asociaciones con el tiempo; y explorar si la similitud en la perspectiva temporal influye en la elección de la pareja.

De esta investigación surgen cuatro conclusiones esenciales. En primer lugar, tanto la perspectiva temporal individual, como la del compañero sentimental, influyen en la satisfacción con la pareja. Este resultado refleja la complejidad de las interacciones en las parejas románticas. En segundo lugar, las asociaciones entre la perspectiva temporal y la satisfacción con la pareja varían según la duración de la relación. Además, los resultados indican que las parejas no tienden a volverse más similares en su perspectiva temporal a lo largo del tiempo. Finalmente, no se encontró evidencia de que la similitud en la perspectiva temporal influya en la elección de la pareja romántica.

Como se mencionó previamente, son pocos los estudios que exploran el papel de la temporalidad subjetiva en las relaciones románticas y los mecanismos subyacentes a estas dinámicas (Gugliandolo et al., 2021). Por lo tanto, en el tercer estudio de esta tesis doctoral, se profundizará en este campo de conocimiento. Para ello, se explorarán las asociaciones entre la puntuación individual de la CCF y su similitud en indicadores del bienestar en la pareja. En este manuscrito hipotetizamos que la similitud entre los miembros de una pareja romántica fomenta la alineación de valores compartidos, mejora la resolución de problemas y aumenta la probabilidad de éxito en la relación.

En síntesis, en esta primera parte de la tesis, se presentó el constructo CCF, junto con su escala de medida y la evidencia que respalda sus variaciones inter- e intraindividuales. Además, se presentaron los principales hallazgos que vinculan la CCF con variables referidas al bienestar y la salud. Esta revisión teórica proporciona una base sólida para comprender la relevancia de la CCF en la toma de decisiones en diversas esferas vitales. A continuación, se presentan los objetivos generales y específicos de este trabajo, que guiarán los tres estudios empíricos.

Capítulo 4

Objetivos y fundamentación del manuscrito

4.1. Objetivo general

El objetivo general de esta tesis es explorar las variaciones inter- e intraindividuales en la Consideración de las Consecuencias Futuras y examinar sus asociaciones con las conductas relacionadas con el bienestar y la salud.

4.2. Objetivos específicos

Para abordar el objetivo general, se han llevado a cabo tres estudios empíricos, cada uno con sus respectivos objetivos específicos.

Objetivos específicos del primer estudio empírico:

- a) Determinar las fluctuaciones temporales de la CCF en intervalos semanales, utilizando la ECCF-general y sus versiones adaptadas a dominios específicos.
- b) Examinar las asociaciones entre las fluctuaciones temporales de la CCF con las conductas saludables, variables del ámbito educativo y laboral.

Objetivos específicos del segundo estudio empírico:

- a) Analizar las diferencias inter- e intraindividuales de los niveles de la CCF en distintos dominios específicos: salud, actividad física, alimentación saludable y trabajo.
- b) Explorar las relaciones entre los perfiles latentes de la CCF y la toma de decisiones relacionadas con las conductas saludables y el ámbito laboral.

Objetivos específicos del tercer estudio empírico:

- a) Explorar las fluctuaciones diarias de la CCF y sus asociaciones con el bienestar de las parejas románticas.

- b) Evaluar las relaciones entre los niveles individuales de la CCF, la similitud entre los miembros de la pareja romántica y su bienestar.
- c) Examinar el efecto moderador de la similitud en los niveles de la CCF en la relación entre la puntuación individual de la CCF y el bienestar de las parejas románticas.

Como objetivo transversal, se evalúan las propiedades psicométricas de las escalas CCF empleadas en esta tesis, incluidas las versiones adaptadas a dominios específicos, abreviadas y aplicadas en medidas repetidas.

4.3. Fundamentación de los objetivos

Hasta el momento, diversos estudios han explorado las asociaciones y el poder predictivo de la CCF en esferas vitales para el ser humano, como las conductas saludables, variables del ámbito laboral y educativo (por ejemplo: AlShuaibi et al., 2021; Joireman et al., 2001; 2006; McKay, Perry, Worrell, et al., 2022; Murphy et al., 2020; Murphy & Dockray, 2018). Asimismo, existe amplia evidencia sobre las propiedades psicométricas de la escala CCF, instrumento que ha sido adaptado a múltiples idiomas (por ejemplo: Acuña et al., 2020; Camus et al., 2014; Kübel & Wittmann, 2020; Loose et al., 2023; Nigro et al., 2016; She et al., 2021; Vásquez-Echeverría et al., 2018; Zainun et al., 2023).

A pesar de la literatura científica sobre la CCF, persisten interrogantes sobre su estabilidad temporal y sus variaciones inter- e intraindividuales. En respuesta a esta necesidad, el primer y tercer estudio de esta tesis se centran en examinar esta interrogante, empleando la ECCF-general y sus versiones adaptadas a dominios específicos. Este análisis ofrecerá una comprensión más profunda de los efectos dinámicos de la CCF en la toma de decisiones (Fleeson & Jayawickreme, 2015; Sosnowska et al., 2019).

El segundo estudio adopta un enfoque centrado en la persona con el propósito de identificar y caracterizar los perfiles latentes de la CCF en diferentes dominios, como la salud y el trabajo. Al identificar estos perfiles se ofrecerá una base sólida para nuevas conceptualizaciones de la CCF, reflejando su complejidad. Además, este enfoque permitirá

conocer en qué medida un individuo puede orientarse hacia los resultados inmediatos en un ámbito (por ejemplo, la salud), y hacia los resultados distantes en otro (por ejemplo, el ámbito laboral).

Estudios previos señalan consistentemente que las relaciones románticas influyen de manera significativa en el bienestar emocional y la toma de decisiones (por ejemplo: Apostolou et al., 2023; Bryan, 2023; Lerman, 2002; Parsakia et al., 2023; Till & Niederkrotenthaler, 2022). Sin embargo, en la búsqueda bibliográfica no se encontraron investigaciones que exploren las asociaciones de la CCF en el contexto de las relaciones de pareja, o las relaciones cercanas en general. Por lo tanto, en el tercer estudio empírico se investigarán las asociaciones entre la CCF y el bienestar en las parejas románticas. Este estudio ayudará a comprender si la consideración compartida de las consecuencias temporales entre los miembros de la pareja se asocia con su bienestar. Al ampliar los conocimientos de la CCF en las parejas románticas se podrán desarrollar intervenciones dirigidas a promover relaciones más saludables y equilibradas.

En esta tesis también se exploran las asociaciones entre la CCF y variables relacionadas con el bienestar y las conductas saludables desde una perspectiva innovadora. Por un lado, se exploran las asociaciones de la CCF a través de medidas repetidas, lo que permite capturar su dinámica temporal (Estudio 1 y 3). Por otro lado, se evalúa el constructo mediante la ECCF-general y sus versiones adaptadas a dominios específicos (Estudio 1 y 2).

Un aspecto particularmente novedoso de esta tesis es el enfoque centrado en la persona (Estudio 2), un tipo de análisis que hasta la fecha no se había aplicado con la CCF. Hasta donde tenemos conocimiento, este es el primer estudio en explorar los niveles individuales de la CCF y su similitud entre los miembros de la pareja romántica con el bienestar de la pareja (Estudio 3).

Este trabajo contribuye a la literatura científica mediante la evaluación de las propiedades psicométricas de las escalas CCF en versiones adaptadas a dominios específicos, medidas repetidas, versiones abreviadas y en español (Estudio 1, 2 y 3). Esta investigación proporcionará valiosas herramientas para futuras investigaciones. Las escalas abreviadas serán especialmente útiles en estudios con medidas repetidas (Chng et al., 2022), con recursos limitados y en las investigaciones que busquen reducir la falta de atención, aburrimiento y probabilidad de deserción al completar los formularios (de Leeuw & Lugtig, 2015; Vilar et al., 2022). Las escalas

adaptadas a dominios específicos permitirán una evaluación más dinámica e integral de la CCF y una medición más precisa de sus asociaciones con las variables de interés (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Dassen et al., 2015; Murphy et al., 2020; Murphy & Dockray, 2018; Murphy & Murphy, 2018; Pozolotina & Olsen, 2021).

En resumen, el objetivo principal de este trabajo es explorar las variaciones inter- e intraindividuales de la CCF utilizando la escala general y sus versiones adaptadas a dominios específicos. También se examina cómo los diferentes niveles de la CCF y sus cambios se asocian con las conductas vinculadas al bienestar y la salud.

Capítulo 5

Dominios específicos de la CCF y sus fluctuaciones semanales: un análisis en la salud, educación y trabajo

Este capítulo ha sido publicado como: Alvarez-Nuñez, L., Vásquez-Echeverría, A., & Antino, M. (2023). Consideration of future consequences: evidence of weekly fluctuations and domain-specificity in association with health, academic, and work outcomes. *Current Psychology*, 42(32), 28406–28416. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03910-5>

5.1. Introducción

Originalmente, la CCF se definió como un constructo general y estable en el tiempo (Strathman et al., 1994). Sin embargo, investigaciones recientes comenzaron a cuestionar la estabilidad temporal de la CCF (Adams et al., 2023; Alvarez-Nuñez, 2018; Chang et al., 2023; Toepoel, 2010; Vásquez-Echeverría et al., 2018).

A la fecha, se ha presentado evidencia mixta sobre su estabilidad (por ejemplo: Alvarez-Nuñez, 2018; Camus et al., 2014; Toepoel, 2010), cambios que podrían estar asociados con variables situacionales (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2020; Furr & Funder, 2021; Rauthmann et al., 2015; Vásquez-Echeverría et al., 2018).

Los estudios previos también cuestionan si la CCF es un constructo general, o si sus puntuaciones varían en función de la esfera vital que se evaluó (Murphy & Murphy, 2018; van Beek et al., 2013). Desde este punto de vista, una persona podría tener preferencias por las consecuencias inmediatas referidas a su salud, y a la misma vez, optar por resultados distantes referidos a su ámbito laboral. Desde este enfoque, se propuso la adaptación de la escala CCF a dominios específicos, como la salud, alimentación saludable, actividad física, ámbito educativo, ámbito laboral, entre otros (Murphy et al., 2020; Murphy & Murphy, 2018; Pozolotina & Olsen, 2020; van Beek et al., 2013).

En suma, estudios recientes cuestionan si la CCF es estable en el tiempo (por ejemplo, entre días, semanas, años) y entre las diferentes esferas vitales (por ejemplo, la salud, educación, trabajo, entre otros). En este estudio, se profundiza en los debates mencionados previamente.

5.2. Este estudio: Objetivos e hipótesis

En esta sección, se presentan los objetivos e hipótesis del primer estudio de este manuscrito.

Primer objetivo: explorar las fluctuaciones temporales de la CCF a nivel semanal, empleando tanto la ECCF-general como sus versiones adaptadas a dominios específicos.

Se espera que los niveles de la CCF, tanto en su versión general como en sus dominios específicos, experimenten fluctuaciones a lo largo del tiempo tal como se ha reportado previamente (Alvarez-Nuñez, 2018; Toepoel, 2010; Vásquez-Echeverría et al., 2018).

Segundo objetivo: explorar las asociaciones entre las fluctuaciones temporales de la CCF con las conductas saludables, variables referidas al ámbito educativo y laboral.

La subescala inmediata de la ECCF-general, ECCF-salud y ECCF-académico se asociarán negativamente, con un tamaño de efecto entre pequeño a moderado, con la alimentación saludable y compromiso académico; la subescala futura reportará el patrón inverso (Alvarez-Nuñez, 2018; Gick, 2014; Murphy et al., 2020).

En el ámbito laboral, se espera que la subescala futura de la ECCF-general y la ECCF-trabajo se asocie positivamente, con un tamaño de moderado a fuerte, con la implementación de ideas en el ámbito laboral, mientras que las subescalas inmediatas presenten una relación negativa. Hasta donde tenemos conocimiento, no se han realizado investigaciones que exploren las asociaciones entre la CCF con la implementación de ideas en el ámbito laboral. A pesar de esto, en la búsqueda bibliográfica se encontraron estudios que exploran la relación entre la temporalidad subjetiva (evaluada mediante otros constructos) con la implementación de ideas. Por ejemplo, la orientación futura promueve y facilita el manejo exitoso del estrés (Zheng et al., 2022). La perspectiva temporal futura se relaciona positivamente con el comportamiento innovador en el ámbito laboral (Park et al., 2021).

Los estudios previos que aplican la CCF evidencian que una elevada consideración de las consecuencias distantes se relaciona positivamente con los comportamientos beneficiosos en el contexto laboral. Por ejemplo, la puntuación total de la CCF se relaciona positivamente con el comportamiento de ciudadanía organizacional (Joireman, Daniels, et al., 2006), compromiso y eficacia de liderazgo transformacional (Zhang et al., 2014) y negativamente con la procrastinación en el ámbito laboral (Throop & Yosof, 2021). Estos hallazgos refuerzan la hipótesis de que la CCF-F se asociará positivamente con la implementación de ideas en el entorno laboral.

Objetivo secundario: Analizar las propiedades psicométricas de las escalas CCF en su formato general y adaptado a dominios específicos, en un intervalo semanal y en su versión abreviada.

Las escalas CCF mostrarán adecuadas propiedades psicométricas, con evidencia a favor del modelo de dos factores correlacionados (Alvarez-Nuñez, 2018; Chng et al., 2022; Joireman et al., 2012; Loose et al., 2023; Vilar et al., 2022).

Además, las versiones de las escalas CCF adaptadas a dominios específicos presentarán una mayor capacidad predictiva con sus variables específicas que la ECCF-general (Dassen et al., 2015; Murphy et al., 2020; Murphy & Murphy, 2018; Pozolotina & Olsen, 2020). Por ejemplo, se espera que la alimentación saludable se asocié más fuertemente con la subescala inmediata de la ECCF-salud, que con la ECCF-general.

Las subescalas inmediatas y futuras de las diferentes versiones de la escala CCF reportarán una correlación negativa y moderada entre sí (Murphy et al., 2020). Por ejemplo, se espera que la subescala inmediata de ECCF-salud se asocie negativamente con la subescala futura de ECCF-salud.

A su vez, se espera que las subescalas correspondientes al mismo marco temporal, pero pertenecientes a diferentes versiones de la escala CCF muestren correlaciones positivas de moderadas a fuertes. Por ejemplo, la subescala inmediata de la ECCF-general se asociará positivamente con la subescala inmediata de la ECCF-salud, ECCF-académico y ECCF-trabajo (Murphy et al., 2020; van Beek et al., 2013).

Para cumplir con los objetivos propuestos, se emplearán diversos estadísticos descriptivos y coeficientes de correlación para analizar las características de los datos. La estabilidad temporal de la CCF se evaluará mediante los CCI. Las asociaciones entre las variaciones en la CCF y los cambios en las variables dependientes se analizarán mediante modelos de regresión multinivel. Por último, las propiedades psicométricas de las escalas CCF se evaluarán mediante el análisis factorial confirmatorio y el coeficiente omega de McDonald, lo que garantizará la fiabilidad y validez de estas escalas en diversos contextos y poblaciones.

5.3. Método

5.3.1. Tipo y diseño de investigación

Este estudio utiliza un diseño descriptivo y no experimental, con la implementación de medidas repetidas a intervalos semanales. Se seleccionó un diseño de medidas repetidas dado que la CCF (Alvarez-Nuñez, 2018; Camus et al., 2014; Nigro et al., 2016; Vásquez-Echeverría et al., 2018) como las variables de interés (Blume et al., 2022; Kempenaar, 2019; Li et al., 2024; Madrid et al., 2014; Nordman et al., 2020; Puspikawati et al., 2024; Rodríguez-Muñoz et al., 2021; Weinberger et al., 2018) fluctúan en el tiempo. A su vez, este tipo de diseño permite explorar las relaciones entre las fluctuaciones de la CCF con los cambios observados en la variable de interés (Bolger & Laurenceau, 2013), aspecto que es especialmente relevante en este estudio.

5.3.2. Participantes

La muestra está compuesta por 737 adultos provenientes de Uruguay. Del total de la muestra, 64.3% son mujeres, 28.0% hombres y 7.7% seleccionaron la opción otros. El rango de edad oscila entre 18 y 88 años ($Media_{edad} = 36.58$, $DT_{edad} = 14.73$).

El 2.5% de los participantes completaron primaria, 9.3% tienen ciclo básico terminado, 2.5% están estudiando bachillerato, 12.8% terminaron bachillerato, 6.0% son estudiantes del nivel terciario no universitario, 9.1% tienen un título terciario no universitario, 32.6% son estudiantes universitarios, 13.9% tienen un título universitario, 3.1% son estudiantes de posgrado universitario, 5.6% tienen estudios de posgrados universitarios finalizados y 2.6% tienen otros estudios.

Los datos fueron recabados mediante medidas repetidas en ocho tomas. La primera toma fue completada por 513 sujetos, la segunda por 630, la tercera por 666, la cuarta por 648, la quinta por 634, la sexta por 585, la séptima por 556 y la última por 562 sujetos.

La ECCF-académico se completó únicamente por los participantes que estaban estudiando en el momento de completar los formularios. La ECCF-trabajo la completaron las

personas que declararon estar trabajando al participar del estudio. En total, 368 respondieron la ECCF-académico, 548 participantes la ECCF-trabajo y 251 completaron ambas versiones (es decir, la ECCF-académico y la ECCF-trabajo simultáneamente).

5.3.3. Instrumentos

Cuestionario sociodemográfico. Los participantes indicaron su sexo, edad, si estudiaban y/o trabajaban (evaluados mediante una pregunta dicotómica: Sí o No). A quienes indicaron estar estudiando, se les preguntó cuál era el nivel educativo que estaban cursando, a los que no estaban estudiando se les consultó por su máximo nivel educativo alcanzado.

Escala de consideración de las consecuencias futuras en su versión general y adaptada al ámbito de la salud, ámbito académico y laboral. Se empleó la versión en español y abreviada a ocho ítems de Alvarez-Nuñez y Vásquez-Echeverría (2023). Los instrumentos fueron evaluados mediante una escala Likert de siete puntos (1 = muy poco característico de mí esta semana; 7 = muy característico de mí esta semana), tal como sugiere Joireman et al. (2012). En esta versión, la subescala inmediata está compuesta por los ítems 2, 4, 5 y 6, y la subescala futura por los ítems 1, 3, 7 y 8.

Se optó por trabajar con la escala CCF abreviada con el fin de disminuir el aburrimiento, falta de atención, deserción del estudio y aumentar la calidad de los datos (Rammstedt & Beierlein, 2014; Vilar et al., 2022). Además, se ha demostrado que las versiones abreviadas de la escala CCF ofrecen un rendimiento similar a la versión completa de catorce ítems (Chng et al., 2022; Vilar et al., 2022).

La adaptación de la escala CCF a dominios específicos se realizó incluyendo términos específicos correspondientes a cada ámbito evaluado, tal como sugieren van Beek et al. (2013). Para este proceso se trabajó en grupos de discusión, quienes evaluaron el nivel de comprensión del instrumento y posibles dificultades (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023).

Adaptación de las escalas CCF a un intervalo semanal. Los ítems de la escala CCF fueron ligeramente modificados con el fin de ser aplicados una vez por semana. A su vez, se aplicó una

pequeña frase al inicio de los ítems, la cual alude al intervalo semanal evaluado: 'Durante la semana pasada... '.

Cuestionario de alimentación saludable. Se preguntó por la frecuencia de consumo de frutas, verduras, bebidas azucaradas y alimentos con cantidades elevadas de azúcar, grasa y/o sal. Los participantes contestaron los ítems utilizando una escala Likert con cuatro valoraciones (1 = nunca, 2 = una vez a la semana, 3 = dos o tres veces a la semana, 4 = todos los días). Las puntuaciones de los ítems referidos a las bebidas azucaradas y alimentos elevados en azúcar, grasa y/o sal fueron invertidas. Posteriormente, se calculó el promedio de los cuatro ítems referidos a los hábitos alimenticios. Las preguntas empleadas en este cuestionario se formularon a partir de estudios anteriores (Kristjansdottir et al., 2006; Murphy et al., 2020). La correlación media entre los ítems en cada ola osciló entre $r = .25$ (en la sexta ola) y $r = .30$ (en la octava ola).

Cuestionario de compromiso académico. Se preguntó por la asistencia regular a clase y el estudio de los materiales del curso, elementos esenciales para medir el compromiso académico (Hoffmann & Lerche, 2016; Tetteh, 2018). Los ítems se puntúan mediante una escala Likert con siete valoraciones (1 = totalmente en desacuerdo; 7 = totalmente de acuerdo). Se calculó la media de los dos ítems empleados. La correlación media de los ítems osciló entre $r = .25$ (tercera ola) y $r = .43$ (séptima ola).

Implementación de ideas en el ámbito laboral. Se utilizó la subescala *Implementación de ideas* de la *Escala Conductas de Innovación* en español de Raposo Grau (2016). Esta subescala refiere al desarrollo e implementación de ideas innovadoras en el ámbito laboral, conformada por tres ítems evaluados mediante una escala Likert de cinco valoraciones (1 = Nunca; 5 = Siempre). En este estudio, el coeficiente omega de McDonald para esta puntuación oscila entre .88 (en la primera y segunda ola) y .95 (en la octava ola).

En el Anexo 1, se presentan los formularios empleados, que incluyen el cuestionario sociodemográfico (Anexo 1.1), la ECCF-General (Anexo 1.2), ECCF-salud (Anexo 1.3), ECCF-académico (Anexo 1.4), ECCF-Trabajo (Anexo 1.5), cuestionario de alimentación saludable

(Anexo 1.6), cuestionario de compromiso académico (Anexo 1.7) y cuestionario de implementación de ideas en el ámbito laboral (Anexo 1.8).

5.3.4. Procedimiento

El estudio fue avalado por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Psicología de la UdelaR. A todos los participantes se les brindó una hoja de información con la información de esta investigación como los objetivos, procedimientos, forma de contactar con el investigador principal, riesgos, beneficios, entre otros. Posteriormente, se les solicitó su consentimiento informado mediante una firma digital. Todas las participaciones fueron voluntarias y anónimas.

Los participantes respondieron los cuestionarios de forma online, mediante la plataforma Cognito Forms (enlace de la Plataforma: <https://www.cognitofrms.com>). Las respuestas de los participantes fueron identificadas con un código aleatorio que se replicaba en cada período de evaluación para identificar las respuestas de los participantes a lo largo del tiempo y, al mismo tiempo, garantizar su confidencialidad

El reclutamiento de participantes se realizó mediante tres vías. Por un lado, se envió una invitación para participar en la investigación en la plataforma educativa denominada Entorno Virtual de Aprendizaje de la institución educativa donde se llevó a cabo el estudio. Por otro lado, se envió un correo electrónico con la invitación a participar del estudio a los estudiantes registrados en la base de datos de la UdelaR, quienes habían dado su consentimiento y proporcionado sus datos de contacto para ser incluidos en investigaciones científicas de la institución. Además, la investigadora principal de este estudio invitó a sus contactos a participar del estudio.

Los instrumentos se aplicaron una vez por semana durante ocho semanas (N ocasiones = 4794; promedio de respuestas por participante = 4.79), a excepción del cuestionario sociodemográfico que se completó únicamente en la primera ola. La recogida de datos comenzó un viernes para todos los participantes. En las semanas posteriores, se envió un recordatorio cada viernes y domingo.

Como se mencionó anteriormente, todos los participantes completaron la ECCF-general y ECCF-salud. La ECCF-académico fue respondida únicamente por las personas que declararon estudiar en el momento de completar los formularios ($n = 368$). Del mismo modo, la ECCF-trabajo fue completada sólo por los participantes que declararon estar trabajando ($n = 548$). Aquellos participantes que indicaron estudiar y trabajar completaron todas las versiones de la escala CCF ($n = 251$).

5.3.5. Análisis de datos

En este estudio, participaron un total de 915 personas. Durante el procesamiento de los datos se excluyeron las respuestas de 79 sujetos porque respondieron únicamente una ola. A su vez, se excluyeron las respuestas de otros 99 participantes porque respondieron solo en dos olas.

De la muestra ($N = 737$), se eliminaron las respuestas de aquellos participantes que repetían el mismo valor en las distintas versiones de las escalas CCF, lo cual indicaba respuestas monótonas y de baja calidad (Kim et al., 2019). Por este criterio se excluyó un total de 6.7% de ocasiones en la ECCF-general, 8.2% en la ECCF-salud, 8.7% en la ECCF-trabajo y 8.6% en la ECCF-académico. En esta investigación, no se encontraron datos faltantes debido a que los participantes debían responder a todos los ítems de cada formulario.

Este estudio comienza explorando las propiedades psicométricas de las escalas CCF, con el fin de asegurarnos que los instrumentos son adecuados para su uso. Posteriormente, se realizan los análisis necesarios para cumplir con los objetivos específicos.

En primer lugar, se realizó un análisis factorial confirmatorio multinivel debido a la estructura jerárquica de los datos (Kim et al., 2016). Se evaluó un modelo de dos factores correlacionados (Joireman et al., 2012), en donde se correlacionaron los términos de error de los ítems siete y ocho (correspondientes a los ítems 13 y 14 de los 14 ítems de la ECCF-14), como se sugirió en estudios previos (Joireman et al., 2008, 2012; Vásquez-Echeverría et al., 2018). Los índices de bondad de ajuste comparativos, como el índice de bondad de ajuste comparativo (CFI, por sus siglas en inglés) e índice de Tucker-Lewis (TLI) cercanos o por encima de .95 se

consideran excelentes (Hair et al., 2019; Hu & Bentler, 1999), y los valores cercanos a .90 son aceptables (Marsh et al., 2004). En el error cuadrático medio de aproximación (RMSEA) los valores $\leq .08$ se consideran excelentes (Hair et al., 2019; Hu & Bentler, 1999) y los valores $\leq .05$ aceptables (Marsh et al., 2004). Los valores de la raíz cuadrada media residual estandarizada (SRMR) $\leq .08$ se consideran excelentes (Hair et al., 2019; Hu & Bentler, 1999).

También se estiman los coeficientes ω , tanto a nivel inter- como intraindividual (Geldhof et al., 2014). Los valores $\omega < .70$ se consideran bajos, $\geq .70$ aceptables, entre .80 a .90 buenos y $\geq .90$ excelentes (Cicchetti, 1994; Viladrich et al., 2017).

En segundo lugar, se calcularon los estadísticos descriptivos y coeficientes de correlación de Pearson. Los coeficientes de correlación $< .20$ se consideraron débiles, entre .20 y .39 bajos, entre .40 y .59 moderados, entre .60 y .79 moderadamente altos, y $\geq .80$ altos (Ferguson, 2009; Zhu, 2012). A su vez, se llevó a cabo un análisis de varianza (ANOVA) de una vía con prueba de Tukey para explorar las diferencias en la CCF entre los diferentes momentos evaluados.

En tercer lugar, se estimaron los CCI con el fin de evaluar las fluctuaciones temporales de la CCF. Los valores $< .40$ son considerados pobres; entre .40 a .59 bajos, entre .60 a .74 moderados, y entre .75 a 1 excelentes (Cicchetti, 1994).

Por último, dada la estructura jerárquica de los datos, se probaron modelos multinivel utilizando el método de máxima verosimilitud. Las observaciones individuales corresponden al Nivel 1 (n ocasiones = 4794; promedio de respuestas por participante = 4.79), anidadas dentro de los participantes (Nivel 2, $n = 727$). El proceso de modelización se realizó para cada versión de la escala CCF (ECCF-general, ECCF-salud y ECCF-académico), y para cada subescala (CCF-I y CCF-F). El análisis incluye cinco modelos:

- Modelo nulo: que contiene el intercepto como único predictor (no se incluyeron variables predictoras ni covariables), con el fin de calcular la varianza total de la variable dependiente que es atribuible exclusivamente a las diferencias entre los individuos.

- Modelo incondicional para cada variable dependiente: para conocer la varianza de las variables dependientes atribuibles a las diferencias entre los sujetos.

- Primer modelo: incluye el sexo, la edad y el tiempo como variables de control.

- Segundo modelo: similar al anterior con la incorporación de las escalas CCF de dominios específicos.

- Tercer modelo: se incorpora la ECCF-general como variable control.

En todos los modelos, el sexo, la edad y la ola son incluidas como variables control con el fin de estimar más precisamente los efectos de las principales variables (Bliese et al., 2018; Bolger & Laurenceau, 2013). La edad se centró en la media general, dado que el interés está en conocer las diferencias entre los individuos. Las puntuaciones de la ECCF-general y las escalas adaptadas a dominios específicos se centraron a la media de la persona con el fin de evaluar las diferencias individuales respecto a su propia media y cómo estas afectan las variables dependientes. Este tipo de decisiones metodológicas permite explorar la variabilidad intraindividual y su incidencia en las respuestas de interés.

Los análisis se realizaron con el programa estadístico SPSS versión 25. Los modelos de análisis factorial confirmatorio multinivel y los análisis de consistencia interna se estimaron con MPLUS 8.3, utilizando el método de máxima verosimilitud.

5.3.6. Muestreo y criterios de inclusión

Los participantes fueron seleccionados mediante un muestreo por conveniencia y no probabilístico. Para participar en el estudio era necesario tener 18 o más años (es decir, ser mayor de edad) y firmar el consentimiento informado antes de participar del estudio.

5.4. Resultados

Primero se va a presentar los resultados correspondientes a la evaluación de las propiedades psicométricas, dada su relevancia para los análisis posteriores. Luego, se exponen los análisis realizados con el fin de alcanzar los objetivos específicos de este estudio.

5.4.1. Propiedades psicométricas

En la Tabla 1, se presentan los índices de ajuste del análisis factorial confirmatorio multinivel junto a la confiabilidad de cada subescala.

Tabla 1

Índices de ajuste de los modelos multinivel y fiabilidad de las escalas CCF

Modelo	χ^2	gl	CFI	TLI	RMSEA	SRMR		ω	
						Intra / Inter	MCCI (mín/ máx)	Intra /Inter	CCF-F:
ECCF-general	177.844*	36	.967	.948	.030	.024 / .042	.49 (.42/.55)	.58 / .94	.65 / .94
ECCF-salud	261.541*	36	.950	.922	.038	.026 / .057	.52 (.38/.59)	.61 / .93	.70 / .96
ECCF-académico	106.007*	36	.965	.946	.032	.022 / .058	.55 (.47/.62)	.59 / .94	.64 / .96
ECCF-trabajo	128.902*	36	.967	.949	.029	.023 / .045	.53 (.45/.60)	.62 / .95	.62 / .96

Nota. gl= grado de libertad; Intra / Inter = Intraindividual / Interindividual; MCCI (mín - máx) = Media de coeficiente de correlación intraclase a nivel ítem (valor mínimo / valor máximo); ω = Omega de McDonald; CCF-I= Subescala inmediata de la Consideración de las consecuencias futuras; CCF-F = Subescala futura de la Consideración de las consecuencias futuras; ECCF-general = escala general de consideración de las consecuencias futuras; ECCF-salud = escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la salud; ECCF-académico = escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a lo académico; ECCF-trabajo = escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada al trabajo; * $p < .001$.

Todos los modelos reportaron índices de ajuste adecuados, con TLI aceptables. Los CCI a nivel ítem oscilaron entre .38 (valor mínimo en la ECCF-salud) a .62 (valor máximo en la ECCF-académico). En el Anexo 2 se presentan los CCI a nivel ítem de todas las versiones de la escala CCF.

Los coeficientes ω de la CCF-I a nivel intraindividual oscilan entre .58 a .62 y los de la CCF-F entre .52 a .70. Los coeficientes ω de la CCF-I a nivel interindividual oscilan entre .93 a .95 y los de la CCF-F entre .94 a .96. Los coeficientes ω a nivel interindividual (valores que oscilan entre .93 a .96) son más elevados que a nivel intraindividual (coeficientes que oscilan entre .58 a .70).

En la Tabla 2, se presentan las cargas factoriales agrupadas por cada subescala y nivel evaluado (inter- e intraindividual). Todas las saturaciones son estadísticamente significativas ($p < .001$). Las cargas factoriales intraindividual (oscilan entre .41 a .63) son menores que las interindividual (entre .76 a .97).

Tabla 2

Cargas factoriales de las diferentes versiones de la escala CCF

Subescala inmediata de la CCF			Subescala futura de la CCF		
Ítem	Intraindividual	Interindividual	Ítem	Intraindividual	Interindividual
	β (DT)	β (DT)		β (DT)	β (DT)
<i>Escala CCF general</i>					
2	.52(.03)	.95(.02)	1	.63(.03)	.96(.02)
4	.48(.03)	.86(.03)	3	.47(.03)	.79(.03)
5	.41(.03)	.83(.03)	7	.50(.03)	.92(.02)
6	.61(.03)	.92(.02)	8	.52(.03)	.89(.02)
<i>Escala CCF adaptada a la salud</i>					
2	.45(.03)	.95(.03)	1	.63(.03)	.95(.01)
4	.57(.03)	.83(.03)	3	.49(.03)	.85(.03)
5	.49(.03)	.76(.04)	7	.60(.03)	.95(.02)
6	.60(.03)	.92(.03)	8	.58(.03)	.95(.01)
<i>Escala CCF adaptada a lo académico</i>					
2	.52(.04)	.91(.04)	1	.60(.05)	.97(.02)
4	.56(.05)	.87(.04)	3	.45(.05)	.84(.04)
5	.43(.05)	.81(.05)	7	.56(.05)	.97(.02)
6	.55(.04)	.95(.03)	8	.48(.04)	.93(.03)
<i>Escala CCF adaptada al trabajo</i>					
2	.48(.04)	.96(.02)	1	.58(.05)	.96(.02)
4	.51(.04)	.86(.03)	3	.45(.04)	.81(.03)
5	.55(.04)	.82(.04)	7	.46(.05)	.95(.02)
6	.61(.04)	.95(.02)	8	.48(.05)	.95(.02)

Nota. DT = Desviación típica; Escala CCF = Escala consideración de las consecuencias futuras. Todas las cargas son estadísticamente significativas con $p < .001$

5.4.2. Estadísticos descriptivos y coeficientes de correlación

En la Tabla 3, se presentan los estadísticos descriptivos de las escalas CCF y las variables de interés por cada ola. No se observan diferencias estadísticamente significativas en las subescalas CCF y las variables de interés por ola, con la excepción de la 1ª, 5ª, 6ª, 7ª y 8ª ola en la subescala inmediata de la ECCF-general ($F(7, 4464) = 6.61, p < .001, \eta^2 = .01$). A su vez, se observan diferencias significativas entre la primera ola con el resto (de la 2ª a la 8ª ola) y entre la 2ª y la 7ª ola de la subescala futura de la ECCF-general ($F(7, 4464) = 13.63, p < .001, \eta^2 = .02$). Además, se observan diferencias significativas entre la 1ª y la: 3ª, 4ª, 5ª, 6ª, 7ª y 8ª ola en la subescala futuro de ECCF-salud ($F(7, 4391) = 5.31, p < .001, \eta^2 = .01$).

En el Anexo 3, se presentan los coeficientes de correlación entre la CCF y las variables de interés para cada ola.

Tabla 3

Estadísticos descriptivos de las escalas CCF y variables de interés por ola

Ola	Subescala inmediata de la CCF				Subescala futura de la CCF				Variables dependientes		
	ECCF-general	ECCF-salud	ECCF-académico	ECCF-trabajo	ECCF-general	ECCF-salud	ECCF-académico	ECCF-trabajo	AlimentaciónS	CompromisoA	ImplementaciónI
	M (DT)	M (DT)	M (DT)	M (DT)	M (DT)	M (DT)	M (DT)	M (DT)	M (DT)	M (DT)	M (DT)
1	2.98(1.28)	2.71(1.34)	2.73(1.32)	2.68(1.34)	4.64(1.28)	4.81(1.46)	5.31(1.23)	5.18(1.29)	1.97(0.57)	4.72(1.59)	2.91(1.21)
2	2.83(1.31)	2.65(1.26)	2.61(1.24)	2.61(1.26)	4.94(1.29)	5.05(1.34)	5.45(1.17)	5.28(1.33)	1.99(0.56)	4.81(1.48)	3.08(1.16)
3	2.77(1.28)	2.62(1.22)	2.78(1.33)	2.56(1.28)	5.01(1.28)	5.12(1.28)	5.4(1.20)	5.29(1.29)	1.98(0.54)	4.76(1.47)	2.87(1.24)
4	2.70(1.28)	2.56(1.21)	2.76(1.40)	2.55(1.25)	5.18(1.27)	5.13(1.34)	5.35(1.27)	5.29(1.30)	1.98(0.55)	4.63(1.62)	2.83(1.22)
5	2.62(1.26)	2.57(1.24)	2.72(1.28)	2.56(1.24)	5.20(1.27)	5.21(1.30)	5.27(1.26)	5.25(1.33)	1.98(0.55)	4.65(1.61)	2.77(1.25)
6	2.62(1.25)	2.59(1.21)	2.65(1.31)	2.57(1.25)	5.21(1.29)	5.23(1.32)	5.39(1.21)	5.28(1.36)	1.98(0.54)	4.78(1.56)	2.84(1.23)
7	2.60(1.26)	2.58(1.24)	2.69(1.20)	2.60(1.31)	5.25(1.30)	5.20(1.32)	5.31(1.30)	5.32(1.36)	1.98(0.54)	4.77(1.49)	2.89(1.26)
8	2.55(1.27)	2.49(1.21)	2.49(1.20)	2.46(1.23)	5.22(1.32)	5.20(1.32)	5.32(1.24)	5.31(1.32)	2.00(0.55)	4.76(1.61)	2.76(1.35)

Nota. CCF= Consideración de las Consecuencias Futuras; ECCF-general = escala general de consideración de las consecuencias futuras; ECCF-salud = escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la salud; ECCF-académico = escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada al ámbito académico; ECCF-trabajo = escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada al trabajo; AlimentaciónS = Alimentación saludable; CompromisoA= Compromiso académico; ImplementaciónI = implementación de ideas en el ámbito laboral; M (DT)= Media (Desviación típica).

En la Tabla 4, se reportan los estadísticos descriptivos, CCI y coeficientes de correlación entre las subescalas CCF y las variables dependientes. Los CCI de la CCF oscilan entre .58 (en la subescala inmediata de la ECCF-salud) y .72 (en la subescala futura de la ECCF-salud).

Tabla 4

Estadísticos descriptivos, CCI y correlaciones entre las subescalas del CCF y las variables de interés

	Media (DT)	CCI	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. ECCF-general: Inmediato	2.77(1.07)	.595	-.44	.70	-.37	.68	-.36	.69	-.35	-.11	-.14	-.06
2. ECCF-general: Futuro	5.01(1.11)	.657		-.38	.71	-.31	.67	-.39	.74	.09	.19	.29
3. ECCF-salud: Inmediato	2.68(1.07)	.578			-.49	.57	-.29	.67	-.35	-.19	-.12	-.09
4. ECCF-salud: Futuro	5.05(1.18)	.718				-.24	.54	-.37	.65	.22	.15	.27
5. ECCF-académico: Inmediato	2.75(1.18)	.582					-.49	.64	-.27	-.05	-.25	.08
6. ECCF-académico: Futuro	5.29(1.14)	.672						-.33	.64	.06	.36	.07
7. ECCF-trabajo: Inmediato	2.65(1.12)	.633							-.48	-.12	-.09	-.12
8. ECCF-trabajo: Futuro	5.21(1.18)	.752								.08	.11	.34
9. Alimentación saludable	1.97(0.49)	NA									.09	.10
10. Compromiso académico	4.65(1.38)	NA										.14
11. Implementación de ideas	2.92(1.12)	NA										

Nota. Media (DT)= Media (Desviación Típica); CCI= coeficiente de correlación intraclase; ECCF-general = escala general de consideración de las consecuencias futuras; Inmediato= subescala inmediata; Futuro= subescala Futura; ECCF-salud = escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la salud; ECCF-académico = escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada al ámbito académico; ECCF-trabajo = escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada al trabajo; Implementación de ideas = implementación de ideas en el ámbito laboral; NA= no aplica. Los coeficientes de correlación se calcularon utilizando la media de las correlaciones de las distintas olas.

La subescala inmediata de la ECCF-general presenta asociaciones moderadamente altas con las subescalas inmediatas de las escalas CCF de dominios específicos, coeficientes que oscilan entre .68 a .70. La subescala futura de la ECCF-general también muestra asociaciones moderadamente altas con las subescalas del mismo marco temporal con valores que oscilan entre .67 a .74.

Las asociaciones entre la CCF-I y CCF-F dentro de la misma escala son negativas y moderadas, con valores que oscilan entre -.44 y -.49.

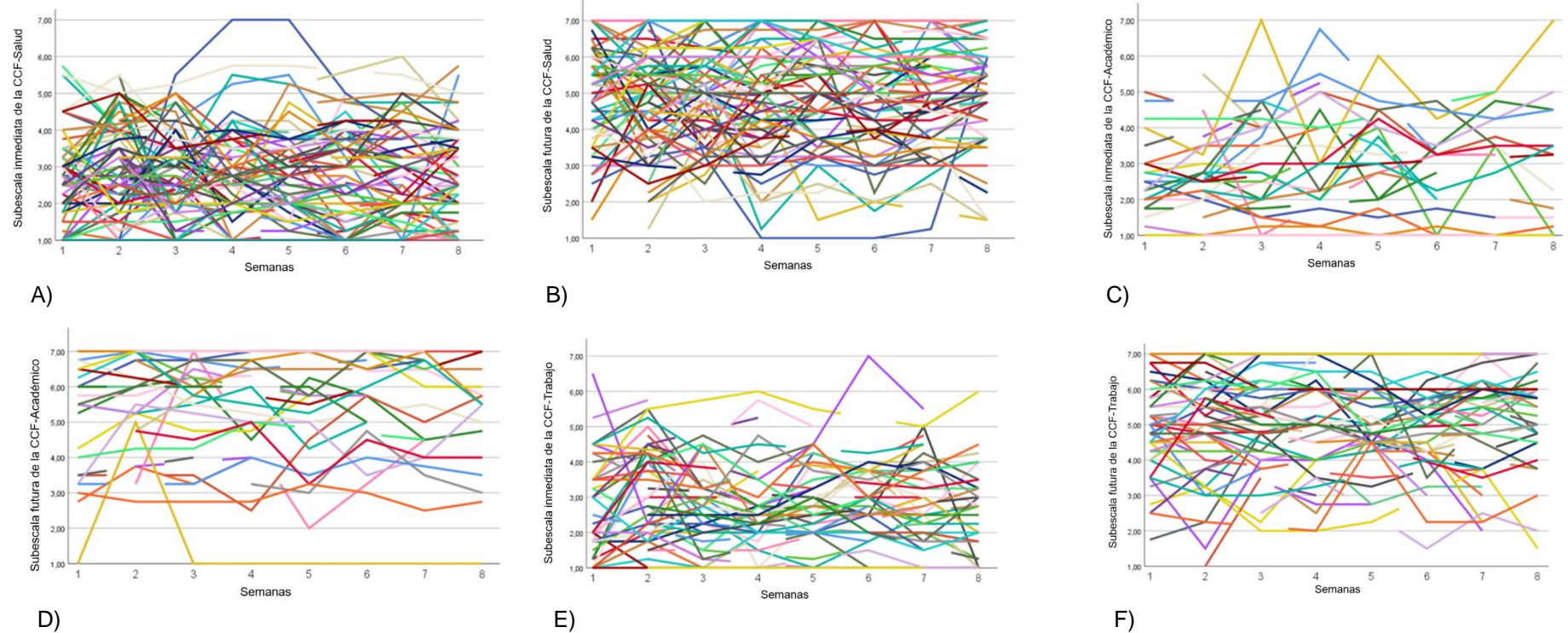
Las variables de interés (alimentación saludable, compromiso académico, e implementación de ideas en el trabajo) presentan asociaciones más fuertes con sus respectivas escalas CCF de dominios específicos, en comparación con la ECCF-general. Por ejemplo, la alimentación saludable tiene una correlación de .09 con la subescala futura de ECCF-general, pero esta asociación aumenta a .22 con la subescala futura de la ECCF-salud.

Las variables de interés se asocian negativamente con la CCF-I y positivamente con la CCF-F. Este patrón es consistente a través de las diferentes versiones de la escala CCF evaluadas.

En la Figura 2, se presentan seis gráficos que representan las puntuaciones de la CCF en las diferentes olas. Cada gráfico corresponde a una subescala de la CCF. En el eje horizontal se presentan las diferentes olas, y en el eje vertical las puntuaciones CCF. En los gráficos solo se representan las puntuaciones de los primeros 100 participantes de la muestra, con el fin de evitar la sobrecarga visual y mantener su claridad (al incluir toda la muestra de este estudio el gráfico era ilegible debido a la abundancia de colores y líneas).

Figura 2

Fluctuaciones temporales de las puntuaciones CCF por cada ola



Nota. Fluctuaciones temporales de las puntuaciones CCF para cada intervalo temporal. A) Evolución de la subescala inmediata de la ECCF-salud. B) Evolución de la subescala futura de la ECCF-salud. C) Evolución de la subescala inmediata de la ECCF-académico. D) Evolución de la subescala futura de la ECCF-académico. E) Evolución de subescala inmediata de la ECCF-trabajo. F) Evolución de subescala futura de la ECCF-trabajo.

5.4.3. Testeo de modelos multinivel

Las asociaciones entre la CCF y las variables dependientes se exploraron mediante modelos de regresión multinivel. Se presenta una tabla para cada variable dependiente.

En la Tabla 5, se presentan los resultados del análisis de regresión multinivel con la alimentación saludable como variable dependiente. El CCI del modelo nulo es de .38 (β (DT) = 2.66 (0.04), $p < .001$; $t = 68.51$) en la subescala inmediata y de .31 (5.06 (0.04), $p < .001$; $t = 117.02$) en la subescala futura. El CCI en el modelo incondicional es de .26 (1.98 (0.02), $p < .001$; $t = 110.22$). La alimentación saludable se asoció negativamente con la subescala inmediata y positivamente con la subescala futura de la ECCF-salud. En el tercer modelo, se mantiene la asociación con la subescala futura, pero no con la subescala inmediata la cual muestra una tendencia hacia la significación ($p = .072$). La ECCF-general presenta asociaciones sin significancia estadística con la alimentación saludable (resultado del tercer modelo).

Tabla 5

Análisis de regresión multinivel con la alimentación saludable

	Modelo 1			Modelo 2			Modelo 3		
	β (DT)	<i>t</i>	<i>p</i>	β (DT)	<i>t</i>	<i>p</i>	β (DT)	<i>t</i>	<i>p</i>
<i>Subescala inmediata de la consideración de las consecuencias futuras</i>									
Sexo (0 = mujer)	.21(.04)***	5.51	<.001	.21(.04)***	5.53	<.001	.21(.04)***	5.50	<.001
Edad	.01(<.01)***	6.82	<.001	.01(<.01)***	6.78	<.001	.01(<.01)***	6.62	<.001
Tiempo	<.01 (<.01)	1.53	.125	<.01 (<.01)**	2.42	.015	.01(<.01)**	2.64	.008
ECCF-salud				-.01(.01)**	-2.49	.013	-.01(.01)	-1.80	.072
ECCF-general							-.01(.01)	-1.25	.210
CCI		.28			.28			.28	
<i>Subescala futura de la consideración de las consecuencias futuras</i>									
Sexo (0 = mujer)				.21(.04)***	5.53	<.001	.21(.04)***	5.50	<.001
Edad				.01(<.01)***	6.79	<.001	.01(<.01)***	6.60	<.001
Tiempo				<.01(<.01)	2.10	.036	.01(<.01)**	2.71	.007
ECCF-salud				.02(.01)***	3.51	<.001	.03(.01)***	4.02	<.001
ECCF-general							-.01(.01)	-1.75	.080
CCI					.28			.28	

Nota. Modelo 1= Modelo de regresión con sexo, edad y tiempo como variables de control; Modelo 2= Modelo similar al Modelo 1 con la incorporación de ECCF-salud; Modelo 3= Modelo de regresión similar al Modelo 2 con la incorporación de ECCF-general; DT= Desviación estándar; ECCF-salud= Consideración de las consecuencias futuras adaptado a la salud; ECCF-general = Consideración de las consecuencias futuras evaluada en su formato general; *** $p < .01$; ** $p < .01$. En el segundo y tercer modelo de las escalas CCF se centraron en la media de las personas, y la edad se centró en la media general.

En la Tabla 6, se presentan los resultados del análisis de regresión multinivel con el compromiso académico como variable dependiente. El CCI del modelo nulo es de .32 en el modelo nulo (2.74 (0.06), $p < .001$; $t = 44.74$) en la subescala inmediata y de .29 en el modelo nulo (5.30 (0.06), $p < .001$; $t = 90.06$) en la subescala futura. El CCI en el modelo incondicional es de .37 (4.67 (.07), $p < .001$; $t = 65.98$). En el segundo modelo, el compromiso académico se asoció negativamente con la subescala inmediata de ECCF-académico y positivamente con la subescala futura de ECCF-académico, asociaciones que se mantienen estadísticamente significativas en el tercer modelo. La ECCF-general no reporta asociaciones estadísticamente significativas con el compromiso académico (Modelo 3).

Tabla 6

Análisis de regresión multinivel con el compromiso académico

	Modelo 1			Modelo 2			Modelo 3		
	β (DT)	<i>t</i>	<i>p</i>	β (DT)	<i>t</i>	<i>p</i>	β (DT)	<i>t</i>	<i>p</i>
<i>Subescala inmediata de la consideración de las consecuencias futuras</i>									
Sexo (0 = mujer)	-.09(.15)	-0.60	.552	-.10(.15)	-0.64	.521	-.10(.15)	-0.64	.523
Edad	.03(.01)***	4.28	<.001	.03(.01)***	3.98	<.001	.03(.01)***	4.21	<.001
Tiempo	-.02(.01)	-1.51	.131	-.01(.01)	-0.86	.392	-.01(.01)	-1.01	.310
ECCF-académico				-.13(.03)***	-3.81	<.001	-.15(.04)***	-4.18	<.001
ECCF-general							.05(.04)	1.38	.167
CCI		.38			.39			.39	
<i>Subescala futura de la consideración de las consecuencias futuras</i>									
Sexo (0 = mujer)				-.10(.15)	-0.64	.520	-.10(.15)	-0.65	.513
Edad				.03(.01)***	3.98	<.001	.03(.01)***	4.18	<.001
Tiempo				<.01(.01)	-0.44	.658	-.01(.01)	-0.77	.442
ECCF-académico				.25(.04)***	6.75	<.001	.24(.04)***	6.17	<.001
ECCF-general							.02(.04)	0.46	.643
CCI					.39			.39	

Nota. Modelo 1= Modelo de regresión con sexo, edad y tiempo como variables de control; Modelo 2= Modelo similar al Modelo 1 con la incorporación de ECCF-académico; Modelo 3= Modelo de regresión similar al Modelo 2 con la incorporación de ECCF-general; DT= Desviación estándar; ECCF-académico= Consideración de las consecuencias futuras adaptado al ámbito académico; ECCF-general = Consideración de las consecuencias futuras evaluada en su formato general; *** $p < .01$. En el segundo y tercero modelo las escalas CCF se centraron en la media de las personas, y la edad se centró en la media general.

En la Tabla 7, se presentan los resultados del análisis de regresión multinivel con implementación de ideas en el ámbito laboral como variable dependiente. En el modelo nulo, el CCI es de .37 en el modelo nulo (2.63 (0.05), $p < .001$; $t = 56.00$) en la subescala inmediata y de .28 en el modelo nulo (5.22 (0.05), $p < .001$; $t = 102.83$) en la subescala futura. El CCI del modelo incondicional es de .34 (2.94 (0.05), $p < .001$; $t = 59.76$). En el segundo modelo, la implementación de ideas en el ámbito laboral se asoció positivamente con la subescala futura de ECCF-trabajo, incluso después de controlar por la subescala futura de la ECCF-general (tercer modelo). No se observaron asociaciones estadísticamente significativas entre la subescala inmediata de ECCF-trabajo con la variable dependiente, ni en la subescalas de la ECCF-general (Modelo 3).

Tabla 7

Análisis de regresión multinivel con implementación de ideas en el ámbito laboral

	Modelo 1			Modelo 2			Modelo 3		
	β (DT)	<i>t</i>	<i>p</i>	β (DT)	<i>t</i>	<i>p</i>	β (DT)	<i>t</i>	<i>p</i>
<i>Subescala inmediata de la consideración de las consecuencias futuras</i>									
Sexo (0 = mujer)	-.12(.11)	-1.12	.263	-.14(.11)	-1.25	.213	-.12(.11)	-1.11	.269
Edad	.01(<.01)**	3.27	.001	.01(<.01)**	2.97	.003	.01(<.01)**	2.75	.006
Tiempo	-.03(.01)*	-3.63	<.001	-.02(.01)*	-2.48	.013	-.02(.01)*	-2.32	.021
ECCF-trabajo				.01(.02)	-0.15	.880	-.02(.03)	-0.73	.466
ECCF-general							.03(.03)	1.03	.304
CCI		.35			.34			.34	
<i>Subescala futura de la consideración de las consecuencias futuras</i>									
Sexo (0 = mujer)				-.14(.11)	-1.24	.214	-.12(.11)	-1.11	.269
Edad				.01(<.01)**	2.98	.003	.01(<.01)**	2.78	.006
Tiempo				-.02(.01)*	-2.31	.021	-.02(.01)*	-2.37	.018
ECCF-trabajo				.09(.02)***	3.81	<.001	.09(.03)**	3.16	.002
ECCF-general							.01(.03)	0.45	.655
CCI					.34			.34	

Nota. Modelo 1= Modelo de regresión con sexo, edad y tiempo como variables de control; Modelo 2= Modelo similar al Modelo 1 con la incorporación de ECCF-trabajo; Modelo 3= Modelo de regresión similar al Modelo 2 con la incorporación de ECCF-general; DT= Desviación estándar; ECCF-trabajo= Consideración de las consecuencias futuras adaptado al trabajo; ECCF-general = Consideración de las consecuencias futuras evaluada en su formato general; ****p* < .01; ***p* < .01; **p* < .05. En el segundo y tercer modelo las escalas CCF se centraron en la media de las personas, y la edad se centró en la media general.

5.5. Discusión

Este estudio tuvo como objetivo explorar las fluctuaciones temporales de la CCF y sus asociaciones con los cambios en la alimentación saludable, compromiso académico e implementación de ideas en el ámbito laboral. Para lograr los objetivos, se calcularon los CCI de las puntuaciones CCF y se llevaron a cabo modelos de regresión multinivel. Como objetivo secundario, se evaluaron las propiedades psicométricas de las escalas CCF para ello se realizó un análisis factorial confirmatorio y se estimó la consistencia interna de sus subescalas.

Sobre el primer objetivo, los resultados sugieren que las puntuaciones de la CCF fluctúan en intervalos semanales. Las puntuaciones de la CCF parecen agruparse dentro de los sujetos, pero a la misma vez, varían a lo largo del tiempo. La subescala futura de la CCF en las diferentes

versiones del instrumento reporta mayor estabilidad temporal que la subescala inmediata. Este resultado sugiere que la subescala futura presenta un nivel más elevado de concordancia en el tiempo que la subescala inmediata.

Los resultados amplían los hallazgos reportados por Vásquez-Echeverría et al. (2018) en al menos dos maneras. En primer lugar, se evalúa las fluctuaciones temporales de la CCF en un intervalo semanal. En segundo lugar, se exploran las fluctuaciones de la CCF mediante su escala general y sus versiones adaptadas a dominios específicos.

En este trabajo, no se explora la causalidad de las fluctuaciones en la CCF, pero se proponen dos hipótesis para explicar las fluctuaciones observadas. Por un lado, los resultados obtenidos podrían estar relacionados con los procesos dinámicos y las interacciones entre los rasgos y estados de la personalidad (Sosnowska et al., 2019, 2020). Por otro lado, las fluctuaciones podrían estar relacionadas a las características individuales y a los factores situacionales que inciden en las expresiones de los diferentes niveles de la CCF (Gallagher & Lopez, 2019; Horstmann & Ziegler, 2020; Rauthmann, 2020; Stolarski et al., 2018). Por ejemplo, un estudiante universitario podría centrarse en los resultados distantes de sus acciones en el período de evaluación universitario, y volver a su nivel basal de la CCF luego de haber realizado todas las evaluaciones. Los niveles de la CCF podrían representarse como una distribución de estados que oscilan alrededor de una media individual en función de factores personales y situacionales, como fue propuesto desde la teoría de rasgo (Fleeson & Jayawickreme, 2015).

Los análisis de regresión multinivel sugieren que las variaciones en los niveles de la CCF adaptada a la salud, educación y trabajo se asocian a cambios en sus correspondientes variables de interés. El patrón de asociación entre las subescalas de la CCF y las variables de interés concuerda con lo esperado teóricamente. De forma general, se observa que las conductas saludables, compromiso académico e implementación de ideas en el ámbito laboral se asocia negativamente con la subescala inmediata y positivamente con la subescala futura de la CCF (Alvarez-Nuñez, 2018; Gick, 2014; Murphy et al., 2020).

En la ECCF-salud, un aumento en la subescala futura se asocia a puntuaciones más elevadas en la alimentación saludable, mientras que un aumento en la subescala inmediata se asocia a menor alimentación saludable. La varianza semanal de la subescala futura de la ECCF-

salud en relación con la alimentación saludable deja de ser estadísticamente significativa al incorporar la ECCF-general en el modelo. La pérdida de significación estadística podría deberse a la fuerte correlación entre la subescala inmediata de la ECCF-salud con la subescala inmediata de la ECCF-general ($r = .70$). Esta fuerte asociación podría dificultar visualizar la evaluación individual de cada predictor en el modelo (Lavery et al., 2019).

Para la ECCF-académico, se observa un patrón similar al descrito anteriormente con la ECCF-salud. En las semanas que los participantes reportan puntuaciones más altas en la subescala inmediata, también informan puntuaciones más bajas en el compromiso académico. En cambio, un aumento en la puntuación media en la subescala futura se asocia con un aumento en el compromiso académico.

En el ámbito laboral, se observa que un aumento en la puntuación media de la subescala futura de ECCF-trabajo se asocia con puntuaciones más altas en implementación de ideas en el ámbito laboral. La subescala futura de la ECCF-trabajo se relaciona con la implementación de ideas en el ámbito laboral, pero no con la subescala inmediata de la ECCF-general, ni ECCF-trabajo. Es crucial tener en cuenta que la implementación de ideas en el ámbito laboral requiere de una planificación y valoración de los resultados a largo plazo (Baer, 2012; Park et al., 2021; Wojtkowska et al., 2021; Zheng et al., 2022). Por lo tanto, se puede hipotetizar que la orientación hacia el futuro favorece la gestión de proyectos y la implementación de objetivos laborales a largo plazo, esto explicaría la asociación observada con la CCF-F, pero no con la CCF-I. El resultado obtenido, destaca la importancia de la orientación temporal individual en el ámbito laboral.

Los resultados indican que las escalas CCF empleadas son confiables y válidas para su uso. A su vez, se presenta evidencia a favor de la estructura factorial de dos factores correlacionados (Joireman et al., 2012) estructura que previamente fue respaldada en la ECCF-general en francés, italiano y español (Acuña et al., 2020; Camus et al., 2014; Nigro et al., 2016; Vásquez-Echeverría et al., 2018) y algunas de las versiones de la escala adaptada a dominios específicos (Murphy et al., 2020; Pozolotina & Olsen, 2021; van Beek et al., 2013).

La consistencia interna es mayor a nivel interindividual que intraindividual un resultado consistente con estudios previos (Geldhof et al., 2014). La reducción en la cantidad de ítems podría afectar la estabilidad de las mediciones (Nezlek, 2017). Otra posible explicación podría

ser la perspectiva multinivel. La complejidad en este análisis podría disminuir la consistencia interna, obteniendo valores menores en comparación con los estudios tradicionales (Nezlek, 2017).

Como era esperado, se observan correlaciones negativas y moderadas entre las subescalas inmediatas y futuras de la CCF dentro de una misma versión de la escala, al igual que en estudios anteriores (Murphy et al., 2020; Pozolotina & Olsen, 2021; van Beek et al., 2013). A su vez, se reportan correlaciones positivas y moderadamente grandes entre las subescalas del mismo marco temporal entre las diferentes versiones de la escala CCF, resultado similar a los reportados en estudios previos (Murphy et al., 2020; van Beek et al., 2013).

Las variables dependientes presentan asociaciones más fuertes con las escalas CCF de dominios específicos, en comparación con la ECCF-general. Los resultados obtenidos sugieren que las escalas CCF adaptadas a dominios específicos logran captar con una mayor precisión el constructo (Dassen et al., 2015; Murphy et al., 2020; Pozolotina & Olsen, 2021; van Beek et al., 2013).

En resumen, los resultados sugieren que las puntuaciones de la CCF fluctúan semanalmente. La medición y conceptualización de la CCF como un constructo que fluctúa semanalmente contribuyen a una mejor comprensión de su papel en los hábitos saludables, el compromiso académico y las variables referidas al entorno laboral. Además, en este estudio se proporciona evidencia de las adecuadas propiedades psicométricas de la ECCF-general y sus versiones adaptadas a dominios específicos.

5.5.1. Implicaciones Teóricas

Los resultados de este trabajo sugieren que la CCF, evaluada en su formato general y mediante las escalas de dominios específicos, fluctúa a nivel semanal. Este hallazgo amplía la comprensión de la CCF como un proceso cognitivo flexible, el cual podría abordarse desde un enfoque persona por situación para comprender mejor las interacciones dinámicas subyacentes (Gallagher & Lopez, 2019; Rauthmann, 2020).

Los estudios transversales podrían no ser suficientes para explorar y comprender plenamente la toma de decisiones (Zhao et al., 2024). Los futuros estudios podrían abordar esta

limitación utilizando diseños de medidas repetidas y aplicando las escalas CCF en dominios específicos.

Este estudio presenta evidencia empírica del correcto funcionamiento de la escala CCF en su formato general y en las versiones adaptadas a la salud, el ámbito educativo y laboral. Las escalas adaptadas a dominios específicos serán claves para mejorar la capacidad predictiva de los modelos teóricos sobre la toma de decisiones temporales (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Dassen et al., 2015; Murphy et al., 2020; Murphy & Dockray, 2018; Murphy & Murphy, 2018; Pozolotina & Olsen, 2021).

5.5.2. Implicaciones Prácticas

Evaluar la CCF en intervalos semanales podría ser particularmente relevante en entornos caracterizados por el dinamismo y cambio constante. Por ejemplo, en el ámbito laboral, sería útil promover los niveles de la CCF-F cuando se requiera que los empleados dediquen mayor esfuerzo para completar tareas a largo plazo. En contraste, fomentar la CCF-I sería adecuado ante problemas inesperados que demanden soluciones rápidas y a corto plazo (Kempenaar, 2019; Madrid et al., 2014; Park et al., 2021).

Las investigaciones que exploren las asociaciones entre la CCF y la toma de decisiones se beneficiarán de la evaluación de la CCF mediante las escalas adaptadas a dominios específicos (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Murphy et al., 2020; Murphy & Murphy, 2018; Pozolotina & Olsen, 2021). Al implementar las escalas CCF de dominios específicos se podrá captar con mayor precisión las asociaciones y dinamismo de la CCF con la toma de decisiones.

5.5.3. Limitaciones y futuras direcciones

El trabajo actual proporciona evidencia de las fluctuaciones temporales de la CCF y de sus asociaciones con las conductas saludables, variables referidas al ámbito académico y laboral. A su vez, se confirma el correcto funcionamiento de las escalas empleadas. Sin embargo, este estudio tiene ciertas limitaciones.

En primer lugar, se utilizó una muestra por conveniencia, esto puede generar errores sistemáticos, sesgos de muestreo e imposibilidad de generalizar los resultados a toda la población (Golzar et al., 2022). Futuras investigaciones podrían ampliar la muestra (Andrade, 2020) o realizar un análisis similar en una muestra representativa para aumentar la precisión y generalización de los hallazgos (Watt & van der Berg, 2002).

Los cuestionarios fueron completados mediante autoinforme esto podría conllevar sesgos de deseabilidad social y problema de interpretación de los ítems (Demetriou et al., 2015). Las investigaciones futuras se beneficiarán de la recolección de datos mediante otros formatos, como podrían ser las historias clínicas, escolaridad de los estudiantes o evaluaciones del rendimiento laboral.

En este estudio, no se evaluaron las variables que inciden en las fluctuaciones temporales de la CCF. Los futuros estudios podrían beneficiarse de diseños micro longitudinales (Beckmann et al., 2020), que permitirían explorar las fluctuaciones de la CCF y su impacto en variables de interés. Además, sería relevante investigar si los factores situacionales contribuyen a los cambios en la CCF (Gallagher & Lopez, 2019; Horstmann & Ziegler, 2020; Rauthmann, 2020; Stolarski et al., 2018). En el ámbito educativo y laboral, sería interesante evaluar el estrés ante la fecha límite de la entrega de un trabajo, conflictos que pueden surgir con los compañeros, entre otros. En el ámbito de las conductas saludables se podría considerar el día de la semana, fatiga por realizar actividad física, hábitos alimenticios diarios, estado de ánimo, estrés, entre otros.

5.5.4. Conclusiones

Este trabajo es uno de los primeros en evaluar la dinámica temporal de las escalas CCF en su formato general y adaptado a dominios específicos, en un intervalo semanal. Los resultados sugieren que los niveles de la CCF varían a lo largo del tiempo.

Los hallazgos de este estudio tienen importantes implicaciones para las políticas públicas, especialmente aquellas que dependen de la orientación futura de las personas, como la promoción de conductas académicas, conductas preventivas, estilo de vida saludable y el desarrollo de prácticas laborales eficientes.

Además, este estudio respalda la validez de las escalas CCF en su versión general y adaptada, aplicadas de forma semanal y en su formato abreviado.

Capítulo 6

*Análisis de congruencia en los niveles de la CCF
entre los dominios específicos: Un enfoque centrado
en la persona*

6.1. Introducción

La CCF originalmente fue propuesta como una diferencia individual estable a lo largo del tiempo y de dominio general (Strathman et al., 1994). Esto significa que las personas consideran y son influenciadas por los resultados inmediatos y distantes de sus acciones de manera uniforme en las diferentes esferas de su vida. Sin embargo, estudios recientes sugieren que los niveles de la CCF varían en función del dominio específico evaluado (Murphy & Dockray, 2018; van Beek et al., 2013). Por ejemplo, algunas personas podrían trabajar duro en el presente para conseguir un ascenso dentro de tres o cuatro años y al mismo tiempo descuidar su salud futura al no hacer ejercicio, ni cuidar su alimentación.

En este contexto, surge la necesidad de realizar un estudio con un enfoque centrado en la persona, con el cual se podría tener una visión dinámica e integral de cómo los individuos equilibran sus decisiones en distintos ámbitos de su vida (Asendorpf, 2015; Gallagher & Lopez, 2019; Meyer & Morin, 2016; Rauthmann, 2020). Desde este enfoque, se podrán conocer las variaciones intraindividuales, es decir, los cambios en las puntuaciones de la CCF en una misma persona entre diferentes dominios específicos. Además, se podrá analizar las variaciones interindividuales, es decir, las diferencias entre los clústeres identificados en el análisis de perfiles latentes.

En la revisión bibliográfica, no se encontraron estudios que aborden la CCF desde el enfoque centrado en la persona. Si bien se encontró una investigación que aplica un análisis jerárquico de conglomerados de Ward utilizando la Escala CCF para ámbitos específicos (McKay, Perry & Cole, 2022), esta no se considera un antecedente válido debido a dos limitaciones importantes. Primero, el instrumento empleado no corresponde al propuesto originalmente por Strathman et al. (1994), como lo han señalado investigaciones previas (Murphy et al., 2020; Murphy & Murphy, 2018). Segundo, el análisis de conglomerados de Ward carece de un método preciso para determinar el número óptimo de conglomerados (Schreiber & Pekarik, 2014). Para abordar estos vacíos en la literatura, este manuscrito emplea diversas versiones de la escala CCF adaptadas a dominios específicos, aplicando un enfoque centrado en la persona. El enfoque permitirá identificar subgrupos con características similares en los distintos dominios

de la CCF y analizar su relación con variables relacionadas al bienestar (Laursen & Hoff, 2006; Muthén & Muthén, 2000).

En esta tesis, se decidió trabajar con dos esferas vitales claves: la salud y el trabajo, dado que ambas están interrelacionadas (Burgard & Lin, 2013) y son fundamentales para el bienestar (Kushlev et al., 2020; Weziak-Bialowolska et al., 2020). Además, las áreas seleccionadas pueden reportar conflictos entre sí (Qian et al., 2019). Por ejemplo, los empleados se enfrentan a factores y objetivos laborales que repercuten negativamente en su salud, como el estrés, la inseguridad laboral o los turnos de trabajo prolongados. A su vez, una mala salud repercute negativamente en la productividad y en la calidad del trabajo realizado.

En suma, en este estudio se exploran las relaciones de la CCF mediante un enfoque centrado en la persona, con especial atención en dos áreas fundamentales para el bienestar humano: la salud y el trabajo.

6.2. Este estudio: Objetivos e hipótesis

En este apartado, se presentan los objetivos e hipótesis del segundo estudio de esta tesis doctoral.

Primer objetivo: explorar las diferencias inter- e intraindividuales de los niveles de la CCF en diferentes dominios específicos (*ECCF-salud, ECCF-ejercicio, ECCF-alimentación y ECCF-trabajo*).

En el análisis de perfiles latentes se prevé identificar un *perfil moderado*, el cual va a estar caracterizado por puntuaciones cercanas a la media en las subescalas inmediatas y futuras de todas las versiones de las escalas CCF (Cole et al., 2016; Konowalczyk et al., 2019). También se espera identificar clústeres congruentes e incongruentes entre los dominios evaluados.

Los perfiles congruentes se caracterizarán por puntuaciones similares en el mismo marco temporal (es decir la CCF-I o CCF-F) pero en diferentes dominios específicos (Cole et al., 2016; Konowalczyk et al., 2019; McKay et al., 2014; Vásquez-Echeverría et al., 2020). Se espera

identificar un *Perfil orientado a las consecuencias inmediatas*, con puntuaciones por encima de la media en todas las subescalas inmediatas de las diferentes escalas CCF adaptadas a dominios específicos. A su vez, se espera identificar un *Perfil orientado a las consecuencias futuras*, el cual presentará puntuaciones por encima de la media en todas las subescalas futuras de las diferentes versiones de la escala CCF.

Los perfiles incongruentes presentarán puntuaciones por encima de la media en la subescala inmediata de la CCF en un dominio en particular (por ejemplo, el ámbito laboral), y a la misma vez, puntuaciones elevadas en la subescala futura en otro dominio específico (por ejemplo, la salud). Se prevé identificar un perfil orientado a los resultados inmediatos de la CCF referidos a la salud y, simultáneamente, una orientación hacia los resultados distantes de la CCF en el ámbito laboral. Además, se espera identificar un perfil orientado hacia los resultados inmediatos de la CCF en el ámbito laboral, y a las consecuencias distantes en el ámbito de la salud. Las hipótesis mencionadas previamente se basan en la idea que las personas pueden presentar una orientación temporal futura en el ámbito laboral, dirigiendo sus actitudes y acciones hacia los objetivos lejanos en este ámbito, y a la misma vez descuidar sus conductas saludables (Qian et al., 2019).

Segundo objetivo: Explorar las asociaciones entre los perfiles latentes de la CCF con variables referidas a las conductas saludables y al ámbito laboral.

Los perfiles latentes con una elevada puntuación en la subescala inmediata de la CCF reportarán asociaciones negativas y moderadas con el consumo de alimentos saludables y la realización de actividad física. En contraposición, los perfiles con una elevada puntuación en la subescala futura de la CCF presentarán una asociación positiva y moderada con las variables referidas al cuidado de la salud. Esta hipótesis se propone dado que los comportamientos saludables requieren sacrificios prolongados en el tiempo para obtener una recompensa (Andre et al., 2018).

En el contexto laboral, se espera que los perfiles con elevada orientación hacia los resultados inmediatos de la CCF presenten una asociación negativa y moderada con la

innovación en el ámbito laboral y el job crafting. Los perfiles con una elevada orientación hacia los resultados distantes de la CCF presentarán un patrón de asociación contraria. Las hipótesis mencionadas se proponen dado que la innovación y el job crafting requieren, tras la generación de ideas, una fase de difusión e implementación a largo plazo, mecanismos que exigen altos niveles de la CCF de las acciones (Kooij et al., 2017; Park et al., 2021).

Objetivo secundario: Explorar las propiedades psicométricas de las escalas CCF en su formato general y versiones adaptadas a dominios específicos.

En los resultados se obtendrá evidencia a favor del modelo de dos factores correlacionados, en concordancia con estudios previos (Alvarez-Nuñez, 2018; Chng et al., 2022; Joireman et al., 2012; Loose et al., 2023; Vilar et al., 2022). A su vez, se espera que las escalas CCF adaptadas a dominios específicos reporten asociaciones más fuertes con las variables de interés asociadas, en comparación con la ECCF-general (Dassen et al., 2015; Murphy et al., 2020; Murphy & Murphy, 2018; Pozolotina & Olsen, 2020).

Para cumplir con los objetivos se realizarán dos estudios. En el primer estudio, se evaluarán las diferencias inter- e intraindividuales de las puntuaciones de la CCF en el ámbito de la salud. En el segundo estudio, se replicarán y ampliarán las conclusiones obtenidas en el primer estudio, incluyendo variables del ámbito laboral.

En ambos estudios, se calculan los estadísticos descriptivos y coeficientes de correlación con el fin de caracterizar los datos recabados. Para cumplir con el primer objetivo de este estudio, se realizará un análisis de perfiles latentes. Las relaciones entre los perfiles latentes y las variables referidas a las conductas saludables y al ámbito laboral se testeará mediante pruebas *t* y modelos ANOVA. Las propiedades psicométricas de las escalas CCF serán evaluadas mediante un análisis factorial confirmatorio y la estimación del omega de McDonald.

A continuación, se presentará la sección de métodos y resultados del primer estudio, luego se exhibirán las mismas secciones para el segundo estudio. Al final de este capítulo se presentará una discusión general de los resultados.

Capítulo 6: Segundo estudio de la tesis doctoral. Parte I.

Análisis de perfiles latentes de la CCF en el ámbito de la salud

6.3. Método del segundo estudio

6.3.1. Tipo y diseño de investigación

Este estudio adopta un enfoque descriptivo, no experimental. Los datos fueron recopilados mediante un diseño transversal, es decir, las variables independientes y dependientes se midieron en un mismo momento (Cvetković Vega et al., 2021).

6.3.2. Participantes

En el primer estudio, participaron 371 uruguayos. Del total de la muestra, el 58.2% son mujeres y el 40.2% son hombres. El 1.6% no brindó información sobre su sexo. El rango de edad oscila entre 18 a 72 años de edad ($Media_{edad} = 32.99$, $DT_{edad} = 12.87$).

En cuanto al nivel educativo, 19.5% no completó el liceo, 27.7% completó el liceo, 5.2% son estudiantes de nivel terciario no universitario, 27.2% son estudiantes universitarios, 16.5% tienen títulos de licenciatura universitaria, 1.4% tienen una maestría finalizada y el 2.5% completó un estudio de doctorado.

6.3.3. Instrumentos

Cuestionario sociodemográfico. Se preguntó por el sexo, la edad y el máximo nivel educativo alcanzado.

Escala de consideración de las consecuencias futuras en su versión general y adaptada a la salud y actividad física. Se aplicó la ECCF-general, ECCF-salud y ECCF-ejercicio en español de Alvarez-Nuñez y Vásquez-Echeverría (2023). Cada escala está compuesta por 10 ítems, evaluados mediante una escala Likert de siete puntos (1 = muy poco característico de mí esta semana; 7 = muy característico de mí esta semana). La subescala inmediata está compuesta por los ítems 2, 3, 6, 7 y 8; y la subescala futura por los ítems 1, 4, 5, 9 y 10.

En este trabajo se seleccionó la escala abreviada de la CCF con el fin de reducir la falta de atención, el aburrimiento, la deserción de los participantes al responder cuestionarios muy similares entre sí, y para aumentar la calidad de datos obtenidos (Rammstedt & Beierlein, 2014; Vilar et al., 2022). Es importante recordar que las escalas CCF abreviadas reportan propiedades psicométricas similares a la escala CCF de 14 ítems (Chng et al., 2022; Vilar et al., 2022).

Consumo de bebidas alcohólicas. Se evaluó la frecuencia del consumo de bebidas alcohólicas, frecuencia de beber sin poder parar y los episodios de olvido de sucesos de la noche anterior a causa del consumo de bebidas alcohólicas. Los ítems se respondieron en una escala Likert con cinco valoraciones posibles (1= Nunca; 2= Una vez al mes; 3= Dos a cuatro veces al mes; 4= Dos a tres veces a la semana; 5= Cuatro o más veces por semana). Las preguntas fueron redactadas en función de lo propuesto por la Organización Mundial de la Salud (World Health Organization, 2001).

Cuestionario sobre actividad física. Se preguntó por la actividad física realizada la semana pasada y la planificada para la próxima semana. Los ítems tienen una opción de respuestas que oscilan entre cero a siete días. El instrumento empleado es una adaptación de la escala de Prochaska et al. (2001).

En el Anexo 4, se presentan los formularios empleados, se incluye el cuestionario sociodemográfico (Anexo 4.1), la ECCF-General (Anexo 4.2), ECCF-salud (Anexo 4.3), ECCF-ejercicio (Anexo 4.4), cuestionario de consumo de bebidas alcohólicas (Anexo 4.7) y cuestionario sobre actividad física (Anexo 4.8).

6.3.4. Procedimiento

La investigación fue aprobada por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Psicología de la UdelaR. Para participar del estudio, se solicitaba la lectura de una hoja de información que contenía los objetivos y el procedimiento del estudio. A todos los participantes se les solicitó que brindaran su consentimiento informado.

Las participaciones fueron voluntarias y anónimas. Las respuestas de los participantes fueron codificadas mediante un código aleatorio para garantizar su anonimato.

Los cuestionarios fueron completados en formato papel y lápiz ($n = 354$), y de forma online ($n = 17$) mediante la plataforma web Cognito Forms (enlace de la plataforma: <https://www.cognitofrms.com>).

La recolección de datos en formato papel se realizó de forma colectiva en el horario de clase de diferentes asignaturas de la licenciatura en Psicología en la UdelaR. El reclutamiento de los participantes de la modalidad online se realizó mediante una invitación desde el Entorno Virtual de Aprendizaje de la institución educativa y por la red de contacto de potenciales participantes de la UdelaR. Además, se realizó una invitación por las redes de contacto de la estudiante de doctorado que lleva a cabo esta investigación.

6.3.5. Análisis de datos

Las escalas CCF empleadas están conformadas por diez ítems, por lo tanto, la falta de respuesta en tres ítems implica más del 20% de valores perdidos, una proporción que consideramos podría introducir sesgos en los resultados (Enders, 2022; Hughes et al., 2019; Jakobsen et al., 2017). Es por esto que se excluyeron los registros con tres o más valores perdidos por cada escala CCF. A su vez, se eliminaron las respuestas de los participantes que respondieron el mismo valor de respuesta en más de ocho ítems en cada escala CCF. Siguiendo estos dos criterios, se descartó el 2.70% de las respuestas en la ECCF-general, el 3.41% en la ECCF-salud y el 4.01% en la ECCF-ejercicio.

El estudio comienza con la evaluación de las propiedades psicométricas de las escalas CCF aplicadas, dada su importancia para los posteriores análisis. Para ello, se realiza un análisis factorial confirmatorio, en los cuales se testea el modelo unidimensional (Strathman et al., 1994) y el de dos factores correlacionados (Joireman et al., 2012) dada la amplia literatura con ambos modelos. En ambos modelos se correlacionan los términos de error entre los ítems 9 y 10 como es propuesto por Joireman et al. (2008; 2012) y Vásquez-Echeverría et al. (2018), que corresponden a los ítems 13 y 14 según el orden de la ECCF-14 (Vásquez-Echeverría et al., 2018). Los resultados del análisis factorial confirmatorio son evaluados con los mismos criterios del estudio 1: los valores CFI y TLI cercanos o $> .95$, RMSEA $\leq .08$ y SRMR $\leq .08$ son considerados excelentes (Hair et al., 2019; Hu & Bentler, 1999) y los valores de CFI $> .90$, TLI $>$

.90 aceptables (Marsh et al., 2004). La consistencia interna es evaluada mediante el omega de McDonald. Los coeficientes $\omega < .70$ se consideran bajos, $\geq .70$ aceptables, entre .80 a .90 buenas y $\geq .90$ excelentes (Cicchetti, 1994; Viladrich et al., 2017).

Se estimaron los estadísticos descriptivos y coeficientes de correlaciones entre la CCF con las variables de interés, con el fin de conocer las características de los datos. Los coeficientes de correlación serán evaluados con los mismos criterios que en el primer estudio: valores de $r < .20$ se consideran débiles, entre .20 y .39 bajos, entre .40 y .59 moderados, entre .60 y .79 moderadamente altos, y $\geq .80$ altos (Ferguson, 2009; Zhu, 2012).

Las agrupaciones de la CCF se identificaron mediante un análisis de perfiles latentes, en el cual se testearon modelos de entre dos a seis perfiles. La solución óptima es identificada por valores bajos en el criterio de información de Akaike (AIC, por sus siglas en inglés), criterio de información bayesiana (BIC), Criterio de información bayesiano ajustado al tamaño de la muestra (aBIC) (Spurk et al., 2020) y una entropía $\geq .80$ (Spurk et al., 2020). En este estudio, también se considera la relevancia estadística de los modelos mediante el $p < .05$ en el índice de Vuong-Lo-Mendel-Rubin (VLMR), la prueba de Similitud de Lo-Mendell-Rubin (LMR) y la prueba de razón de verosimilitud bootstrap (BLRT) (Spurk et al., 2020). En el análisis de perfiles latentes, se evita y excluye los clústeres con un tamaño menor a 3%, para asegurar la representatividad de cada perfil identificado (Spurk et al., 2020). A su vez, se considera la parsimonia del modelo, su interpretabilidad, utilidad práctica de los perfiles y equilibrio entre los índices mencionados previamente (Jung & Wickrama, 2008; Muthén & Muthén, 2017). Los perfiles se denominarán en función de sus características (Spurk et al., 2020).

Para examinar el patrón de asociación entre los perfiles latentes con las conductas saludables y variables del ámbito laboral se llevaron a cabo pruebas t de Student y ANOVA con pruebas post hoc de Tukey. En el ANOVA, los tamaños del efecto se presentan en términos de eta cuadrado (η^2). Además, se reportan el tamaño de efecto utilizando el d de Cohen: los valores .20 se consideran pequeños, .50 medianos y .80 grandes (Cohen, 1988).

Los estadísticos descriptivos, estimación de coeficientes de correlaciones, pruebas t y ANOVA se realizan con el programa estadístico SPSS versión 25, con imputación de

maximización de expectativas. El análisis factorial confirmatorio, estimación de los omega de McDonald y análisis de perfiles latentes se realiza con programa MPLUS 8.3 utilizando el enfoque de máxima verosimilitud, con información completa para trabajar con los valores perdidos.

6.3.6. Muestreo y criterios de inclusión

Los datos se recabaron mediante un muestreo por conveniencia y no probabilístico. Para participar en el estudio era necesario tener 18 o más años de edad y firmar el consentimiento informado antes de participar en la investigación.

6.4. Resultados del primer estudio

Este apartado comienza presentando la evaluación de las propiedades psicométricas de las escalas CCF empleadas, dada su importancia en los análisis posteriores. Luego, se reportan los resultados de los análisis realizados para cumplir con los objetivos de este estudio.

6.4.1. Propiedades psicométricas

En la Tabla 8, se presentan los índices de ajuste y coeficientes de consistencia de los modelos testeados.

Tabla 8*Índices de ajuste y consistencia interna de los modelos testeados*

Modelo	χ^2	gl	CFI	TLI	RMSEA (IC 90%)	SRMR	ω	
							CCF-I / CCF-F	CCF-T
<i>Modelo unidimensional</i>								
ECCF-general	140.668*	34	.779	.708	.094 (.078 - .111)	.084	NC	.80
ECCF-salud	150.342*	34	.841	.790	.099 (.083 - .115)	.080	NC	.89
ECCF-ejercicio	169.164*	34	.757	.678	.107 (.091 - .123)	.099	NC	.81
<i>Modelo de dos factores correlacionados</i>								
ECCF-general	46.811*	33	.971	.961	.034 (.001 - .056)	.039	.63 / .62	NC
ECCF-salud	72.197*	33	.946	.927	.058 (.040 - .076)	.046	.72 / .78	NC
ECCF-ejercicio	81.863*	33	.912	.880	.065 (.048 - .083)	.055	.66 / .75	NC

Nota. gl = grados de libertad; CCF-I = subescala inmediata de la consideración de las consecuencias futuras; CCF-F= subescala futura de la consideración de las consecuencias futuras; CCF-T= puntuación total; ECCF-general = Escala de consideración de las consecuencias futuras evaluada de forma general; ECCF-salud= Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la salud; ECCF-ejercicio= Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la actividad física; NC= No Corresponde; * $p < .001$.

Los modelos unifactoriales presentan índices de ajuste subóptimos, con coeficientes ω que oscilan entre .80 y .89.

Los modelos de dos factores correlacionados reportan índices de ajuste buenos o aceptables. La ECCF-general presenta adecuados índices de ajuste. La ECCF-salud presenta valores de CFI, RMSEA y SRMR adecuados, mientras que el TLI es aceptable. La ECCF-ejercicio presenta valores aceptables en CFI y SRMR. Sin embargo, su TLI es ligeramente inferior al esperado y su RMSEA es superior.

En la subescala inmediata, los coeficientes ω oscilan entre .63 a .72, y en subescala futura varían entre .62 a .78.

En la Tabla 9, se presentan las cargas factoriales de los modelos unifactoriales. Todas las saturaciones son $\geq .30$ y estadísticamente significativas ($p < .001$). En la ECCF-general, las saturaciones oscilan entre .32 a .70, en la ECCF-ejercicio entre .30 a .71 y en la ECCF-salud entre .42 a .75.

Tabla 9*Cargas factoriales de los modelos unifactoriales*

Ítem	ECCF-general	ECCF-ejercicio	ECCF-salud
	β (DT)	β (DT)	β (DT)
1	.35 (.09)	.37 (.07)	.55 (.05)
2	.55 (.07)	.40 (.06)	.75 (.04)
3	.36 (.06)	.51 (.06)	.71 (.04)
4	.32 (.07)	.47 (.07)	.53 (.06)
5	.42 (.08)	.35 (.08)	.44 (.07)
6	.48 (.06)	.67 (.05)	.59 (.05)
7	.65 (.05)	.71 (.05)	.62 (.05)
8	.70 (.07)	.64 (.06)	.72 (.04)
9	.40 (.08)	.30 (.08)	.42 (.06)
10	.37 (.08)	.33 (.08)	.47 (.06)

Nota. ECCF-general = Escala de consideración de las consecuencias futuras evaluada de forma general; ECCF-ejercicio = Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la actividad física; ECCF-salud= Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la salud; DT= Desviación estándar. Todas las cargas son estadísticamente significativas con $p < .001$.

En la Tabla 10, se presentan las cargas factoriales de los modelos de dos factores correlacionados. Se observan saturaciones $\geq .37$ y estadísticamente significativas ($p < .001$). Las saturaciones de la subescala inmediata de la ECCF-general oscila entre .37 a .78, en la ECCF-ejercicio varían de .44 a .74 y en la ECCF-salud oscilan entre .59 a .79. Las cargas factoriales de la subescala futura de la ECCF-general varían entre .44 a .61, en la ECCF-ejercicio oscilan entre .52 a .71 y en la ECCF-salud varían entre .57 a .68.

Tabla 10*Cargas factoriales del modelo de dos factores correlacionados*

Subescalas Inmediatas de la CCF			Subescalas Futuras de la CCF				
Ítem	ECCF-general	ECCF-ejercicio	ECCF-salud	Ítem	ECCF-general	ECCF-ejercicio	ECCF-salud
	β (DT)	β (DT)	β (DT)		β (DT)	β (DT)	β (DT)
2	.60 (.06)	.44 (.06)	.79 (.04)	1	.56 (.07)	.52 (.07)	.68 (.04)
3	.37 (.06)	.52 (.06)	.75 (.04)	4	.44 (.06)	.71 (.07)	.62 (.05)
6	.49 (.06)	.68 (.05)	.59 (.06)	5	.61 (.07)	.57 (.07)	.61 (.06)
7	.63 (.06)	.74 (.04)	.64 (.05)	9	.61 (.07)	.53 (.08)	.57 (.06)
8	.78 (.05)	.68 (.05)	.71 (.04)	10	.61 (.07)	.54 (.08)	.65 (.05)

Nota. ECCF-general = Escala de consideración de las consecuencias futuras evaluada de forma general; ECCF-ejercicio= Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la actividad física; ECCF-salud= Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la salud; DT= Desviación estándar. Todas las cargas son estadísticamente significativas con $p < .001$.

6.4.2. Estadísticos descriptivos y coeficientes de correlación

Los estadísticos descriptivos y coeficientes de correlación entre las diferentes versiones de la escala CCF y las variables de interés se presentan en la Tabla 11.

Tabla 11

Estadísticos descriptivos y correlaciones entre las diferentes versiones de la CCF con las variables de interés (N = 371)

	Media (DT)	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. ECCF-general: inmediato	2.64 (1.12)	-.32**	.35**	-.14*	.45**	-.20**	-.04	.14*	.08	-.04	-.06
2. ECCF-general: futuro	4.99 (1.14)		-.10	.29**	-.19**	.41**	-.10	-.04	-.07	-.03	-.02
3. ECCF-ejercicio: inmediato	2.90 (1.25)			-.30**	.55**	-.21**	-.04	.10	.14*	-.17**	-.21**
4. ECCF-ejercicio: futuro	4.63 (1.25)				-.31**	.61**	-.02	-.06	-.04	.28**	.34**
5. ECCF-salud: inmediato	2.80 (1.26)					-.49**	.11*	.19**	.16**	-.12*	-.16**
6. ECCF-salud: futuro	4.89 (1.23)						-.12*	-.12*	-.08	.09	.11*
7. Consumo de alcohol	2.55 (1.13)							.26**	.15**	.01	.01
8. Sin parar	1.26 (0.76)								.46**	.05	.01
9. Olvido	1.19 (0.59)									.04	.01
10. Actividad física realizada	2.36 (2.07)										.84**
11. Actividad física futura	2.72 (2.06)										

Nota. Media (DT)= Media (Desviación Estándar); ECCF-general = escala de consideración de las consecuencias futuras evaluada de forma general; inmediato = subescala inmediata de la consideración de las consecuencias futuras; futuro= subescala futura de la consideración de las consecuencias futuras; ECCF-ejercicio= escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la actividad física; ECCF-salud= escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la salud; Consumo de alcohol= frecuencia de consumo de bebidas alcohólicas; Sin parar = beber alcohol y no poder parar; Olvido= olvidar algo o todo lo ocurrido la noche anterior a causa de la bebida; Actividad física realizada = actividad física realizada la semana pasada; Actividad física futura = actividad física planificada para realizar la próxima semana; ** $p < .01$; * $p < .05$.

Las correlaciones entre las subescalas inmediatas y futuras de la misma versión de la escala CCF son negativas, de bajas a moderadas. Por ejemplo, la correlación entre la subescala inmediata de la ECCF-general y la subescala futura de la misma versión del instrumento es de $r = -.32$ ($p < .01$).

Las asociaciones entre las subescalas del mismo marco temporal, pero entre diferentes versiones de la escala CCF son positivas de bajas a moderadas. Por ejemplo, la correlación entre la subescala inmediata de la ECCF-general y la subescala inmediata de la ECCF-ejercicio es de $r = .35$ ($p < .01$).

Las subescalas de la CCF adaptadas a dominios específicos presentan asociaciones estadísticamente significativas con sus respectivas variables de interés. Una excepción es la

correlación entre la subescala futura de la ECCF-salud con la variable 'olvidar algo, o todo lo ocurrido la noche anterior a causa del consumo de bebidas alcohólicas' ($p > .05$).

No se encontraron asociaciones estadísticamente significativas entre la ECCF-general y las variables de interés, con la excepción de la correlación entre la subescala inmediata de ECCF-general y el ítem 'beber alcohol y no poder parar' ($r = .14, p < .05$).

6.4.3. Análisis de perfiles latentes

En la Tabla 12, se presentan los índices de ajuste de los modelos testeados en el análisis de perfiles latentes.

Tabla 12

Índices de ajuste del análisis de perfiles latentes

Modelo	AIC	BIC	aBIC	VLMR p	aLMR p	BLRT p	Entropía	NPL	% clase menor
2-Perfiles	4913.70	4988.10	4927.82	<.001	<.001	<.001	.799	19	46.53
3- Perfiles	4785.01	4886.82	4804.33	<.001	<.001	<.001	.803	26	25.11
4-Perfiles	4758.39	4887.62	4782.92	.268	.278	<.001	.831	33	4.56
5- Perfiles	4724.39	4881.04	4754.13	.783	.787	<.001	.789	40	4.62
6- Perfiles	4698.81	4882.87	4733.75	.103	.105	<.001	.790	47	6.38
7-Perfiles	4667.14	4878.62	4707.29	.795	.796	<.001	.799	54	4.58

Nota. AIC = Criterio de información de Akaike; BIC= Criterio de información bayesiana; a= ajustado; VLMR = índice de Vuong-Lo-Mendel-Rubin; LMR = Prueba de Similitud de Lo-Mendell-Rubin; BLRT = Prueba de razón de verosimilitud bootstrap; NPL = Número de parámetros libres; % clase menor = Proporción de participantes que pertenecen a la clase identificada con menor cantidad de miembros. En negrita se indican los índices de ajuste del modelo seleccionado.

A continuación, se presenta un resumen de los principales resultados obtenidos en el análisis de perfiles latentes. Los modelos de 2 y 3 perfiles tienen pruebas VLMR y aLMR estadísticamente significativas ($p < .001$). El modelo de 4 perfiles se destaca por presentar la entropía más elevada. Sin embargo, este modelo no alcanzó significancia en las pruebas VLMR y aLMR ($p > .05$), lo que sugiere una mejora marginal respecto al modelo de 3 perfiles.

Los modelos de 5 y 6 perfiles reportan una disminución en la entropía ($< .80$) y una leve mejora en las medidas AIC, BIC y aBIC, pero sin mejoras significativas en las pruebas p de VLMR

y aLMR. El modelo de 7 perfiles mostró una mejora en los índices AIC, BIC y aBIC y mantuvo una entropía de .799. Sin embargo, los p valores de las pruebas VLMR y aLMR son $>.05$.

En el análisis de perfiles latentes, las distribuciones de los participantes en cada modelo varían. En el modelo de 4 perfiles, las proporciones son de 43.3%, 4.6%, 31.5% y 20.6% en cada clúster. En el modelo de 5 perfiles son de 25.2%, 12.9%, 37.0%, 4.6% y 20.2% respectivamente en cada perfil. Para la solución de 6 perfiles, los porcentajes son 6.2%, 33.4%, 20.5%, 5.7%, 19.7% y 14.6%, respectivamente. Finalmente, en el modelo de 7 perfiles, las distribuciones son del 14.6%, 5.4%, 6.2%, 32.9%, 19.1%, 3.8% y 18.1%.

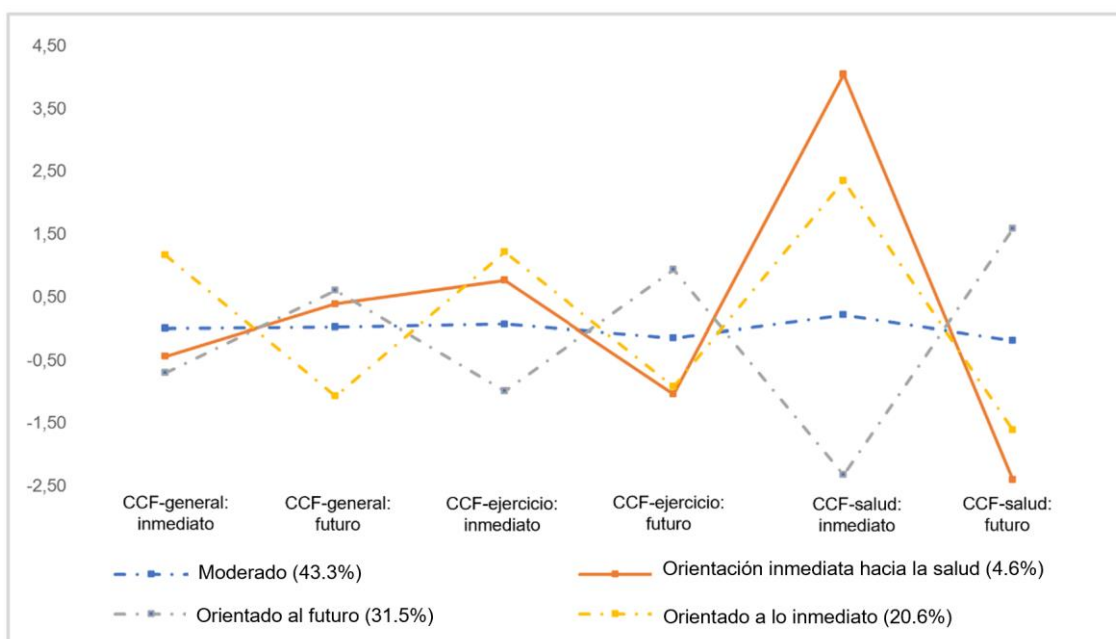
Las probabilidades de pertenencia a cada clase latente en el modelo de 4 perfiles son del 89.9%, 85.0%, 93.4% y 90.1% en cada grupo. Para la solución de 5 perfiles son de 94.3%, 82.4%, 85.6%, 84.6% y 79.8%. En el modelo de 6 perfiles son de 86.6%, 85.6%, 90.8%, 85.9%, 81.3% y 82.5%. Por último, en la solución de 7 perfiles son de 81.1%, 84.2%, 83.9%, 83.9%, 92.2%, 86.5% y 81.6%.

La solución de 4 perfiles fue seleccionada como la mejor dado que presenta la mayor entropía, con índices de clasificación y proporción de perfiles adecuados. Al mismo tiempo, esta solución proporciona una adecuada interpretabilidad y utilidad práctica de los perfiles.

En la Figura 3, se presentan las medias estandarizadas de las puntuaciones de la CCF, junto con el tamaño de cada clúster de la solución de 4 perfiles. En este modelo se observan perfiles congruentes. Los perfiles congruentes están conformados por agrupaciones con puntuaciones similares en el mismo marco temporal entre los diferentes dominios específicos. Por ejemplo, puntuaciones por encima de la media en todas las subescalas inmediatas de los diferentes dominios específicos.

Figura 3

Promedios de las puntuaciones para la solución de 4 perfiles, acompañados del tamaño de cada clúster (primer estudio)



Nota. En una línea de puntos se identifican los perfiles que son congruentes, agrupaciones caracterizadas por tener puntuaciones elevadas en todas las subescalas del mismo marco temporal. La línea completa identifica el clúster con puntuaciones elevadas en las subescalas inmediatas referidas a las conductas saludables (ECCF-ejercicio y ECCF-salud).

En el modelo de 4 perfiles, las proporciones fueron 43.3%, 4.6%, 31.5% y 20.6%, lo que equivale a 159, 19, 115 y 78 participantes, respectivamente en cada clúster.

El primer perfil, es nombrado *Moderado* ($n = 159$, 43.3%) porque presenta puntuaciones cercanas a la media en todas las subescalas de la CCF (tanto en la CCF-I, como en la CCF-F). En este clúster, las puntuaciones oscilan de -0.18 (en la subescala futura de la ECCF-Salud) a 0.22 (en la subescala inmediata de ECCF-salud).

El segundo perfil, fue denominado *Orientación inmediata hacia la salud* ($n = 19$, 4.6%), porque presenta puntuaciones muy elevadas en la subescala inmediata de ECCF-salud (4.04),

relativamente elevada en la subescala inmediata de ECCF-ejercicio (0.76) y puntuaciones bajas en la subescala futura de ECCF-salud y ECCF-ejercicio.

El tercer perfil, fue nombrado *Orientado al futuro* ($n = 115$, 31.5%) porque presenta puntuaciones por encima de la media en todas las subescalas referidas al futuro (puntuaciones que oscilan entre 0.61 a 1.58), con puntuaciones por debajo de la media en todas las subescalas referidas a las consecuencias inmediatas (las cuales oscilan entre -0.70 a -2.32).

El último perfil fue denominado *Orientado a lo inmediato* ($n = 78$, 20.6%) dado que presenta valores por encima de la media en todas las subescalas de las consecuencias inmediatas (puntuaciones que oscilan entre 1.22 a 2.35), con puntuaciones por debajo de la media en todas las subescalas que refieren a las consecuencias futuras (puntuaciones que oscilan entre -0.92 a -1.61).

El perfil *Orientado a lo inmediato* y el *Orientado al futuro* reportan un patrón congruente entre las diferentes versiones de la escala CCF. El primer clúster, presenta puntuaciones superiores a la media en todos los dominios de la subescala inmediata. El segundo, reporta puntuaciones superiores a la media en todas las subescalas futuras de la CCF.

El clúster *Moderado*, presenta puntuaciones cercanas a la media en todas las subescalas de la CCF evaluadas.

En el perfil *Orientación inmediata hacia la salud* los participantes puntúan ligeramente por encima de la media en la subescala inmediata de la ECCF-ejercicio, y muy alto en la subescala inmediata de la ECCF-salud. En esta agrupación se observa una tendencia a valorar los resultados inmediatos referidos al bienestar.

En el Anexo 5, se reportan los estadísticos descriptivos de las escalas CCF de la solución de 4 perfiles latentes de este estudio.

6.4.4. Caracterización de los perfiles latentes en función de las variables de interés

En la Tabla 13, se reporta la distribución de las características sociodemográficas y variables de interés según el modelo de 4 perfiles latentes. Los resultados post hoc se detallan en el Anexo 6.

Tabla 13

Estadísticos descriptivos de las variables sociodemográficas y variables de interés de la solución de 4 perfiles

Perfiles latentes	Hombres (%)	Edad	Educación	Bebidas alcohólicas			Actividad física	
				Consumo	Sin parar	Olvido	Realizada	Futura
		M (DT)	M (DT)	M (DT)	M (DT)	M (DT)	M (DT)	M (DT)
Moderado	156 (42.10%)	32.72 (12.92)	2.96 (1.69)	2.66 (1.13)	1.24 (0.73)	1.16 (0.54)	2.36 (2.23)	2.72 (2.16)
Orientación inmediata hacia la salud	185 (50.00%)	27.81 (8.11)	2.94 (1.73)	2.81 (1.38)	1.50 (1.10)	1.19 (0.40)	1.31 (1.49)	1.50 (1.59)
Orientado al futuro	114 (30.86%)	34.31 (13.49)	3.16 (1.61)	2.34 (1.10)	1.10 (0.52)	1.08 (0.27)	2.69 (1.82)	3.15 (1.83)
Orientado a lo inmediato	180 (48.65%)	32.64 (12.44)	2.16 (1.54)	2.56 (1.10)	1.48 (1.00)	1.42 (0.95)	2.08 (2.09)	2.30 (2.09)

Nota. Consumo = frecuencia de consumo de bebidas alcohólicas, Sin parar = beber alcohol y no poder parar; Olvido= olvidar algo o todo lo ocurrido la noche anterior por culpa de la bebida; Actividad física: Realizada= actividad física realizada la semana pasada; Actividad física: Futura= actividad física planificada para realizar la próxima semana; M(DT)= Media (Desviación Típica). Las medias con diferencias estadísticamente significativas están señaladas en negrita.

El análisis ANOVA revela un efecto principal en el nivel educativo ($F(3, 360) = 5.84, p < .001, \eta^2 = .046$). El perfil *Orientado al Futuro* presenta un nivel educativo significativamente más alto en comparación con los perfiles *Orientado a lo Inmediato* y el *Moderado*. No se observaron diferencias estadísticamente significativas en el sexo, ni en la edad entre los clústeres ($p > .05$).

Se observa un efecto principal en el consumo no interrumpido de alcohol ($F(3, 363) = 4.26, p < .01, \eta^2 = .034$). El perfil *Orientado al futuro* reporta niveles más bajos de consumo no interrumpido de alcohol que el *Orientado a lo inmediato*.

A su vez, se identificó un efecto principal en la variable 'olvidar algo, o todo lo ocurrido la noche anterior a causa del consumo de bebidas alcohólicas' ($F(3, 362) = 5.22, p < .01, \eta^2 = .041$), aquí el perfil *Orientado a lo Inmediato* presenta puntuaciones más elevadas que el *Orientado al futuro* y el *Moderado*.

Los resultados indican un efecto principal en la realización de actividad física planificada para la próxima semana ($F(3, 360) = 4.68, p < .01, \eta^2 = .038$). El perfil *Orientado al futuro* informa mayores niveles de actividad física planificada que el *Orientado a lo inmediato*.

Se encontraron efectos principales para la actividad física de la última semana ($F(3, 361) = 2.80, p < .05, \eta^2 = .023$), sin diferencias estadísticamente significativas entre los perfiles latentes.

En este primer estudio, se exploraron las diferencias inter- e intraindividuales de las puntuaciones de la CCF en el ámbito de la salud. Se realiza un segundo estudio que, además de incluir mediciones relativas a la CCF en el dominio específico de la salud, incluye el ámbito laboral. El segundo estudio, se realizó con el fin de ampliar y enriquecer los resultados obtenidos en el primero.

Es importante recordar que la salud y el ámbito laboral son dos áreas fundamentales para el bienestar (Kushlev et al., 2020; Weziak-Bialowolska et al., 2020). A su vez, ambas esferas vitales están estrechamente relacionadas. Sobre este punto, estudios previos proponen que las condiciones y factores laborales repercuten en la salud y, a la inversa, la salud puede influir en aspectos relacionados con el trabajo (Burgard & Lin, 2013; Hafee et al., 2019). Por ejemplo, los empleados se enfrentan a desafíos y objetivos laborales que repercuten negativamente en su salud, como el estrés, la inseguridad laboral o los turnos largos. Asimismo, un estado de salud deficiente repercute negativamente en la productividad y calidad del trabajo realizado.

En las siguientes líneas, se presenta la sección métodos y resultados del segundo estudio realizado.

Capítulo 6: Segundo estudio de la tesis doctoral. Parte II.

Análisis de perfiles latentes de la CCF en el ámbito de la salud y trabajo

6.5. Método del segundo estudio

6.5.1. Tipo y diseño de investigación

Igual al estudio 1.

6.5.2. Participantes

La muestra incluye 367 sujetos, de los cuales 69.3% son mujeres, 29.9% son hombres, el 0.8% no proporcionó información sobre su sexo. La edad de los participantes varió entre 18 y 66 años de edad ($Media_{edad} = 32.23$, $DT_{edad} = 11.73$).

El 9.6% no completaron el liceo, 22.5% completaron el liceo, 7.1% son estudiantes de nivel terciario no universitario, 39.8% son estudiantes universitarios, 16.0% son egresados de la universidad, 1.1% tienen una maestría finalizada y el 3.9% completaron un estudio de doctorado.

6.5.3. Instrumentos

Cuestionario sociodemográfico. Se aplicó el mismo cuestionario que el primer estudio.

Escala de consideración de las consecuencias futuras en su versión general y adaptada a la salud, alimentación saludable y trabajo. Se aplicó la ECCF-general y ECCF-salud, similar al estudio 1. Asimismo, se aplicó la ECCF-alimentación y ECCF-trabajo, instrumentos en español adaptados por Alvarez-Nuñez y Vásquez-Echeverría (2023). Todas las escalas CCF están compuestas por diez ítems, evaluados mediante una escala Likert con siete valoraciones (1 = muy poco característico de mí esta semana; 7 = muy característico de mí esta semana). La CCF-I está conformada por los ítems 2, 3, 6, 7 y 8; y la CCF-F por los ítems 1, 4, 5, 9 y 10.

Cuestionario de alimentación saludable. La frecuencia de consumo de frutas, verduras y bebidas azucaradas durante la semana pasada fue evaluada mediante tres ítems, cada uno con

opciones de respuesta en una escala Likert de cuatro niveles (1 = nunca, 2 = Una vez por semana, 3= Dos o tres veces por semana, 4= Todos los días). Las preguntas fueron adaptadas de los cuestionarios aplicados en estudios similares (Kristjansdottir et al., 2006; Murphy et al., 2020). Las puntuaciones del ítem de consumo de bebidas azucaradas fueron invertidas y posteriormente se calculó la puntuación total, para esto se calculó el promedio de las puntuaciones de los tres ítems. La correlación media entre los tres ítems es de .30.

Cuestionario de hábitos alimenticios pasados y planificados en el futuro. Se evaluó la alimentación saludable consumida la semana pasada y planificada a consumir la próxima semana mediante dos ítems. Los ítems son evaluados mediante una escala Likert con diez valoraciones (1= Muy poco saludable; 10= Muy saludable). Este formulario se diseñó tomando en cuenta instrumentos relacionados (Menozzi et al., 2015; Reedy et al., 2018; Thompson & Subar, 2017).

Conductas de innovación en el trabajo. Las conductas innovadoras en el ámbito laboral fueron evaluadas mediante la escala adaptada al español de Raposo Grau (2016). La escala está conformada por nueve ítems evaluados mediante una escala Likert con cinco puntos (1=Nunca; 5=Muy a menudo). El instrumento se organiza en tres subescalas: generación de ideas, promoción de ideas e implementación de ideas. Se calculó la puntuación total de las tres subescalas dado que presentan una correlación elevada entre sí (correlaciones que oscilan entre .70 a .77), como es sugerido por Raposo Grau (2016). La puntuación total tiene un coeficiente $\omega = .93$.

Job crafting. La modificación proactiva del entorno laboral se evaluó mediante la escala desarrollada por Nielsen y Abildgaard (2012). El instrumento está compuesto por cuatro ítems, evaluados mediante una escala Likert con cinco valoraciones (1= Nunca; 5= Muy a menudo). La escala está conformada por dos dimensiones: aumento de las demandas laborales desafiantes (que evalúa la implementación de nuevas acciones en el trabajo con potencial, aunque también pueden ser estresantes), y la disminución de las demandas laborales sociales (con la cual se explora la evitación de situaciones emocionalmente exigentes en el trabajo). Cada subescala está compuesta por dos ítems. Los ítems de cada subescala muestran una correlación positiva

y significativa entre sí. En la primera subescala, la correlación es de $r = .43$ ($p < .001$), y en la segunda, de $r = .26$ ($p < .001$).

En el Anexo 4, se presentan los formularios empleados en el segundo estudio, que incluyen el Cuestionario sociodemográfico (Anexo 4.1), la ECCF-General (Anexo 4.2), ECCF-salud (Anexo 4.3), ECCF-Alimentación (Anexo 4.5), ECCF-Trabajo (Anexo 4.6), cuestionario de alimentación saludable (Anexo 4.9), cuestionario de hábitos alimenticios pasados y planificados en el futuro (Anexo 5.0), cuestionario de conductas de innovación en el trabajo (Anexo 5.1), y job crafting (Anexo 5.2).

6.5.4. Procedimiento

Se continuó con el mismo protocolo empleado en el estudio anterior. Para una explicación más detallada del procedimiento, se recomienda revisar la sección: 6.3.4. *Procedimiento*. Los formularios se aplicaron en formato digital y en papel. Del total de la muestra, 183 sujetos respondieron los cuestionarios en formato online y 184 en formato papel y lápiz.

6.5.5. Análisis de datos

Los criterios de exclusión e imputación de datos son los mismos que en el estudio anterior (ver punto sección: 6.3.5. *Análisis de datos*). Se excluyó el 6.87% de las respuestas en la ECCF-salud, el 3.68% en la ECCF-trabajo y el 3.83% en la ECCF-alimentación. No se excluyó ningún caso en la ECCF-general.

Para el análisis de datos, se emplearon los mismos métodos, puntos de corte y paquetes estadísticos que en el primer estudio.

6.5.6. Muestreo y criterios de inclusión

Igual al estudio anterior, para más información se recomienda ir a la sección: 6.3.6. *Muestreo y criterios de inclusión*.

6.6. Resultados del segundo estudio

Los resultados se presentan siguiendo el mismo orden que en el primer estudio de este capítulo, comenzando con la evaluación de las propiedades psicométricas de los instrumentos empleados y continuando con los análisis correspondientes al primer y segundo objetivo específico.

6.6.1. Propiedades psicométricas

En la Tabla 14, se presentan los índices de ajuste y consistencia interna de los modelos testeados.

Tabla 14

Índices de ajuste y consistencia interna

Modelo	χ^2	gl	CFI	TLI	RMSEA (IC 90%)	SRMR	ω	
							CCF-I / CCF-F	CCF-T
<i>Modelo unidimensional</i>								
ECCF-general	120.416*	34	.843	.793	.083 (.067 - .100)	.072	NC	.82
ECCF-salud	165.447*	34	.856	.809	.107 (.091 - .123)	.071	NC	.93
ECCF-alimentación	142.759*	34	.865	.821	.095 (.079 - .112)	.064	NC	.91
ECCF-trabajo	108.815*	34	.874	.833	.087 (.069 - .106)	.068	NC	.89
<i>Modelo de dos factores correlacionados</i>								
ECCF-general	72.979*	33	.927	.901	.057 (.040 - .075)	.050	.66 / .72	NC
ECCF-salud	58.189*	33	.972	.962	.047 (.026 - .067)	.034	.71 / .79	NC
ECCF-alimentación	84.526*	33	.936	.913	.067 (.049 - .084)	.044	.74 / .82	NC
ECCF-trabajo	54.792*	33	.963	.950	.048 (.023 - .069)	.041	.71 / .78	NC

Nota. gl = grados de libertad; CCF-I= subescala inmediata de la consideración de las consecuencias futuras; CCF-F= subescala futura de la consideración de las consecuencias futuras; CCF-T= puntuación total; ECCF-general = Escala de consideración de las consecuencias futuras evaluada de forma general; ECCF-salud= Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la salud; ECCF-alimentación= Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la alimentación saludable; ECCF-trabajo= Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada al ámbito laboral; NC= No Corresponde; * $p < .001$.

Los modelos unifactoriales presentan índices de ajuste subóptimos, con coeficientes ω que oscilan entre .82 y .93. Los modelos de dos factores correlacionados reportan índices de ajuste adecuados. La ECCF-general, ECCF-salud y ECCF-trabajo presentan buenos índices de ajuste. La ECCF-general y ECCF-alimentación presentan valores aceptables en CFI, TLI y RMSEA, y buenos en SRMR.

En la subescala inmediata, los coeficientes ω varían entre .66 a .74 y en la subescala futura entre .72 a .82. La subescala inmediata de la ECCF-general presenta un valor ω levemente inferior al esperado.

En la Tabla 15, se presentan las saturaciones de los modelos unifactoriales. Todas las cargas factoriales son $\geq .35$ y estadísticamente significativas ($p < .001$), con la excepción del ítem 4 de la ECCF-general con una saturación de .20 ($p < .001$). En la ECCF-general las cargas factoriales oscilan entre .20 a .83, en ECCF-alimentación entre .35 a .76, en ECCF-salud entre .47 a .81 y en ECCF-trabajo entre .39 a .75.

Tabla 15

Cargas factoriales de los modelos unifactoriales

Ítem	ECCF-general	ECCF-alimentación	ECCF-salud	ECCF-trabajo
	β (DT)	β (DT)	β (DT)	β (DT)
1	.40 (.07)	.68 (.05)	.68 (.05)	.56 (.07)
2	.71 (.05)	.70 (.04)	.81 (.04)	.66 (.06)
3	.37 (.06)	.60 (.05)	.65 (.06)	.66 (.05)
4	.20 (.07)	.52 (.06)	.66 (.06)	.48 (.06)
5	.30 (.07)	.35 (.06)	.47 (.07)	.39 (.07)
6	.52 (.06)	.62 (.05)	.76 (.04)	.67 (.05)
7	.56 (.06)	.62 (.06)	.63 (.06)	.56 (.07)
8	.83 (.03)	.76 (.04)	.72 (.05)	.75 (.05)
9	.53 (.06)	.63 (.05)	.65 (.06)	.61 (.06)
10	.45 (.06)	.64 (.05)	.56 (.07)	.55 (.07)

Nota. ECCF-general= Escala de consideración de las consecuencias futuras evaluada de forma general; ECCF-alimentación= Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la alimentación; ECCF-salud= Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la salud; ECCF-trabajo= Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada al ámbito laboral; DT= Desviación estándar. Todas las cargas son estadísticamente significativas con $p < .001$.

En la Tabla 16, se presentan las saturaciones de los modelos de dos factores correlacionados. Las cargas factoriales son $\geq .32$ y estadísticamente significativas ($p < .001$). En la subescala inmediata de la ECCF-general las saturaciones oscilan entre .37 a .87, en ECCF-alimentación varían entre .62 a .81, en ECCF-salud entre .64 a .86 y en ECCF-trabajo entre .58 a .79. Las saturaciones de la subescala futura de la ECCF-general varían entre .32 a .77, en ECCF-alimentación entre .38 a .80, en ECCF-salud entre .54 a .80 y en ECCF-trabajo entre .43 a .75.

Tabla 16

Cargas factoriales del modelo de dos factores correlacionados

Subescalas inmediatas de la CCF				Subescalas futuras de la CCF					
Ítem	ECCF-general	ECCF-alimentación	ECCF-salud	ECCF-trabajo	Ítem	ECCF-general	ECCF-alimentación	ECCF-salud	ECCF-trabajo
	β (DT)	β (DT)	β (DT)	β (DT)		β (DT)	β (DT)	β (DT)	β (DT)
2	.69 (.05)	.72 (.05)	.86 (.03)	.66 (.06)	1	.50 (.07)	.80 (.03)	.80 (.04)	.68 (.05)
3	.37 (.06)	.63 (.06)	.68 (.05)	.69 (.05)	4	.32 (.07)	.55 (.06)	.72 (.06)	.57 (.06)
6	.53 (.06)	.64 (.05)	.78 (.03)	.69 (.05)	5	.43 (.07)	.38 (.07)	.54 (.07)	.43 (.07)
7	.57 (.06)	.62 (.06)	.64 (.06)	.58 (.07)	9	.77 (.05)	.75 (.04)	.80 (.04)	.75 (.05)
8	.87 (.03)	.81 (.04)	.74 (.05)	.79 (.05)	10	.67 (.07)	.75 (.04)	.69 (.06)	.74 (.05)

Nota. *ECCF-general* = Escala de consideración de las consecuencias futuras evaluada de forma general; *ECCF-alimentación*= Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la alimentación; *ECCF-salud*= Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la salud; *ECCF-trabajo*= Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada al ámbito laboral; DT= Desviación estándar. Todas las cargas son estadísticamente significativas con $p < .001$.

6.6.2. Estadísticos descriptivos y coeficientes de correlación

En la Tabla 17, se presentan los estadísticos descriptivos y coeficientes de correlación entre la CCF y las variables de interés.

Tabla 17

Estadísticos descriptivos y correlaciones entre las diferentes versiones de la CCF con las variables de interés (N = 367)

	Media (DT)	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1. ECCF-general: inmediato	2.62 (1.16)	-.43**	.38**	-.21**	.43**	-.25**	.54**	-.39**	-.10*	-.16**	-.07	-.12*	.22**	-.19**
2. ECCF-general: futuro	5.05 (1.04)		-.18**	.31**	-.22**	.34**	-.36**	.56**	.14**	.10*	.08	.16**	.03	.17**
3. ECCF-alimentación: inmediato	2.64 (1.21)			-.59**	.74**	-.53**	.31**	-.15*	-.39**	-.43**	-.39**	.01	.13*	-.02
4. ECCF-alimentación: futuro	4.99 (1.28)				-.53**	.75**	-.14*	.34**	.48**	.52**	.42**	.06	.01	.12*
5. ECCF-salud: inmediato	2.49 (1.22)					-.59**	.42**	-.22**	-.33**	-.39**	-.30**	-.01	.06	-.08
6. ECCF-salud: futuro	5.26 (1.19)						-.21**	.39**	.41**	.43**	.33**	.11	.03	.14*
7. ECCF-trabajo: inmediato	2.60 (1.21)							-.54**	-.11	-.17**	-.12	-.19**	.12*	-.23**
8. ECCF-trabajo: futuro	5.23 (1.10)								.14*	.17**	.07	.29**	-.07	.36**
9. Alimentación saludable total	6.57 (1.97)									.82**	.47**	.04	-.04	.04
10. Alimentación saludable pasada	6.79 (1.89)										.50**	.06	-.05	.08
11. Alimentación saludable futura	3.29 (0.72)											.11	-.11	-.03
12. Innovación en el trabajo	3.49 (0.81)												-.01	.58**
13. Aumento de demandas laborales desafiantes	2.65 (1.02)													-.12*
14. Disminución de demandas laborales sociales	3.46 (0.91)													

Nota. Media (DT) = Media (Desviación Estándar); CCF= Consideración de las Consecuencias Futuras; ECCF-general = escala CCF general; inmediato = subescala inmediata de la CCF; futuro= subescala futura de la CCF; ECCF-alimentación= escala CCF adaptada a la alimentación saludable; ECCF-salud= escala CCF adaptada a la salud; ECCF-trabajo= escala CCF adaptada al ámbito laboral; Alimentación saludable pasada= alimentos saludables consumidos la semana pasada; Alimentación saludable futura= alimentación saludable planificada a ser consumida la próxima semana; ** $p < .01$; * $p < .05$.

Las asociaciones entre las subescalas inmediata y futura dentro de cada versión de la escala CCF son negativas, de bajas a moderadas. Estas asociaciones oscilan entre $r = -.59$ ($p < .01$; en las escalas ECCF-alimentación y la ECCF-salud) a $r = -.43$ ($p < .01$; en la ECCF-general) con una media de correlación de $r = -.54$.

Las asociaciones entre las subescalas CCF del mismo marco temporal, pero de diferentes versiones de la escala son positivas de bajas a moderadas. Las asociaciones oscilan entre $r = .31$ ($p < .01$; entre la subescala inmediata de la ECCF-alimentación y subescala inmediata de ECCF-trabajo) a $r = .74$ ($p < .01$; entre la subescala inmediata de la ECCF-alimentación y subescala inmediata de ECCF-salud). La media de correlación es de $r = .47$.

Todas las correlaciones entre las variables de interés y las subescalas de la CCF adaptadas a dominios específicos son estadísticamente significativas, con la excepción de la asociación entre la subescala futura de la ECCF-trabajo y el aumento de las demandas laborales desafiantes ($p > .05$). Las asociaciones oscilan entre $r = -.43$ ($p < .01$; entre la subescala inmediata de la ECCF-alimentación y la alimentación saludable consumida la semana pasada) a $r = .52$ ($p < .01$; entre la subescala futura de la ECCF-alimentación y la alimentación saludable consumida la semana pasada).

Las variables de interés reportan asociaciones más fuertes con las escalas CCF adaptadas a dominios específicos, en comparación con la ECCF-general. Por ejemplo, la alimentación saludable total presenta una asociación de $r = -.39$ ($p < .01$) con la subescala inmediata de ECCF-alimentación; y de $r = -.10$ ($p < .05$) con la subescala inmediata de la ECCF-general. Este patrón de asociación se mantiene en todas las versiones de la escala CCF, excepto en la relación entre el aumento de demandas laborales desafiantes y las subescalas inmediatas de la ECCF-general y la ECCF-laboral.

Las asociaciones entre las subescalas de la ECCF-general y las variables de interés son estadísticamente significativas, con la excepción de la relación con la alimentación saludable planificada para la próxima semana. A su vez, la subescala futura de la ECCF-general presenta una asociación sin significancia estadística con las demandas laborales desafiantes ($p > .05$).

6.6.3. Análisis de Perfiles Latentes

En la Tabla 18, se reportan los índices de ajuste de las soluciones evaluadas en el análisis de perfiles latentes.

Tabla 18

Ajuste de los modelos evaluados en el análisis de perfiles latentes

Modelo	AIC	BIC	aBIC	VLMR p	aLMR p	BLRT p	Entropía	NPL	% clase menor
2-Perfiles	6370.53	6468.16	6388.84	<.001	<.001	<.001	.847	25	46.53
3-Perfiles	6072.35	6205.14	6097.27	.042	.044	<.001	.863	34	24.32
4-Perfiles	5899.24	6067.17	5930.75	.109	.112	<.001	.852	43	19.07
5-Perfiles	5767.31	5970.39	5805.41	.489	.495	<.001	.870	52	2.78
6-Perfiles	5613.16	5851.39	5657.86	.553	.556	<.001	.888	61	2.87
7-Perfiles	5553.65	5827.03	5604.94	.090	.091	<.001	.881	70	2.91

Nota. AIC = Criterio de información de Akaike; BIC= Criterio de información bayesiana; a= ajustado; VLMR = índice de Vuong-Lo-Mendel-Rubin; LMR = Prueba de Similitud de Lo-Mendell-Rubin; BLRT = Prueba de razón de verosimilitud bootstrap; NPL = Número de parámetros libres; % clase menor = Proporción de participantes que pertenecen a la clase identificada con menor cantidad de miembros. En negrita se indican los índices de ajuste del modelo seleccionado.

El modelo de 2 perfiles latentes es el único que presenta $p < .05$, en las pruebas VLMR y aLMR. Los p valores de las pruebas VLMR y aLMR de la solución de 4 perfiles son los más próximos a ser estadísticamente significativos. El modelo de 6 perfiles es el que reporta mejor entropía, seguido del modelo de 7 y 4 perfiles. El modelo de 7 perfiles presenta los valores más bajos en los criterios de AIC, BIC y aBIC, aunque no son estadísticamente significativos en las pruebas VLMR y aLMR.

Las proporciones de las distribuciones de los participantes en cada modelo testado varían. En el modelo de 4 perfiles, las proporciones son 29.1%, 19.7%, 32.2% y 19.1% en cada clúster. En el modelo de 5 perfiles, las proporciones son de 2.8%, 30.0%, 28.4%, 19.3% y 19.5%, en cada agrupación. Para la solución de 6 perfiles, las distribuciones son de 10.8%, 28.2%, 2.9%, 29.7%, 10.4% y 18.0%. En el modelo de 7 perfiles, los porcentajes son de 10.5%, 5.4%, 2.9%, 11.8%, 16.7%, 24.0% y 28.6%. Las soluciones de 5, 6 y 7 perfiles tienen un tamaño de grupo ligeramente inferior al 3%.

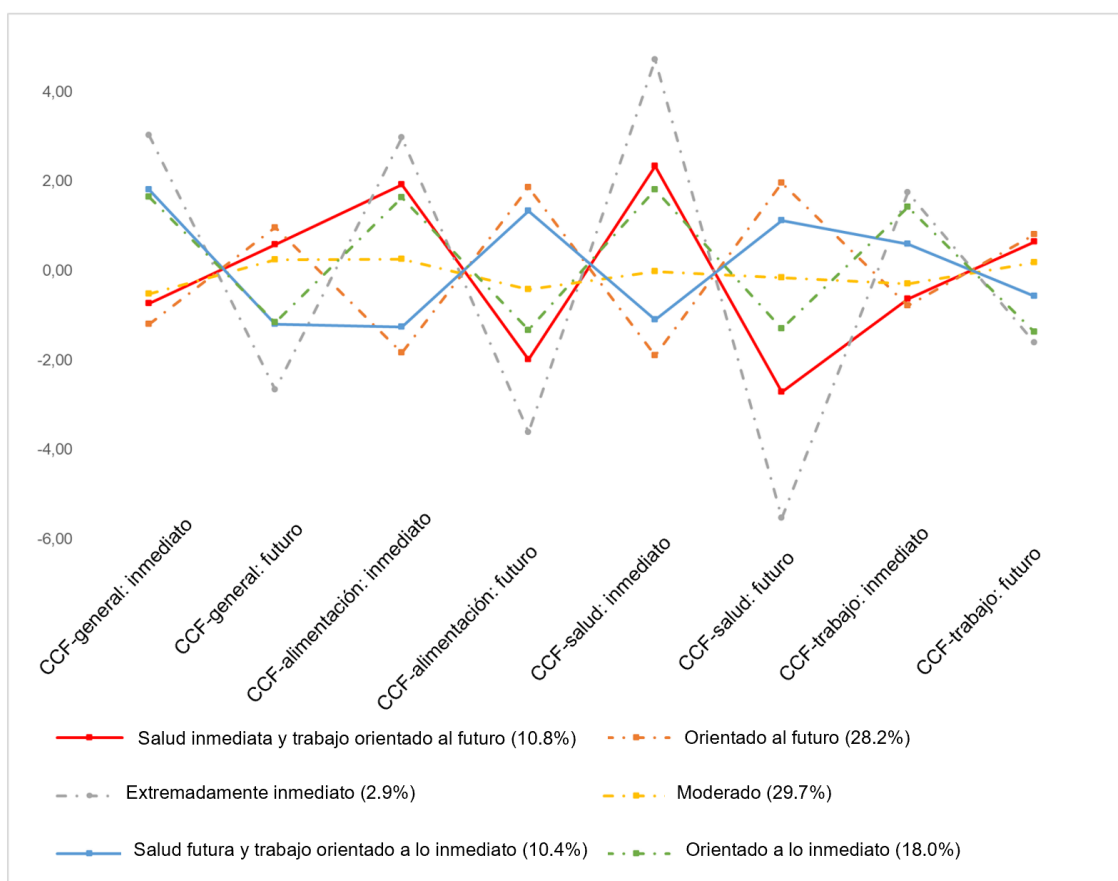
Las probabilidades de cada clase latente para el modelo de 4 perfiles son del 93.8%, 93.4%, 90.6% y 87.4% en cada grupo. En la solución de 5 perfiles, las probabilidades son de 96.1%, 88.4%, 96.1%, 87.2% y 92.7%. Para la solución de 6 perfiles, las probabilidades son del 92.0%, 94.6%, 95.4%, 90.8%, 88.7% y 92.5%. En la solución de 7 perfiles, las probabilidades son del 86.2%, 97.5%, 96.8%, 91.2%, 93.1%, 85.5% y 94.2%.

En este estudio, el modelo de 6 perfiles fue seleccionado como la mejor solución, dado que reporta los niveles más altos de entropía y proporciona una clara interpretabilidad y aplicabilidad práctica de cada clúster. En el Anexo 7, se presenta la descripción de la solución de 4 perfiles con el fin de facilitar la comparación con los resultados del primer estudio.

En la Figura 4, se presentan las medias estandarizadas de las puntuaciones de la CCF y los tamaños de los clústeres de la solución de 6 perfiles. Los perfiles congruentes son agrupaciones que presentan puntuaciones elevadas en un mismo marco temporal (CCF-I o CCF-F) en todos los dominios evaluados. Por el contrario, los perfiles incongruentes se caracterizan por presentar puntuaciones por encima de la media en la subescala inmediata de un dominio en particular, y a la misma vez, puntuaciones elevadas en la subescala futura en otro dominio específico. Por ejemplo, elevada puntuación en la subescala inmediata de la ECCF-Salud, y a la misma vez, puntuaciones elevadas en la subescala futura de la ECCF-Trabajo.

Figura 4

Promedios de las puntuaciones para la solución de 6 perfiles, acompañados del tamaño de cada clúster (segundo estudio)



Nota. En una línea de puntos se identifican los perfiles congruentes, agrupaciones caracterizadas por tener puntuaciones elevadas en todas las subescalas del mismo marco temporal. En una línea completa se identifican los perfiles incongruentes caracterizadas por presentar puntuaciones por arriba de la media en la subescala inmediata de un dominio en particular, y a la misma vez, puntuaciones elevadas en la subescala futura de otro dominio.

En el modelo de 6 perfiles, las proporciones fueron 10.8%, 28.2%, 2.9%, 29.7%, 10.4% y 18.0%, lo que equivale a 39, 105, 11, 110, 35 y 67 participantes, respectivamente en cada clúster.

El primer clúster, fue denominado *Salud inmediata y trabajo orientado al futuro* ($n = 39$, 10.8%) porque presenta puntuaciones por encima de la media en la subescala inmediata de la ECCF-alimentación (1.92), subescala inmediata de la ECCF-salud (2.34) y subescala futura de la ECCF-trabajo (0.64).

El segundo perfil, se denominó *Orientado al futuro* ($n = 105$, 28.2%) porque presenta puntuaciones superiores a la media en todas las subescalas futuras de las distintas escalas de dominios específicos de la CCF, puntuaciones que oscilan entre 0.82 (en la ECCF-trabajo) a 1.97 (ECCF-Salud).

El tercer perfil, se denominó *Extremadamente inmediato* ($n = 11$, 2.9%) porque presenta puntuaciones muy por encima de la media en todas las subescalas inmediatas de las escalas CCF, valores que oscilan entre 1.75 (en la ECCF-trabajo) a 4.72 (en la ECCF-salud).

El cuarto clúster, fue nombrado *Moderado* ($n = 110$, 29.7%) porque reporta puntuaciones cercanas a la media en las subescalas inmediatas y futuras de todas las versiones de las escalas CCF. Los valores oscilan entre -0.52 (subescala inmediata de ECCF-general) a 0.26 (subescala inmediata de ECCF-alimentación).

La quinta agrupación, se denominó *Salud futura y trabajo orientado a lo inmediato* ($n = 35$, 10.4%) porque presenta puntuaciones superiores a la media en la subescala futura de ECCF-alimentación (1.34), subescala futura de ECCF-salud (1.12) y subescala inmediata de ECCF-trabajo (0.60).

El último perfil, fue nombrado *Orientado a lo inmediato* ($n = 67$, 18.0%) porque presenta puntuaciones por encima de la media en todas las subescalas inmediatas de la CCF en sus distintas versiones (puntuaciones que oscilan entre 1.42 en la ECCF-trabajo a 1.81 en la ECCF-salud) y puntuaciones por debajo de la media en todas las subescalas futuras (valores que oscilan entre -1.37 en la ECCF-trabajo a -1.16 en la ECCF-general).

Se identifican tres perfiles congruentes: *Orientado a lo inmediato*; *Orientado al futuro* y *Extremadamente inmediato*. El primer perfil, presenta puntuaciones por encima de la media en todas las subescalas inmediatas de las diferentes versiones del instrumento. El segundo clúster, presenta puntuaciones por encima de la media en todas las subescalas futuras de las diferentes versiones de la escala. El tercer perfil, presenta un patrón similar al primero, pero con mayor intensidad en sus puntuaciones en la subescala inmediata.

A su vez, se identifican dos perfiles incongruentes: (I) *Salud inmediata y trabajo orientado al futuro*; y (II) *Salud futura y trabajo orientado a lo inmediato*. El primer clúster, presenta puntuaciones por encima de la media en las subescalas inmediata de la ECCF-alimentación, ECCF-salud, y en la subescala futura de ECCF-trabajo. La segunda agrupación, presenta puntuaciones por encima de la media en la subescala futura de ECCF-alimentación, ECCF-salud, y a la misma vez, puntuaciones elevadas en la subescala inmediata de la ECCF-Trabajo. Los perfiles incongruentes presentan puntuaciones por encima de la media en algunas subescalas inmediatas de las escalas CCF, y a la misma vez, puntuaciones elevadas en las subescalas futuras.

En el Anexo 8, se presentan los estadísticos descriptivos de las escalas CCF en función de la solución de 6 perfiles latentes.

6.6.4. Caracterización de los perfiles latentes en función de las variables de interés

En la Tabla 19, se reporta la distribución de las características sociodemográficas y variables de interés según el modelo de 6 perfiles. No se detectaron diferencias estadísticamente significativas en variables como nivel educativo, sexo y edad entre los perfiles ($p > .05$). Los resultados post hoc del modelo de 6 perfiles se reportan en el Anexo 9.

Tabla 19

Estadísticos descriptivos de las variables sociodemográficas y variables de interés según la solución de 6 perfiles

Perfiles latentes	Hombres (%)	Edad	Educación	Alimentación saludable			Trabajo		
				Total	Pasada	Futura	Innovación	Aumento de demandas	Disminución de demandas
				M (DT)	M (DT)	M (DT)	M (DT)	M (DT)	M (DT)
Salud inmediata y trabajo orientado al futuro	159 (43.24%)	29.74(9.89)	3.39(1.91)	2.48(0.70)	5.56(1.77)	5.92(1.78)	3.74(0.74)	2.59(1.03)	3.78(0.80)
Orientado al futuro	97 (26.47%)	33.91(11.96)	3.22(1.56)	3.14(0.69)	7.50(1.75)	7.73(1.55)	3.54(0.86)	2.65(0.99)	3.59(1.03)
Extremadamente inmediato	100 (27.27%)	31.36(12.15)	2.55(2.07)	1.82(1.00)	3.82(2.40)	4.00(2.32)	3.07(0.99)	2.86(0.84)	3.05(0.76)
Moderado	96 (26.17%)	31.28(11.54)	3.36(1.58)	2.75(0.74)	6.35(1.67)	6.64(1.61)	3.48(0.72)	2.44(1.04)	3.49(0.76)
Salud futura y trabajo orientado a lo inmediato	84 (22.86%)	35.91(12.73)	3.38(2.02)	3.32(0.63)	7.51(1.79)	7.77(1.52)	3.59(0.87)	2.54(1.13)	3.44(1.07)
Orientado a lo inmediato	145 (39.39%)	30.79(11.69)	3.01(1.76)	2.68(0.71)	6.04(1.93)	5.98(1.91)	3.33(0.79)	3.01(0.97)	3.12(0.83)

Nota. M(DT)= Media (Desviación Típica); Alimentación saludable: Total= puntuación total en alimentación saludable; Alimentación saludable: pasada= alimentos saludables consumidos la semana pasada; Alimentación saludable: futura= alimentación saludable planificada a ser consumida la próxima semana; Innovación= Innovación en el trabajo; Aumento de demandas = Aumento de las demandas laborales desafiantes; Disminución de las demandas = Disminución de las demandas laborales sociales. Las medias con diferencias estadísticamente significativas están señaladas en negrita.

El análisis ANOVA identificó efectos principales significativos en la puntuación total de alimentación saludable ($F(5, 352) = 14,10, p < .001, \eta^2 = .167$), alimentos saludables consumidos la semana pasada ($F(5, 361) = 16,9, p < .001, \eta^2 = .189$) y alimentos saludables planificados a ser consumidos la próxima semana ($F(5, 360) = 20,3, p < .001, \eta^2 = .220$). Los análisis post hoc revelaron un patrón consistente entre los perfiles y las variables de alimentación saludable.

El perfil *Salud inmediata y trabajo orientado al futuro* mostró puntuaciones inferiores en las tres variables de alimentación saludable que el perfil *Orientado al futuro*; y el perfil *Salud futura y trabajo orientado a lo inmediato*. A su vez, *Salud inmediata y trabajo orientado al futuro* reporta valores superiores en la planificación de alimentos saludables para la próxima semana en comparación con el perfil *Extremadamente inmediato*.

El clúster *orientado al Futuro* presenta valores más altos en las tres variables de alimentación saludable en comparación con los perfiles *Extremadamente inmediato*; *Moderado*; y *orientado a lo Inmediato*.

El perfil *Extremadamente inmediato* reporta valores más bajos en las tres variables de alimentación saludable en comparación con las agrupaciones *Moderados*, *Salud futura y Trabajo inmediato* y *orientación inmediata*.

El perfil *Moderado* presenta valores más bajos que *Salud futura y trabajo inmediato* en todas las variables referidas a la alimentación saludable.

Por último, *Salud futura y trabajo inmediato* tiene valores más altos que el *Orientado a lo inmediato* en todas las variables referidas a las conductas alimenticias.

En las variables del ámbito laboral, se identificó un efecto principal significativo en el aumento de las demandas laborales desafiantes ($F(5, 289) = 2.31, p < .05, \eta^2 = .038$). Los análisis post hoc indicaron que el perfil *Moderado* informa un menor nivel de aumento de las demandas laborales desafiantes que el *Orientado a lo inmediato*.

Además, se encontró un efecto principal en la disminución de las demandas sociales del trabajo ($F(5, 289) = 3.35, p < .01, \eta^2 = .055$) entre los diferentes perfiles. El perfil *Salud inmediata y Trabajo futuro* reporta un nivel más elevado de disminución de las demandas sociales en el ámbito laboral que el perfil *Orientado a lo Inmediato*. También se observó que la agrupación *Orientado al futuro* presenta una puntuación más alta en la disminución de las demandas sociales del trabajo que el *Orientado a lo inmediato*.

6.7. Discusión general

El segundo estudio de esta tesis doctoral tuvo como objetivo explorar las diferencias inter- e intraindividuales de la CCF entre distintos dominios específicos. A su vez, se analizaron las relaciones de los perfiles latentes de la CCF con conductas relacionadas con la salud y el ámbito laboral. Como objetivo secundario, se evalúan las propiedades psicométricas de las escalas CCF en su formato general y sus versiones adaptadas a los dominios específicos.

Para cumplir con el primer objetivo de este estudio, se identificaron los perfiles latentes de las escalas CCF adaptadas a dominios específicos. Para esta investigación se realizaron dos estudios, cada uno con muestras e instrumentos específicos. En ambos estudios se obtienen resultados complementarios.

En el primer estudio, se identificaron cuatro perfiles: (I) *Moderado*; (II) *Orientación inmediata hacia la salud*, (III) *Orientado al futuro* y (IV) *Orientado a lo inmediato*. En el segundo, se identificó un modelo de seis perfiles latentes: (I) *Salud inmediata y trabajo orientado al futuro*; (II) *Orientado al futuro*; (III) *Extremadamente inmediato*; (IV) *Moderado*, (V) *Salud futura y trabajo orientado a lo inmediato* y (VI) *Orientado a lo inmediato*. En esta investigación, se presenta evidencia a favor de perfiles congruentes e incongruentes entre las diferentes escalas de dominios específicos de la CCF.

Se identificaron perfiles congruentes caracterizados por reportar puntuaciones por encima de la media en todas las subescalas del mismo marco temporal entre las diferentes versiones de las escalas CCF. Por ejemplo, el perfil denominado *Orientado a lo inmediato* del segundo estudio se caracteriza por puntuaciones elevadas en las subescalas inmediatas en todas las versiones de la escala CCF evaluadas. Este hallazgo sugiere que una parte significativa de la muestra comparte una orientación similar hacia la CCF en distintos ámbitos de su vida (Cole et al., 2016; Konowalczyk et al., 2019; McKay et al., 2014; Vásquez-Echeverría et al., 2020).

En los perfiles congruentes, se observaron diferencias en la intensidad de las puntuaciones de la CCF. Por ejemplo, en el segundo estudio el perfil *Orientado a lo inmediato* y el perfil *Extremadamente inmediato* reporta puntuaciones superiores a la media en todas las subescalas inmediatas del CCF, pero fueron diferentes en cuanto a su intensidad.

En esta investigación, también se identificaron perfiles incongruentes. Estas agrupaciones están caracterizadas por reportar puntuaciones elevadas en las consecuencias inmediatas en un dominio, y al mismo tiempo, una puntuación elevada en la consideración de las consecuencias futuras en otro dominio. Por ejemplo, en el segundo estudio se identificó el perfil *Salud inmediata y trabajo orientado al futuro*, agrupación caracterizada por puntuaciones elevadas en la subescala inmediata referida a conductas saludables, y simultáneamente, puntuaciones elevadas en la CCF futura asociada al ámbito laboral. Estos resultados sugieren que algunas personas reportan niveles de la CCF opuestos en diferentes dominios específicos, en este caso, las conductas saludables y variables referidas al ámbito laboral. Estos hallazgos respaldan la idea que existe un conjunto de personas que presentan heterogeneidad en los niveles de la CCF entre las diferentes áreas de sus vidas (McKay, Perry, & Cole, 2022; Murphy et al., 2020; Murphy & Murphy, 2018; van Beek et al., 2013). A su vez, se presenta evidencia de la incongruencia en los niveles de la CCF entre el ámbito de la salud y ámbito laboral, lo que apoya la noción de que estos constructos pueden estar asociados con conductas que a veces son conflictivas o incompatibles entre sí (Qian et al., 2019).

Las dos agrupaciones incongruentes identificadas en este estudio (denominadas: *Salud inmediata y trabajo orientado al futuro*; y *Salud futura y trabajo orientado a lo inmediato*) representan menos de 25% de la muestra. Este resultado sugiere que la mayoría de las personas reportan una CCF congruente en los diferentes dominios específicos, pero a la misma vez, hay un grupo relativamente pequeño que presenta una incongruencia en sus niveles de la CCF entre diferentes dominios específicos.

Los resultados obtenidos sugieren que la CCF podría concebirse como una distribución de estados (Fleeson & Jayawickreme, 2015) y que el ámbito de manifestación del rasgo podría ser un factor que explique las diferencias en los niveles de la CCF. Los hallazgos también van en la línea de investigaciones anteriores en las cuales se destacan la naturaleza dinámica de los constructos de personalidad, los cuales varían a lo largo del tiempo y en función de las diversas variables situacionales (Sosnowska et al., 2019, 2020).

En concordancia con la hipótesis del segundo objetivo, los perfiles con elevada puntuación en la subescala inmediata de la CCF relacionadas con la salud, se asocian a menores conductas

saludables. Los perfiles con elevada puntuación en la subescala inmediata de la CCF relacionada al entorno laboral informan un mayor aumento de demandas laborales desafiantes, y al mismo tiempo, una baja puntuación en la disminución de las demandas sociales. Las agrupaciones orientadas hacia la subescala futura de la CCF reportan un patrón completamente opuesto al descrito anteriormente, como era esperado teóricamente (Andre et al., 2018; Joireman et al., 2012; Kooij et al., 2017; van Beek et al., 2013).

Como objetivo secundario, en este estudio se evaluaron las propiedades psicométricas de las diferentes escalas CCF aplicadas con el fin de revisar su validez y confiabilidad. Los resultados respaldan las hipótesis propuestas. Se presenta evidencia de la confiabilidad de las diferentes versiones de las escalas CCF (Acuña et al., 2020; Loose et al., 2023; Vásquez-Echeverría et al., 2018) y se respalda la solución de dos factores correlacionados, como fue propuesto por Joireman et al. (2012). Los resultados presentados son similares a estudios previos que emplean la escala CCF adaptadas a dominios específicos (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Murphy et al., 2020; Murphy & Murphy, 2018; Pozolotina & Olsen, 2021), así como estudios que han utilizado las versiones abreviadas de la CCF (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Chng et al., 2022; Vilar et al., 2022).

Como era esperado, las variables referidas a la alimentación saludable y variables laborales se asocian más fuertemente con las escalas CCF adaptadas a los dominios específicos que con la ECCF-general al igual que en estudios anteriores (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Dassen et al., 2015; Murphy et al., 2020; Murphy & Dockray, 2018; Murphy & Murphy, 2018; Pozolotina & Olsen, 2021).

En síntesis, los resultados de este estudio indican que la predisposición de las personas hacia la CCF varía según los dominios específicos evaluados (Dassen et al., 2015; Murphy et al., 2020; Pozolotina & Olsen, 2021; van Beek et al., 2013). En otras palabras, una persona podría dar gran importancia a las consecuencias inmediatas de sus acciones en el ámbito de la salud, y a la misma vez, prioriza los resultados lejanos en el ámbito laboral.

6.7.1. Implicaciones Teóricas

Los resultados de este segundo estudio revelan que las puntuaciones de la CCF varían según el dominio específico evaluado. Estos patrones cuestionan los modelos tradicionales de personalidad, en los cuales se presupone que los rasgos son estables en diferentes contextos.

A su vez, se pone en duda la idoneidad de utilizar una evaluación general de la CCF (es decir, la ECCF-general), sugiriendo la importancia de adoptar un enfoque más dinámico y específico según el dominio (Murphy et al., 2020; Murphy & Murphy, 2018; Pozolotina & Olsen, 2021; van Beek et al., 2013).

La identificación de perfiles incongruentes sugiere que la CCF puede ser modulada por el contexto específico (como podría ser la salud o trabajo), lo que implica una mayor complejidad en los modelos de toma de decisiones. Por lo tanto, considerar los diferentes niveles de la CCF de las diversas esferas vitales, podría ofrecer una mejor comprensión de cómo las personas toman decisiones (Fleeson & Jayawickreme, 2015; Sosnowska et al., 2019).

6.7.2. Implicaciones Prácticas

Las políticas públicas que dependen de la orientación futura de los individuos, como las dirigidas a promover hábitos saludables, podrían tener un impacto más significativo en el cambio de comportamiento si se centran en la CCF específica de cada dominio, en lugar de basarse en la ECCF-general (McKay, Perry, Worrell, et al., 2022; Murphy & Dockray, 2018; van Beek et al., 2013).

Las escalas CCF adaptadas a dominios específicos logran evaluar de manera más precisa las relaciones entre la CCF y la toma de decisiones en diversas áreas específicas, como podría ser la salud y el ámbito laboral (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Dassen et al., 2015; Murphy et al., 2020; Murphy & Dockray, 2018; Murphy & Murphy, 2018; Pozolotina & Olsen, 2021).

6.7.3. Limitaciones y futuras direcciones

En esta investigación se presenta información valiosa y novedosa de las diferencias inter- e intraindividuales de la CCF entre los diferentes dominios específicos. A pesar de las precauciones metodológicas, este estudio presenta algunas limitaciones.

Los participantes fueron reclutados mediante un muestreo por conveniencia. Para generalizar los resultados sería necesario replicar el estudio en una muestra más amplia y/o en una muestra representativa (Andrade, 2020; Golzar et al., 2022; Watt & van der Berg, 2002).

En la composición de la muestra, se observa una alta proporción de estudiantes universitarios, particularmente en el segundo estudio (muestra de estudiantes universitarios que representa el 27.2% del total de la muestra en el primero estudio y un 39.8% en el segundo estudio). Aunque esta característica es común en estudios sobre temporalidad subjetiva (por ejemplo: Joireman et al., 2012; Ryack, 2012; Strathman et al., 1994), esto podría introducir sesgos en los resultados, lo cual limita la generalización de los hallazgos a poblaciones más diversas (Viswanathan, 2005). Estudios futuros deberían considerar trabajar con muestras más diversas, o representativas, con el fin de mitigar este sesgo y aumentar la generalización de los resultados

Los datos fueron recopilados a través de autoinformes, esto podría introducir sesgos metodológicos (Demetriou et al., 2015). Futuros estudios podrían beneficiarse de la recopilación de datos de otras fuentes, como podría ser la historia clínica u observación de conductas.

Los perfiles incongruentes constituyen menos del 25% de la muestra. Esto indica que la mayoría de los participantes presentan perfiles congruentes o moderados. Sería recomendable continuar investigando si estos patrones se repiten en muestras más amplias y en otras esferas vitales (en este estudio solo se tomó en cuenta la salud y ámbito laboral). Por ejemplo, la educación, vínculos sociales, entre otros. A su vez, será necesario continuar explorando las asociaciones entre las agrupaciones latentes con la toma de decisiones.

6.7.4. Conclusiones

Este fue uno de los primeros estudios en investigar las diferencias inter- e intraindividuales de la CCF en dominios vitales como salud y trabajo, utilizando un enfoque centrado en la

persona. Los resultados de este estudio indican que los niveles de la CCF varían según los diferentes dominios específicos evaluados.

Las diferencias intraindividuales en los niveles de la CCF sugieren que una persona puede estar orientada hacia las consecuencias inmediatas para su salud y, al mismo tiempo, hacia las consecuencias futuras de su comportamiento laboral. Este hallazgo apoya la creciente evidencia que sugiere que las puntuaciones de la CCF fluctúan, no solo a lo largo del tiempo, sino también en diferentes contextos específicos (Adams et al., 2023; Alvarez-Nuñez, 2018; Chang et al., 2023; Toepoel, 2010; Vásquez-Echeverría et al., 2018).

En conclusión, los resultados sugieren que es fundamental considerar las diferencias inter- e intraindividuales para comprender mejor las asociaciones entre la CCF y la toma de decisiones. En este sentido, los estudios con un enfoque centrado en la persona podrían ser fundamentales para captar estas dinámicas.

Capítulo 7

*La orientación a futuro y el bienestar en las parejas
románticas: el papel moderador de la CCF*

7.1. Introducción

Las parejas románticas juegan un papel clave en el bienestar (Apostolou et al., 2023; Kim et al., 2019; Proulx et al., 2007; Till & Niederkrotenthaler, 2022). A su vez, las mismas tienen un impacto significativo en variables personales, sociales y económicas (Abela, 2020).

Estudios previos destacan la importancia de las características individuales y la similitud entre sus miembros (Dyrenforth et al., 2010). La similitud, entendida como el grado de afinidad entre las parejas románticas en cualquier etapa de la relación (Luo, 2017), está asociada a un mayor bienestar, calidad, duración, afecto positivo y satisfacción con la pareja (Gaunt, 2006; Gonzaga et al., 2007; Luo, 2017).

Zimbardo y Boyd (2008) proponen que las parejas románticas con menor similitud en su temporalidad subjetiva experimentan mayores malentendidos, falta de comunicación, conflictos que surgen en las decisiones cotidianas como la elección de actividades de ocio, gestión del ahorro o las preferencias alimentarias. No obstante, la búsqueda bibliográfica muestra una escasez de estudios que exploren la asociación entre la CCF y el bienestar en la pareja. En este estudio, se propone abordar esta laguna investigando los niveles individuales de CCF y su similitud entre los miembros de la pareja romántica.

Este trabajo parte de la idea que la CCF influye en la toma de decisiones, la resolución de conflictos y la planificación en la pareja romántica, aspectos que están asociados con el bienestar.

7.2. Este estudio: Objetivos e hipótesis

Primer objetivo: explorar las fluctuaciones diarias de los niveles de la CCF y su asociación con la felicidad y la satisfacción con la pareja.

Estudios previos sugieren que los niveles de la CCF varían diariamente (Vásquez-Echeverría et al., 2018) e incluso semanalmente (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Camus et al., 2014; Nigro et al., 2016), cambios que podrían deberse a variables situacionales y a eventos vitales (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2020; Furr & Funder, 2021; Rauthmann

et al., 2015; Vásquez-Echeverría et al., 2018). Por lo tanto, en este trabajo se propone que las puntuaciones CCF fluctuarán a nivel diario.

Hasta dónde llega nuestro conocimiento, no existen investigaciones que exploren la relación entre los niveles individuales de la CCF y el bienestar en la pareja. Sin embargo, estudios relacionados con esta temática indican que la orientación a futuro se asocia a mayor intención y realización de conductas saludables (Andre et al., 2018) y satisfacción con la vida (Azizli et al., 2015). A su vez, la orientación futura promueve el optimismo, confianza, felicidad (Kooij et al., 2018), y disminuye las conductas de riesgo (Kooij et al., 2018).

Los estudios que exploran las asociaciones entre la CCF y las conductas saludables revelan un patrón relativamente constante. Las conductas saludables se asocian negativamente con la CCF-I y positivamente con la CCF-F (Adams, 2012; Alvarez-Nuñez, 2018; Dassen et al., 2015; Gick, 2014; Joireman et al., 2012; Murphy et al., 2020; Percy et al., 2018; van Beek et al., 2013). Por lo tanto, se prevé que un aumento en la subescala futura de la CCF se asociará positivamente con la felicidad personal y la satisfacción con la pareja, mientras que un aumento en la subescala inmediata se relacionará negativamente con las variables de interés mencionadas (Andre et al., 2018; Azizli et al., 2015; Kooij et al., 2018).

Segundo objetivo: explorar las asociaciones entre los niveles individuales de la CCF, su similitud entre los miembros de la pareja romántica y el bienestar en la pareja.

Este estudio parte de la premisa que la puntuación individual de la CCF y su similitud entre los miembros de la pareja influyen en la toma de decisiones, la resolución de conflictos y la planificación, aspectos que se asocian con la dinámica y el bienestar de la relación. Por lo tanto, se espera que las parejas románticas con baja similitud en las puntuaciones individuales de la CCF presenten menor felicidad personal y satisfacción con la pareja. En cambio, las parejas románticas con alta similitud en la CCF reportarán niveles más altos de felicidad personal y satisfacción con la pareja. Esta hipótesis se basa en la teoría de Zimbardo y Boyd (2008), quienes sugieren que una baja similitud en la temporalidad subjetiva puede provocar malentendidos y conflictos en la resolución de dilemas temporales. Reforzando esta idea, las investigaciones

anteriores evidencian que una alta similitud en los rasgos de la personalidad, conductas e identidad se asocia a un mayor bienestar en la pareja (Gaunt, 2006; Gonzaga et al., 2007; Luo, 2017; Wu et al., 2020).

Tercer objetivo: examinar el efecto moderador de la similitud de los niveles de la CCF en la relación entre la puntuación individual de la CCF y el bienestar de las parejas románticas.

La similitud en los niveles de la CCF moderará la relación entre las puntuaciones individuales de la CCF y el bienestar de las parejas románticas. Sobre este punto, se propone que la similitud en los niveles de la CCF refuerza la compatibilidad entre los miembros de la pareja romántica, minimizando sus discrepancias y conflictos. Por lo tanto, se anticipa que las parejas románticas con alta similitud en la CCF-I experimentarán un impacto negativo menos pronunciado de sus puntuaciones individuales de la CCF-I en el bienestar de la relación, en comparación con las parejas que reporten con menor similitud. A su vez, las parejas románticas con alta similitud en sus niveles de la CCF-F experimentarán un mayor impacto positivo en su bienestar en la pareja, comparado con aquellas parejas con baja similitud en la CCF-F (Zimbardo & Boyd, 2008).

Para alcanzar los objetivos propuestos, se analizará la estabilidad temporal de las puntuaciones de la CCF a través de la estimación de los CCI. El patrón de asociación entre los niveles individuales de la CCF y su similitud en los miembros de la pareja se examinará utilizando modelos de análisis de regresión multinivel.

7.3. Método

7.3.1. Tipo y diseño de investigación

Este estudio adopta un diseño descriptivo no experimental, implementado a través de un enfoque diario. Se seleccionó un método diario porque los niveles personales de la CCF (Alvarez-Nuñez, 2018; Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Camus et al., 2014; Nigro et al., 2016;

Vásquez-Echeverría et al., 2018) y factores de bienestar en la pareja (Berli et al., 2021; Mennenga, 2015; Teshale & Lachman, 2016) fluctúan en periodos cortos de tiempo.

Este enfoque permite explorar las relaciones dinámicas entre los niveles de la CCF con el bienestar de las parejas románticas (Bolger & Laurenceau, 2013). A su vez, este enfoque permitirá contribuir a la literatura emergente sobre modelos de interacción persona por situación (Gallagher & Lopez, 2019; Rauthmann, 2020).

7.3.2. Participantes

La muestra está compuesta por 60 parejas románticas heterosexuales (que corresponden a 120 sujetos) provenientes de España. La edad de los hombres varía entre los 23 y 60 años ($Media_{edad} = 42.6$; $DT_{edad} = 9.81$) y la de las mujeres entre 23 y 59 años de edad ($Media_{edad} = 40.57$; $DT_{edad} = 10.01$). El 40.9% de las parejas románticas no tiene hijos, el 26.1% tiene uno, el 27.8% dos y el 5.2% entre tres a cinco hijos.

El 5% de los participantes tienen la primaria completa, el 25% completaron secundaria, el 45% tienen un título terciario universitario, y el 25% tienen títulos de máster o doctorado. Todos los participantes trabajaban en el sector servicios, con una amplia gama de profesionales, desde maestros de escuela hasta médicos. Los participantes tienen un promedio de 20.20 años de antigüedad en su puesto actual de trabajo ($DT = 10.7$), y trabajan 35.80 horas a la semana ($DT = 14.4$).

7.3.3. Instrumentos

Cuestionario sociodemográfico. Se preguntó por la edad, sexo, máximo nivel educativo alcanzado y cantidad de hijos de cada miembro de la pareja romántica. A su vez, se consultó si estaban trabajando, en qué área trabajaban, años de antigüedad en el puesto y horas laborales semanales.

Escala de consideración de las consecuencias futuras. Se aplicó el instrumento CCF de 14 ítems en español para evaluaciones diarias, instrumento con adecuadas propiedades

psicométricas (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Vásquez-Echeverría et al., 2018). Los ítems se evalúan mediante una escala Likert con siete valoraciones (1 = no se aplica a tu experiencia; 7 = se aplica completamente a tu experiencia). La subescala inmediata está compuesta por los ítems 3, 4, 5, 9, 10, 11,12 y la subescala futura por los ítems 1, 2, 6, 7, 8, 13, 14.

La similitud diaria se calculó mediante la diferencia en las puntuaciones de la CCF entre los miembros de cada pareja. Es decir, se calculó el valor absoluto de la diferencia entre las puntuaciones del primer miembro y segundo miembro para cada día (Edwards, 2001; Furler et al., 2013). En esta variable calculada, un valor bajo refleja una alta similitud entre los miembros de las parejas románticas, mientras que un valor alto implica una baja similitud (Dyrenforth et al., 2010; Edwards, 2001; Furler et al., 2013). La asignación del primer miembro y segundo miembro se realizó de forma aleatoria, basada en el orden en que los sujetos aparecían en la base de datos.

Dadas las características del estudio, se calcularon los omega de McDonald multinivel como propone Geldhof et al. (2014). En la subescala inmediata de la CCF, la fiabilidad media es de .88 a nivel intraindividual y de .70 a nivel interindividual en las cinco mediciones. Para la subescala futura de la CCF, la fiabilidad es de .83 a nivel intraindividual y de .78 a nivel interindividual.

Escala de felicidad subjetiva. Se empleó la escala de Lyubomirsky y Lepper (1999) de cuatro ítems evaluada mediante una escala Likert con seis valoraciones (1= Nada cierto; 6= Totalmente cierto). Dado el enfoque en experiencias diarias, los ítems fueron ligeramente modificados. Ejemplo de ítem: Hoy, en horas de la tarde, fuera de mi horario laboral, considero que he sido feliz. Para maximizar la consistencia y relevancia de la escala, se seleccionaron los tres ítems con mayor carga factorial y correlación inter-ítem, con los cuales se calcula la puntuación total. La fiabilidad fue evaluada en las cinco ocasiones, con un coeficiente ω promedio de .82 a nivel intraindividual y de .91 a nivel interindividual.

Satisfacción con la pareja. La satisfacción diaria de la pareja se midió utilizando la escala de Kunin (1955) constituida por un único ítem. Los participantes respondieron al ítem

seleccionando una cara de entre seis caras posibles. Las puntuaciones se codificaron entre cero (cara que representa el estar muy insatisfecho) y seis (que corresponde a estar muy satisfecho). La puntuación media de satisfacción con la pareja fue de 5.32 (DT= 0.88) a lo largo de las cinco mediciones.

En el Anexo 10, se presentan los formularios empleados en el tercer estudio, que incluyen el cuestionario sociodemográfico (Anexo 10.1), la ECCF-General aplicada a nivel diario (Anexo 10.2), escala de felicidad subjetiva (Anexo 10.3) y cuestionario de satisfacción con la pareja (Anexo 10.4).

7.3.4. Procedimiento

El estudio recibió la aprobación del Comité de Ética de la Facultad de Psicología de la UCM. A todos los participantes se les brindó una hoja de información con los detalles del estudio y se les solicitó su consentimiento informado por escrito antes de participar.

La participación fue voluntaria y anónima. Los formularios se completaron a través de la plataforma web *Qualtrics* (enlace: <https://www.qualtrics.com>). Para garantizar el anonimato y la privacidad de los datos, las respuestas se identificaron mediante códigos aleatorios. A cada participante se le asignaron dos códigos, uno para identificar a la pareja romántica, y otro que identificaba a cada miembro individualmente.

Los participantes fueron contactados mediante las redes sociales del equipo de investigación de la UCM, liderado por el tutor de esta tesis doctoral, Mirko Antino. A su vez, se realizó una invitación general a los estudiantes de la UCM a participar en el estudio.

Los formularios se completaron diariamente durante cinco días consecutivos, de lunes a viernes, excepto el cuestionario sociodemográfico que se completó solo en la primera ola. La recogida de datos comenzó el lunes para todos los participantes. Cada día se les envió un recordatorio por correo electrónico para completar los cuestionarios. Los formularios se respondieron en dos momentos del día. La escala CCF se completó después de la jornada laboral y el resto de los formularios se completaron antes de ir a dormir, es decir, al finalizar el día.

7.3.5. Análisis de datos

En este estudio, participaron un total de 88 parejas románticas (equivalente a 176 sujetos). Del total de participantes, 61 parejas proporcionaron respuestas de ambos miembros, resultando en una tasa de respuesta del 69%, considerada buena (Ohly et al., 2010). De las 61 parejas románticas, se excluyeron las respuestas de una pareja romántica por presentar datos incompletos en sus formularios. La muestra final incluye 60 parejas (120 participantes y un total de 600 observaciones).

Para llevar a cabo los objetivos de este estudio, se calcularon los estadísticos descriptivos y los coeficientes de correlación (a nivel personal y diario) entre la CCF y las variables de interés. Los coeficientes de correlación $< .20$ son considerados débiles, entre $.20$ y $.39$ bajos, entre $.40$ y $.59$ moderados, entre $.60$ y $.79$ moderadamente altos, y $\geq .80$ altos (Ferguson, 2009; Zhu, 2012).

Para evaluar la variabilidad inter- e intraindividual en la CCF se calcularon los CCI en tres niveles (diario, individual y de pareja). Estos coeficientes permiten explorar la cantidad de varianza inter- e intraindividual (Singer & Willett, 2003). En estudios con medidas repetidas y autoinformes, es habitual que los valores de CCI oscilen entre $.20$ a $.40$ (Bolger & Laurenceau, 2013).

Dada la estructura anidada de los datos, se realizó un análisis multinivel con mediciones individuales (Nivel 1: $N = 300$ observaciones) dentro de las parejas románticas (Nivel 2, $N = 60$ parejas). Para la evaluación de los parámetros, se utilizó el método de máxima verosimilitud restringida, recomendado para modelos con efectos mixtos (De Leeuw et al., 2007; Elff et al., 2021). Este análisis incluyó la especificación de un intercepto aleatorio a nivel de pareja, con el objetivo de tener en cuenta las variaciones entre parejas.

Los modelos multinivel se realizaron para la subescala inmediata y futura de la CCF por separado. Cada modelo fue desarrollado en cuatro etapas. En primer lugar, se testeó la relación entre la puntuación individual de la CCF y el bienestar. En el segundo modelo, se exploró la relación entre la similitud de la CCF y las variables de interés. En el tercer modelo, se incluyó la puntuación individual de la CCF y su similitud, como predictores de efectos fijos. En el último modelo, se analizó el efecto moderador de la similitud en los niveles de la CCF entre las parejas

románticas, en la relación entre la CCF individual con las variables referidas al bienestar de las parejas románticas. En todos los modelos se controlaron los efectos del número de hijos y la edad de cada miembro de la pareja. Las interacciones estadísticamente significativas fueron representadas gráficamente mediante sus respectivas figuras.

Los análisis de este estudio se realizaron con el paquete estadístico SPSS versión 25. No se imputaron los valores perdidos. Los omegas de McDonald multinivel se estimaron mediante el programa MPLUS versión 8.3 con el estimador de máxima verosimilitud con errores estándar.

7.3.6. Muestreo y criterios de inclusión

Los participantes fueron seleccionados mediante un muestreo por conveniencia y no probabilístico. Para participar en el estudio, las personas debían ser mayores de edad (es decir, ≥ 18 años de edad), tener una relación estable, vivir con su pareja y tener un trabajo estable. Para este estudio, una pareja romántica se define como un vínculo sentimental y sexual entre dos personas (Zumaya et al., 2008).

7.4. Resultados

En primer lugar, se presentan los estadísticos descriptivos y los coeficientes de correlación, los cuales permiten describir los datos y abordar el primer objetivo. Luego, se presentan los resultados de los modelos multinivel testeados.

7.4.1. Estadísticos descriptivos y coeficientes de correlación

En la Tabla 20, se presentan los estadísticos descriptivos, correlaciones y CCI (a nivel persona, pareja y día) de la CCF y las variables de interés (felicidad personal y satisfacción con la pareja).

Tabla 20

Estadísticos descriptivos y coeficientes de correlación

	Media (DT)	1	2	3	4	5	6	CCI		
								Persona	Pareja	Día
1. CCF-Inmediata	3.42 (0.93)	-	.18**	.06	-.04	.02	.01	.52	.22	< .01
2. CCF-Inmediata: similitud	1.07 (0.77)	.33**	-	-.11*	-.09	.04	.01	.31	.19	< .01
3. CCF-Futura	3.15 (1.16)	.05	-.03	-	.09	.01	-.01	.45	.15	< .01
4. CCF-Futura: similitud	1.40 (1.03)	-.10	.07	.05	-	-.59**	-.67**	.29	.21	.01
5. Felicidad	4.15 (1.33)	-.25**	.08	.10	.19*	-	.68**	.21	.11	.04
6. Satisfacción	5.32 (0.88)	-.27**	-.03	.02	.15	.41**	-	.42	.32	< .01

Nota. Media (DT) = Media (Desviación Típica); CCI= Coeficiente de correlación intraclase; CCI: Persona = coeficiente de correlación intraclase a nivel persona; CCI: Pareja = coeficiente de correlación intraclase a nivel de pareja; CCI: Día = coeficiente de correlación intraclase a nivel día; CCF-Inmediata= subescala inmediata de la consideración de las consecuencias futuras; similitud = diferencia entre las puntuaciones en la subescala CCF entre los miembros de la pareja romántica; CCF-Futura= subescala futura de la consideración de las consecuencias futuras; Las correlaciones por debajo de la diagonal son a nivel de persona y por encima de la diagonal son a nivel de día; ** $p < .01$; * $p < .05$

A nivel individual, la mayoría de las asociaciones es baja, salvo la asociación positiva y moderada entre la felicidad personal y la satisfacción con la pareja. La CCF-I se asocia positivamente con su similitud entre los miembros de la pareja romántica ($r = .33$; $p < .01$) y negativamente con la felicidad personal ($r = -.25$; $p < .01$) y la satisfacción con la pareja ($r = -.27$; $p < .01$). La similitud en los niveles de la CCF-F se asocia positivamente con la felicidad personal ($r = .19$; $p < .05$).

A nivel diario, se observan correlaciones de bajas a moderadas entre las variables. La similitud en la CCF-I se asocia positivamente con la puntuación individual de la CCF-I ($r = .18$; $p < .01$) y negativamente con la CCF-F individual ($r = -.11$; $p < .05$). La similitud en los niveles de la CCF-F se asocia negativamente con la felicidad personal ($r = -.59$; $p < .01$) y la satisfacción con la pareja ($r = -.67$; $p < .01$). La felicidad personal se asocia positivamente con la satisfacción con la pareja ($r = .68$; $p < .01$).

Los CCI de la CCF presentan variaciones en los diferentes niveles evaluados. A nivel de persona, la variabilidad oscila desde un 29% (en la similitud de la CCF-F) a un 52% (en la CCF-I). A nivel de pareja, la variabilidad oscila entre el 15% (en la CCF-F) al 22% (en la CCF-I). A nivel diario, el 1% de la variabilidad es atribuible a diferencias entre los días.

7.4.2. Testeo de modelos multinivel

En esta sección, se presentan los resultados del modelo multinivel. En primer lugar, se presentan los resultados de los modelos de la subescala inmediata de la CCF. En segundo lugar, se presentan los resultados de la subescala futura de la CCF. La interpretación de los resultados se realiza en tres pasos. En primer lugar, se interpretan las asociaciones entre las puntuaciones de la CCF. Es decir, la puntuación individual de la CCF, su similitud, y su relación con las variables de interés (modelo 1 y modelo 2). En segundo lugar, se evalúan los resultados del modelo que incluye tanto la puntuación individual de la CCF como su similitud entre los miembros de la pareja romántica (modelo 3). Por último, se analiza el efecto moderador de la similitud en la CCF en la relación entre la puntuación individual de la CCF y los factores de bienestar en la pareja (modelo 4).

En la Tabla 21, se presentan los resultados de los modelos multinivel para la subescala inmediata de la CCF.

Tabla 21

Modelos multinivel para la subescala inmediata de la CCF diaria

	Felicidad personal			Satisfacción con la pareja		
	β (SE)	<i>t</i>	<i>p</i>	β (SE)	<i>t</i>	<i>p</i>
Modelo 1						
Intercepto	4.87(.42)**	11.70	<.01	6.19(.37)**	16.64	<.01
CCF-I	-.17(.06)**	-2.72	<.01	-.12(.04)**	-2.90	<.01
Cantidad de niños	-.03(.09)	-0.35	.73	.02(.08)	0.29	.77
Edad	.01(.01)	-0.09	.93	-.01(.01)	-1.30	.20
Ajuste: BIC; AIC; Loglik	1380.5; 1388.7; 1376.5			1129.1; 1136.8; 1125.1		
Modelo 2						
Intercepto	4.45(.44)**	10.09	<.01	5.79(.39)**	14.73	<.01
CCF-I: similitud	-.21(.08)**	-2.51	<.01	-.07(.05)	-1.24	.22
Cantidad de niños	.03(.10)	0.29	.77	.04(.09)	0.45	.66
Edad	.01(.01)	-0.13	.90	-.01(.01)	-1.11	.27
Ajuste: BIC; AIC; Loglik	1023.6; 1015.6; 1011.6			831.5; 823.8; 819.8		
Modelo 3						
Intercepto	4.98(.49)**	10.19	<.01	6.18(.42)**	14.64	<.01
CCF-I	-.16(.07)*	-2.22	.03	-.11(.05)*	-2.27	.02
CCF-I: similitud	-.15(.08)	-1.79	.07	-.03(.06)	-0.58	.56
Cantidad de niños	.03(.10)	0.31	.76	.04(.08)	0.53	.60
Edad	.01(.01)	-0.24	.81	-.01(.01)	-1.28	.20
Ajuste: BIC; AIC; Loglik	1234.3; 1226.3; 1222.3			1033; 1025.3; 1021.3		
Modelo 4						
Intercepto	6.25(.62)**	10.00	<.01	6.25(.50)**	12.4	<.01
CCF-I	-.52(.14)**	-3.82	<.01	-.13(.10)	-1.36	.18
CCF-I: similitud	-.91(.26)**	-3.46	<.01	-.08(.18)	-0.43	.67
CCF-I*CCF-I similitud	.21(.07)**	3.06	<.01	.01(.05)	0.26	.79
Cantidad de niños	.03(.10)	0.30	.76	.04(.08)	0.51	.61
Edad	.01(.01)	-0.34	.74	-.01(.01)	-1.28	.21
Ajuste: BIC; AIC; Loglik	1536; 1528; 1524			1274.9; 1267.2; 1263.2		

Nota. CCF-I= subescala inmediata de la consideración de las consecuencias futuras; CCF-I: similitud: similitud en las puntuaciones individuales de la subescala inmediata entre los miembros de la pareja romántica; Ajuste: BIC; AIC; Loglik = Ajuste del modelo: Criterio de información bayesiana; Criterio de información de Akaike; Log Likelihood; Modelo 1 = Modelo de regresión con la media de la subescala inmediata; Modelo 2: Modelo de regresión con la media de la similitud la subescala inmediata entre los miembros de la pareja romántica; Modelo 3= Modelo con la media y similitud en la subescala inmediata; Modelo 4= Modelo similar al Modelo 3 con la interacción entre la media y la similitud en la subescala inmediata; En todos los modelos se ingresó la cantidad de hijos y edad como variables de control; ** $p < .01$; * $p < .05$.

Cuando se consideran por separado las puntuaciones individuales de la CCF-I, tanto la puntuación individual, como su similitud (modelos 1 y 2), se asocia negativamente con la felicidad personal y la satisfacción con la pareja. En el segundo modelo, la similitud en la CCF-I pierde su relación estadísticamente significativa en la explicación de la satisfacción con la pareja.

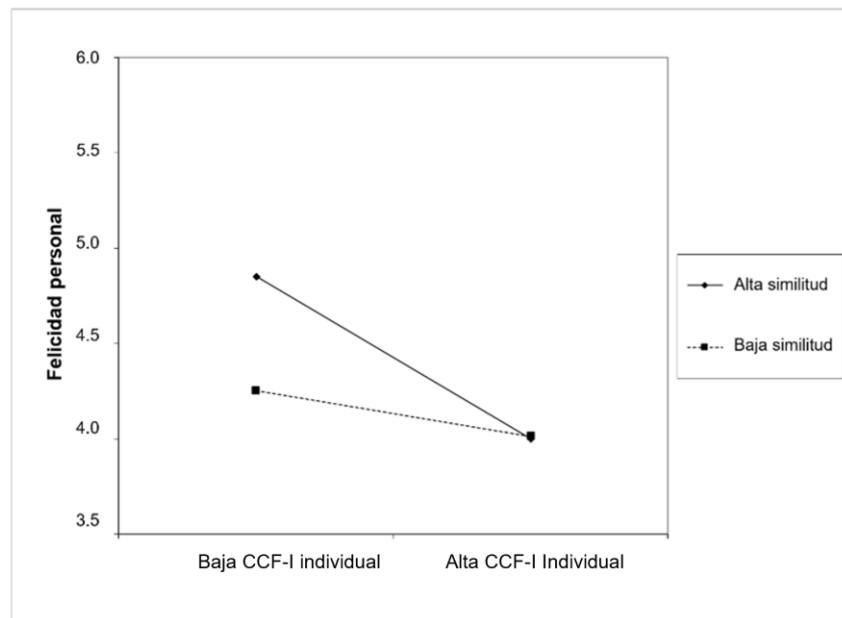
Al incluir la puntuación individual de la CCF-I y su similitud en un mismo modelo (Modelo 3), la CCF-I individual mantiene la asociación negativa con la felicidad y la satisfacción con la pareja. La asociación entre la similitud en la CCF-I y la felicidad personal no son estadísticamente significativas en este modelo.

En el último modelo, que incluye la interacción entre las puntuaciones individuales de la CCF y su similitud, se observa un efecto interactivo. La CCF-I y su similitud se asocian negativamente con la felicidad. Un aumento en la similitud en la CCF-I entre los miembros potencia su efecto sobre la felicidad personal. Este resultado sugiere que el efecto de la CCF-I en la felicidad está moderado por la similitud en los niveles de la CCF-I entre los miembros románticos.

En la Figura 5, se presenta el gráfico de interacción que representa cómo la similitud en la CCF-I modera la relación entre su puntuación individual y la felicidad personal. Las parejas con alta similitud y bajas puntuaciones individuales en la CCF-I reportan niveles más altos de felicidad personal, en comparación con aquellas parejas con similitud, pero elevada CCF-I individual. Por otro lado, en las parejas con baja similitud en CCF-I, los individuos con bajas puntuaciones en esta subescala informan niveles de felicidad ligeramente superiores en comparación con aquellos con puntuaciones individuales altas en CCF-I.

Figura 5

Efecto moderador de la similitud en la CCF-I diaria en la relación entre la CCF-I individual y la felicidad



En la Tabla 22, se presentan los resultados de los modelos multinivel para la subescala futura de la CCF.

Tabla 22

Modelos multinivel para la subescala futura de la CCF diaria

	Felicidad personal			Satisfacción con la pareja		
	β (SE)	<i>t</i>	<i>p</i>	β (SE)	<i>t</i>	<i>p</i>
Modelo 1						
Intercepto	3.49(.42)**	8.28	<.01	5.56(.37)**	14.9	<.01
CCF-F	.17(.05)**	3.30	<.01	.03(.04)	0.82	.41
Cantidad de niños	-.08(.09)	-0.90	.37	.01(.08)	-0.03	.98
Edad	.01(.01)	0.70	.49	-.01(.01)	-0.87	.39
Ajuste: BIC; AIC; Loglik	1368.8; 1376.9; 1364.8			1109.9; 1117.6; 1105.9		
Modelo 2						
Intercepto	4.06(.45)**	9.00	<.01	5.71(.39)**	14.47	<.01
CCF-F: similitud	.06(.07)	0.99	.32	.03(.04)	0.74	.46
Cantidad de niños	-.01(.11)	-0.06	.95	-.02(.09)	-0.24	.81
Edad	.10(.01)	0.12	.91	-.01(.01)	-1.06	.29
Ajuste: BIC; AIC; Loglik	1022.2; 1014.2; 1010.2			814.4; 806.7; 802.7		
Modelo 3						
Intercepto	3.39(.52)**	6.54	<.01	5.39(.43)**	12.52	<.01
CCF-F	.15(.06)**	2.54	<.01	.07(.04)	1.74	.08
CCF-F: similitud	.08(.06)	1.22	.22	.04(.04)	0.87	.38
Cantidad de niños	-.06(.11)	-0.56	.58	-.05(.09)	-0.56	.58
Edad	.01(.01)	0.62	.54	-.01(.01)	-0.74	.46
Ajuste: BIC; AIC; Loglik	1229.6; 1221.5; 1217.5			1019.1; 1011.4; 1007.4		
Modelo 4						
Intercepto	3.01(.63)**	4.77	<.01	4.87(.49)**	9.95	<.01
CCF-F	.26(.12)*	2.14	.03	.22(.08)**	2.79	<.01
CCF-F: similitud	.24(.17)	1.43	.15	.27(.11)*	2.40	.02
CCF-F*CCF-F similitud	-.05(.05)	-1.05	.30	-.07(.03)*	-2.23	.03
Cantidad de niños	-.07(.11)	-0.63	.53	-.06(.09)	-0.72	.48
Edad	.01(.01)	0.69	.49	-.01(.01)	-0.60	.55
Ajuste: BIC; AIC; Loglik	1528; 1519.9; 1515.9			1256.4; 1248.8; 1244.8		

Nota. CCF-F= subescala futura de la consideración de las consecuencias futuras; CCF-F: similitud: similitud en las puntuaciones individuales de la subescala futura entre los miembros de la pareja romántica; Ajuste: BIC; AIC; Loglik = Ajuste del modelo: Criterio de información bayesiana; Criterio de información de Akaike; Log Likelihood; Modelo 1 = Modelo de regresión con la media de la subescala futura; Modelo 2: Modelo de regresión con la media de la similitud en la subescala futura entre los miembros de la pareja romántica; Modelo 3= Modelo con la media y similitud en la subescala futura; Modelo 4= Modelo similar al Modelo 3 con la interacción entre la media y la similitud en la subescala futura; En todos los modelos se ingresó la cantidad de hijos y edad como variables de control; ** $p < .01$; * $p < .05$.

Quando se examinan las puntuaciones de la CCF-F individual, y su similitud (modelos 1 y 2), solo la CCF-F individual se asocia positivamente con la felicidad personal. La similitud en la

CCF-F muestra asociaciones sin significancia estadística con la felicidad personal y la satisfacción con la pareja.

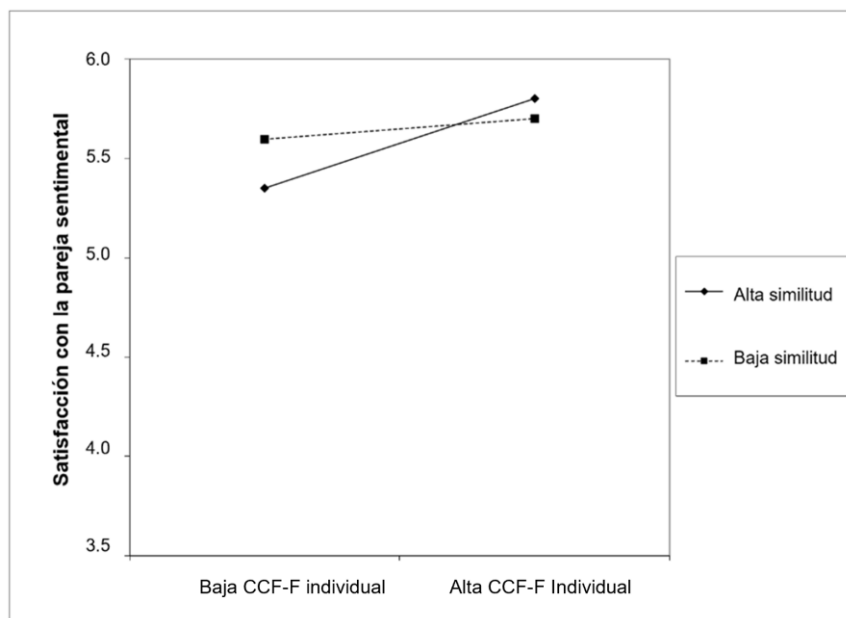
En el tercer modelo, que incluye tanto la puntuación individual de la CCF-F como su similitud, se mantiene la asociación positiva entre la CCF-F individual y la felicidad personal.

En el cuarto modelo, el que evalúa la interacción entre las puntuaciones individuales de la CCF y sus similitudes en conjunto, se observan cuatro asociaciones estadísticamente significativas. La CCF-F individual se asocia positivamente con la felicidad personal y la satisfacción con la pareja. La similitud en las puntuaciones de la CCF-F se asocia positivamente con la satisfacción con la pareja. En este modelo, se observa un efecto interactivo, el cambio en la similitud se asocia con una disminución en el efecto de la CCF-F individual sobre la satisfacción con la pareja. El resultado sugiere que el efecto de la CCF-F en la satisfacción con la pareja está moderado por la similitud en CCF-F entre los miembros de la pareja.

En la Figura 6, se presenta el gráfico que representa cómo la similitud en la CCF-F modera la relación entre la puntuación individual de la CCF-F y la satisfacción con la pareja. Las parejas con alta similitud y alta CCF-F individual reportan mayor satisfacción con la pareja en comparación con aquellas con alta similitud pero baja CCF-F individual. Entre las parejas con baja similitud en la CCF-F, la satisfacción con la pareja es relativamente mayor entre quienes tienen una alta puntuación individual en CCF-F, que aquellos que tienen baja CCF-F individual.

Figura 6

Efecto moderador de la similitud en la CCF-F diaria en la relación entre la CCF-F individual y la satisfacción con la pareja



7.5. Discusión

El tercer estudio de esta tesis doctoral está compuesto por tres objetivos específicos. Primero, se analizaron las fluctuaciones diarias de la CCF y sus asociaciones con la felicidad personal y la satisfacción con la pareja. En segundo lugar, se examinaron las relaciones entre los niveles individuales de la CCF, su similitud entre los miembros de la pareja romántica y el bienestar. Por último, se evaluó el efecto moderador de la similitud de la CCF en la relación entre su puntuación individual y el bienestar de las parejas románticas.

Para abordar el primer objetivo, se calcularon los CCI en los niveles individual, de pareja y diario. Los niveles de la CCF varían en períodos cortos de tiempo, tal como fue señalado en estudios con intervalos diarios y semanales (Camus et al., 2014; Nigro et al., 2016; Vásquez-Echeverría et al., 2018). Esto sugiere que la CCF fluctúa en el tiempo en un contexto previamente inexplorado: las parejas románticas.

En este manuscrito no se examinan los mecanismos subyacentes que explican las fluctuaciones en la CCF. Empero, se teoriza que las fluctuaciones podrían atribuirse a las características personales y variables situacionales (Fleeson & Jayawickreme, 2015; Gallagher & Lopez, 2019; Rauthmann, 2020; Sosnowska et al., 2019, 2020). Asimismo, se propone que la CCF podría entenderse como una distribución de estados que oscilan alrededor de una media individual, de acuerdo con la Teoría de los rasgos de personalidad (Fleeson & Jayawickreme, 2015).

Tal como se planteó en la hipótesis inicial para el segundo objetivo, la CCF-F se asoció positivamente con la felicidad personal y la satisfacción con la pareja, mientras que la CCF-I presentó el patrón opuesto. Aunque las investigaciones anteriores no exploran de manera directa la relación entre CCF, felicidad y satisfacción, nuestros hallazgos complementan la evidencia existente (Adams, 2012; Alvarez-Nuñez, 2018; Dassen et al., 2015; Gick, 2014; Joireman et al., 2012; Murphy et al., 2020; Percy et al., 2018; van Beek et al., 2013). Nuestros resultados también son congruentes con las investigaciones que exploran las asociaciones entre las variables del bienestar con constructos más amplios de la orientación temporal (Andre et al., 2018; Azizli et al., 2015; Kooij et al., 2018).

Al analizar el papel moderador de la similitud en la CCF, se identifican dos efectos interactivos. Por un lado, la similitud en la CCF-I modera la relación entre la puntuación individual de la CCF-I y la felicidad personal. Por otro lado, la similitud en la CCF-F modera la relación entre la puntuación individual de la CCF-F y la satisfacción con la pareja. Los resultados sugieren que una mayor similitud en la CCF entre los miembros de la pareja romántica amortigua los efectos potencialmente negativos de una elevada CCF-I individual, y al mismo tiempo, potencia los beneficios de una elevada CCF-F individual. Estos hallazgos coinciden con estudios previos que resaltan la importancia de la similitud en parejas románticas y su impacto en el bienestar (Gonzaga et al., 2007; Luo, 2017).

Al centrarnos en parejas con baja similitud en sus niveles de CCF, identificamos dos patrones destacados. Por un lado, las personas con baja puntuación en la CCF-I individual reportan niveles ligeramente superiores de felicidad personal en comparación con aquellas con puntuaciones elevadas en la CCF-I individual. Por otro lado, las personas con elevada CCF-F

individual reportan un nivel de satisfacción personal levemente mayor que las personas con baja CCF-F individual. Estos resultados sugieren que el bienestar en la pareja depende tanto de las características individuales de cada miembro como de su interacción (Dyrenforth et al., 2010).

Los resultados obtenidos subrayan la importancia de diferenciar entre las dos subescalas de la CCF, dado que presentan patrones diferenciales con las variables de bienestar (Adams, 2012; Joireman et al., 2008, 2012; van Beek, 2016). Esta distinción permite identificar patrones de asociación específicos para cada factor (Joireman et al., 2008), lo que facilita una comprensión más precisa de cómo la CCF influye en el bienestar. Por ejemplo, la diferenciación de los dos factores permite explorar las relaciones entre la CCF y el bienestar en la pareja a través del modelo de amortiguación y susceptibilidad (Joireman et al., 2008, 2012). Desde el primer modelo, se propone que la CCF-F amortigua los fallos del autocontrol, mientras que desde el segundo modelo se teoriza que la CCF-I magnifica estos fallos.

En este estudio, se enfatiza el papel fundamental de la similitud en los niveles de la CCF y su relación en el bienestar en la pareja. Sobre este punto, se teoriza que las parejas con elevada similitud en la CCF tienen valores, objetivos y aspiraciones similares, lo que facilita tomar decisiones conjuntas y promueve el bienestar (Zimbardo & Boyd, 2008). Este patrón también podría manifestarse en otros vínculos sociales, como las relaciones padres-hijos, amigos o compañeros de trabajo.

En resumen, se presenta evidencia a favor de las fluctuaciones temporales de la CCF en períodos cortos de tiempo (Camus et al., 2014; Nigro et al., 2016; Vásquez-Echeverría et al., 2018). A su vez, se destaca la importancia de las puntuaciones individuales de la CCF y su nivel de similitud entre los miembros de la pareja romántica como factores clave que influyen en el bienestar de las relaciones románticas (Dyrenforth et al., 2010). La evidencia presentada subraya la importancia de comprender el impacto de la CCF en las interacciones sociales.

7.5.1. Implicaciones Teóricas

Nuestro estudio refuerza la evidencia sobre las fluctuaciones de la CCF a lo largo del tiempo (Adams et al., 2023; Alvarez-Nuñez, 2018; Chang et al., 2023; Toepoel, 2010; Vásquez-

Echeverría et al., 2018). Este resultado apoya la noción de maleabilidad del constructo, la cual podría ser promovida, o mitigada, mediante intervenciones clínicas (Adams et al., 2023; Chng et al., 2023).

Las investigaciones que busquen explorar las asociaciones entre la CCF con las dinámicas de las parejas románticas tendrán una mayor precisión si consideran las puntuaciones individuales de cada individuo y la similitud entre sus miembros (Dyrenforth et al., 2010).

Aunque este estudio se enfocó en evaluar las asociaciones entre la CCF individual y su similitud, con variables de bienestar de la pareja romántica, los hallazgos y conclusiones obtenidos podrían aplicarse en otras áreas relacionadas. Por ejemplo, en las dinámicas familiares o en los vínculos de amistad.

7.5.2. Implicaciones Prácticas

Sería pertinente diseñar intervenciones que incluyan la CCF. Los estudios destinados a mejorar las dinámicas de las parejas románticas podrían incorporar estrategias que promuevan la reflexión de las diferencias individuales y cómo las mismas impactan en las dinámicas de las parejas románticas. Por ejemplo, las terapias de pareja podrían incluir ejercicios de planificación conjunta a largo plazo, enfocados en alinear las metas de los miembros de la pareja, lo que favorece una mayor cohesión y comprensión mutua.

Las terapias de pareja también podrían integrar la evaluación y promoción de la similitud en la CCF, como parte de sus prácticas estándar. Al alinear las perspectivas temporales de ambos miembros de la pareja, es posible que se reduzcan los conflictos y se favorezca una mayor felicidad y satisfacción con la pareja. Este enfoque contribuiría a mejorar el bienestar individual de los integrantes de la pareja y a fortalecer la dinámica relacional en su conjunto.

Los conocimientos del estudio podrían ser útiles para los desarrolladores de aplicaciones de citas, como Tinder o Happn, que se basan principalmente en algoritmos de similitud. Estos algoritmos relacionan a posibles parejas románticas en función de datos personales, intereses, valores y diferencias individuales (Finkel et al., 2012). Dado el impacto de la similitud en la CCF, incorporar su evaluación en los algoritmos de emparejamiento de aplicaciones de citas podría

mejorar significativamente el proceso de emparejamiento para las personas que buscan parejas románticas.

7.5.3. Limitaciones y futuras direcciones

El estudio ofrece novedosos hallazgos sobre las fluctuaciones temporales de la CCF y las relaciones entre la CCF individual y su similitud entre los miembros de la pareja romántica con el bienestar en la pareja. A pesar de los recaudos metodológicos, este estudio presenta ciertas limitaciones.

Por un lado, las respuestas de los participantes fueron recabadas mediante autoinforme, esto podría introducir sesgos derivados de las percepciones subjetivas de los participantes, o de su inclinación a responder de una manera socialmente aceptable (Demetriou et al., 2015). Los futuros estudios podrían beneficiarse de otras fuentes de información, como la observación del comportamiento de las parejas o el reporte del otro miembro de la pareja, para mitigar estos sesgos.

Este estudio se basó en una muestra no representativa, lo que limita la generalización de los resultados. Se recomienda replicar este estudio en muestras representativas con el fin de extender la aplicabilidad de los resultados y conclusiones a población general (Andrade, 2020; Golzar et al., 2022; Watt & van der Berg, 2002).

En este trabajo no se evaluó la duración de la relación, una variable que podría ser clave para profundizar en la comprensión de la dinámica de las parejas románticas. Según Proulx et al. (2007) la relación entre la calidad de las parejas románticas y el bienestar personal varía en función de la duración de la relación. Estudios futuros podrían considerar incluir esta variable. A su vez, se recomienda profundizar en el efecto moderador de la similitud en la CCF, lo cual ayudará a enriquecer los modelos teóricos existentes y a esclarecer los mecanismos subyacentes a las dinámicas de la pareja.

7.5.4. Conclusiones

Este estudio proporciona evidencia de las fluctuaciones de la CCF y su relación con el bienestar de las parejas románticas, subrayando la importancia de evaluar tanto las puntuaciones

individuales como su similitud entre sus miembros. Este nuevo enfoque podría orientar a los individuos y a los asesores de pareja hacia decisiones que favorezcan el bienestar de la relación y la gestión de los conflictos.

Capítulo 8

Discusión general

8.1. Resumen de los principales hallazgos

Esta investigación tuvo como objetivo general explorar las variaciones inter- e intraindividuales de la CCF y analizar sus asociaciones con conductas vinculadas al bienestar y la salud. Para lograrlo, se realizaron tres estudios empíricos, cada uno con objetivos específicos.

En el primer estudio, se examinaron las fluctuaciones temporales de la CCF en intervalos semanales. Se aplicó la ECCF-general y sus versiones adaptadas a la salud, ámbito académico y laboral. También se analizaron las asociaciones entre las fluctuaciones en la CCF con la alimentación saludable, el compromiso académico y la implementación de ideas en el ámbito laboral.

El segundo estudio adoptó un enfoque centrado en la persona, analizando las diferencias inter- e intraindividuales en los niveles de la CCF en los dominios de la salud, actividad física, alimentación saludable y trabajo. También se exploraron las asociaciones entre los perfiles latentes de la CCF y las conductas saludables, evaluadas a través del consumo de bebidas alcohólicas, la actividad física y la alimentación saludable; así como su relación con comportamientos laborales medidos mediante la innovación en el trabajo y el job crafting.

En el tercer estudio, se exploraron las fluctuaciones diarias de la CCF y su asociación con el bienestar, evaluado a través de la felicidad y la satisfacción con la pareja. A su vez, se analizaron las asociaciones entre los niveles individuales de la CCF, su similitud entre los miembros de la pareja y el bienestar en la relación. Además, se investigó el efecto moderador de la similitud de la CCF en la relación entre la puntuación individual de la CCF y el bienestar.

De manera transversal a los tres estudios, se examinaron las propiedades psicométricas de las diferentes versiones de la escala CCF, incluida su adaptación a dominios específicos, medidas repetidas y a versiones abreviadas. Todas las escalas están redactadas en español.

Los hallazgos de esta investigación se agrupan en tres categorías principales: (I) variaciones inter- e intraindividuales de la CCF; (II) asociaciones de la CCF con el bienestar y la salud; (III) propiedades psicométricas de las escalas ECCF-general y sus versiones adaptadas. En la Tabla 23, se ofrece un resumen de los principales hallazgos de este manuscrito.

Tabla 23

Resumen de los principales hallazgos de esta investigación

Principales hallazgos

Variaciones inter- e intraindividuales de la CCF

Las puntuaciones de la CCF varían en intervalos diarios y semanales

Los niveles de la CCF varían entre los dominios específicos

La CCF puede considerarse un estado que varía alrededor de una media individual

Asociaciones de la CCF con el bienestar y la salud

La subescala inmediata de la CCF se asocia negativamente con indicadores del bienestar (por ejemplo: compromiso académico, felicidad individual, satisfacción con la pareja)

La subescala futura de la CCF se asocia positivamente con indicadores del bienestar (por ejemplo: alimentación saludable, implementación de ideas en el ámbito laboral, felicidad, satisfacción con la pareja)

La similitud en los niveles de la CCF entre los miembros de la pareja romántica es tan relevante como su puntuación individual para el bienestar

La similitud en la CCF modera la relación entre su puntuación individual y los indicadores de bienestar en la pareja

Propiedades psicométricas de las escalas ECCF-general y sus versiones adaptadas

La ECCF-general y sus versiones adaptadas a dominios específicos presentan propiedades psicométricas adecuadas tanto en estudios transversales como en medidas repetidas

Las escalas abreviadas de la CCF reportan propiedades psicométricas similares a su versión extensa

Las escalas CCF adaptadas a dominios específicos presentan asociaciones más fuertes con las variables de interés (variables referidas al bienestar y las conductas saludables) que la ECCF-general

Los resultados respaldan el modelo de dos factores correlacionados propuesto por Joireman et al. (2012)

Nota. CCF = Consideración de las Consecuencias Futuras; ECCF-general = Escala de consideración de las consecuencias futuras evaluada de forma general.

A continuación, se presenta un resumen de los principales hallazgos obtenidos por cada categoría.

Variaciones inter- e intraindividuales de la CCF

Los resultados en este manuscrito revelan que los niveles de la CCF no son uniformes a nivel inter- e intraindividual. En primer lugar, se observó que la CCF fluctúa en intervalos diarios (Estudio 3) y semanales (Estudio 1). Estas variaciones se observan en la ECCF-general y en sus versiones adaptadas a dominios específicos (Estudio 1).

Los hallazgos obtenidos coinciden con estudios previos que emplearon la ECCF-general en distintos idiomas y periodos temporales. Por ejemplo, en francés con un intervalo semanal (Camus et al., 2014); en italiano con un intervalo de ocho semanas (Nigro et al., 2016); y en español con intervalos de cuatro a cinco semanas (Alvarez-Nuñez, 2018) y con mediciones diarias (Vásquez-Echeverría et al., 2018). Es importante recordar que las investigaciones anteriores evaluaron la CCF mediante la ECCF-general y exploraron su estabilidad temporal mediante la estimación de los coeficientes de correlación test-retest. Por lo tanto, este manuscrito es el primero en evaluar las fluctuaciones temporales de la escala CCF adaptada a dominios específicos mediante la estimación de los coeficientes de correlación intraclase.

A su vez, los resultados obtenidos revelan que los niveles de la CCF varían según los dominios específicos evaluados (Estudio 2). Esta variabilidad se manifiesta en los perfiles congruentes e incongruentes identificados en el segundo estudio realizado. Los perfiles congruentes presentan puntuaciones elevadas en la misma subescala de la CCF (es decir CCF-I o CCF-F) en distintos dominios específicos. Este hallazgo es coherente con estudios previos realizados con otros constructos de temporalidad subjetiva (Cole et al., 2016; Konowalczyk et al., 2019; McKay et al., 2014; Vásquez-Echeverría et al., 2020). Por otro lado, los perfiles incongruentes agrupan personas con alta orientación hacia la subescala inmediata de la CCF en un dominio, y simultáneamente, puntuaciones elevadas en la subescala futura en otro dominio. Este hallazgo sugiere que las personas pueden presentar niveles heterogéneos de CCF en distintas áreas de su vida, como la salud y el trabajo (McKay, Perry, & Cole, 2022; Murphy et al., 2020; Murphy & Murphy, 2018; van Beek et al., 2013).

En resumen, esta tesis proporciona evidencia sobre las diferencias inter- e intraindividuales en los niveles de la CCF. Estos resultados podrían interpretarse desde el modelo dinámico de la personalidad. Desde este modelo se postula que la personalidad está compuesta por características estables y dinámicas que interactúan, manifestándose en expresiones conductuales, afectivas y cognitivas de los rasgos (Sosnowska et al., 2019). A su vez, los niveles de la CCF podrían considerarse como una distribución de estados que fluctúan alrededor de una media individual, tal como lo propone la Teoría de los rasgos de personalidad (Fleeson & Jayawickreme, 2015).

En este estudio no se profundiza en las variables que propician los cambios en los niveles de la CCF. Empero, se plantea la hipótesis de que estas variaciones podrían estar determinadas por factores situacionales que modelan la manera que la CCF se vincula con la toma de decisiones (Gallagher & Lopez, 2019; Horstmann & Ziegler, 2020; Rauthmann, 2020; Stolarski et al., 2018). Las diferencias intraindividuales en la CCF también podrían ser abordadas desde el enfoque persona por situación, desde el cual se considera a cada persona como un todo integrado (Laursen & Hoff, 2006; Meyer & Morin, 2016).

Asociaciones de la CCF con el bienestar y la salud

En los tres estudios empíricos, se exploraron las asociaciones de la CCF con variables referidas al bienestar y las conductas saludables. En el primer estudio, se examinaron las asociaciones de la CCF con la alimentación saludable, compromiso académico e implementación de ideas en el ámbito laboral. En el segundo estudio, se profundizó en las asociaciones con el consumo de bebidas alcohólicas, actividad física y alimentación saludable, así como con comportamientos laborales evaluados mediante la innovación en el trabajo y el job crafting. Por último, en el tercer estudio se analizaron las asociaciones entre la puntuación individual de la CCF y su nivel de similitud entre los miembros de la pareja romántica con el bienestar en la pareja evaluado mediante la felicidad individual y satisfacción con la pareja.

Los tres estudios realizados en esta tesis indican que la subescala inmediata de la CCF está más estrechamente relacionada con indicadores que disminuyen el bienestar, mientras que la subescala futura tiende a promoverlo. Este patrón se mantiene consistente en diferentes

ámbitos, como la salud y el ámbito laboral, e incluso al evaluar el bienestar en las parejas románticas.

Específicamente, la subescala inmediata se asocia negativamente con la alimentación saludable, compromiso académico, felicidad individual, satisfacción con la pareja y positivamente con el consumo de alcohol. Por el contrario, la subescala futura se asocia positivamente con la alimentación saludable, compromiso académico, realización de actividad física, implementación de ideas en el ámbito laboral, felicidad, satisfacción con la pareja y negativamente con el consumo de alcohol. Estas asociaciones coinciden con hallazgos de investigaciones previas (por ejemplo: Balaji & Indradevi, 2017; Fouarge et al., 2013; Gick, 2014; Joireman et al., 2012; McKay et al., 2016; Percy et al., 2018; Peters et al., 2005; Throop & Yosof, 2021; van Beek, 2016).

Estudios previos sugieren que la orientación hacia el futuro está vinculada con el establecimiento de objetivos y su posterior cumplimiento (Baird et al., 2021), así como con la reducción de las conductas de riesgo (Kooij et al., 2018). A su vez, la orientación a futuro favorece la gestión emocional y la ejecución de proyectos en el ámbito laboral (Baer, 2012; Park et al., 2021; Wojtkowska et al., 2021; Zheng et al., 2022). Por el contrario, la orientación hacia el presente se asoció a una menor capacidad de autorregulación (Baird et al., 2021). Estos hallazgos refuerzan la evidencia del papel de la CCF en la toma de decisiones relacionadas con el bienestar y las conductas saludables (por ejemplo: Andre et al., 2018; Kooij et al., 2018; Murphy & Dockray, 2018).

En este estudio no se evaluó directamente el autocontrol. Sin embargo, se hipotetiza que los resultados obtenidos están alineados con el modelo de amortiguación y susceptibilidad propuestos por Joireman et al. (2008; 2012), en donde la CCF-F amortigua los fallos del autocontrol y la CCF-I los promueve.

Al evaluar las relaciones de la CCF con el bienestar de las parejas románticas se destacan tres resultados relevantes. Por un lado, el patrón de asociación entre la CCF con los indicadores del bienestar se ve reflejado tanto en sus puntuaciones individuales, como en su similitud entre los miembros de las parejas románticas (Dyrenforth et al., 2010). Por otro lado, la similitud en la CCF-I modera la relación entre la CCF-I individual y la felicidad, mientras que la similitud en la CCF-F modera la relación entre la CCF-F individual y la satisfacción con la pareja. Por último, los

hallazgos indican que la similitud en los niveles de la CCF promueve el bienestar en la pareja, tal como fue teorizado por Zimbardo y Boyd (2008).

A lo largo de esta tesis se ha demostrado que la orientación temporal está asociada a la toma de decisiones. En particular, la evaluación de la CCF podría ser un aspecto para considerar en intervenciones donde la orientación hacia el futuro desempeña un papel clave, como se ha señalado en estudios previos que han explorado su impacto en diferentes contextos clínicos (Adams et al., 2023; Chang et al., 2023).

En el ámbito de la terapia de pareja, fomentar una mayor similitud en la CCF entre los miembros de la pareja se ha asociado con mejoras en el bienestar y en la toma de decisiones conjuntas, en línea con investigaciones que han analizado la importancia de la compatibilidad en procesos cognitivos y emocionales entre los miembros de la pareja romántica (por ejemplo, Gaunt, 2006; Gonzaga et al., 2007; Luo, 2017; Proulx et al., 2007; Wu et al., 2020).

Propiedades psicométricas de la ECCF-general y sus versiones adaptadas a dominios específicos

En esta tesis, se emplearon las siguientes versiones de la escala CCF:

- La escala ECCF-general, adaptada a la salud, ámbito académico y laboral, instrumentos conformados por ocho ítems y adaptados a un intervalo semanal (Estudio 1).

- La escala ECCF-general, adaptada a la salud, actividad física, alimentación saludable y trabajo, instrumentos conformados por diez ítems y diseñado para estudios transversales (Estudio 2).

- La escala ECCF-general de 14 ítems, aplicada a mediciones diarias (Estudio 3).

Esta investigación es una de las pocas que evalúan las propiedades psicométricas de las versiones abreviadas de la escala CCF (Chng et al., 2022; Loose et al., 2023; Vilar et al., 2022), en medidas repetidas (Vásquez-Echeverría, et al., 2018) y empleando las versiones de la escala adaptada a dominios específicos (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Murphy et al., 2020; Murphy & Murphy, 2018; Pozolotina & Olsen, 2021).

Los resultados de este manuscrito muestran que las diferentes versiones de la CCF en español tienen propiedades psicométricas adecuadas, como han señalado estudios previos (Alvarez-Nuñez et al., 2020; Acuña et al., 2020; Loose et al., 2023; Vásquez-Echeverría et al., 2018). A su vez, se presenta evidencia a favor de la solución de dos factores correlacionados (Joireman et al., 2008; 2012), evidencia que también se respalda al explorar su validez convergente. Este resultado enfatiza la necesidad de diferenciar entre las dos subescalas de la CCF para lograr comprender cómo las personas resuelven dilemas temporales relacionados con el bienestar (Joireman et al., 2012).

Entre los principales aportes de la evaluación de las propiedades psicométricas, se destacan tres hallazgos novedosos. Primero, las versiones abreviadas de la escala CCF reportan propiedades psicométricas similares a la escala CCF en su formato extenso (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Chng et al., 2022; Vilar et al., 2022). La implementación de las escalas abreviadas podría mejorar la calidad de los datos recabados (Vilar et al., 2022). Las versiones cortas serán especialmente útiles en estudios con recursos limitados o en diseños de medidas repetidas (de Leeuw & Lugtig, 2015; Chng et al., 2022).

Segundo, las escalas CCF adaptadas a dominios específicos muestran asociaciones más fuertes con las variables de interés relacionadas, en comparación con la ECCF-general (Alvarez-Nuñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Dassen et al., 2015; Murphy et al., 2020; Murphy & Dockray, 2018; Murphy & Murphy, 2018; Pozolotina & Olsen, 2021). Esto sugiere que las escalas adaptadas a dominios específicos logran capturar con mayor precisión las asociaciones entre la CCF y las variables de interés.

Tercero, se presenta evidencia de la consistencia interna de la escala CCF desde una perspectiva multinivel, un enfoque que, según la revisión bibliográfica, no había sido explorado previamente. Además, se probaron modelos multinivel para analizar las asociaciones entre la CCF y diversas variables relacionadas con las conductas saludables y el bienestar. Este enfoque novedoso permite profundizar en el conocimiento de la CCF de una manera dinámica, proporcionando una visión más completa de cómo este constructo varía a lo largo del tiempo y en diferentes contextos (Geldhof et al., 2014).

En síntesis, los estudios de medidas repetidas y las escalas adaptadas a dominios específicos permiten capturar con mayor precisión el constructo, lo que facilita una representación

más precisa de los niveles de la CCF y sus asociaciones con las variables de interés (Alvarez-Núñez & Vásquez-Echeverría, 2023; Dassen et al., 2015; Murphy et al., 2020; Murphy & Dockray, 2018; Murphy & Murphy, 2018; Pozolotina & Olsen, 2021).

8.2. Limitaciones del trabajo

A pesar de los esfuerzos por implementar rigurosas precauciones metodológicas y alcanzar contribuciones significativas, este estudio presenta algunas limitaciones que es necesario considerar. A continuación, se describen las limitaciones comunes a los tres estudios empíricos realizados.

En primer lugar, los tres estudios se realizaron con muestras de conveniencia, esto introduce errores sistemáticos y sesgos de muestreo que limitan la posibilidad de generalizar los resultados a toda la población (Andrade, 2020; Golzar et al., 2022; Watt & van der Berg, 2002). Para futuras investigaciones, sería recomendable utilizar muestras representativas para una generalización más robusta de los hallazgos.

A pesar del esfuerzo para evitar trabajar exclusivamente con muestras de estudiantes universitarios, las muestras recabadas podrían no reflejar plenamente la diversidad de la población general. Asimismo, es necesario evaluar si el tamaño de las muestras es suficiente para obtener estimaciones precisas (Andrade, 2020; Maas & Hox, 2005). Sobre este punto, cabe destacar que la recolección de datos se realizó con recursos limitados, en términos de tiempo, dinero y disponibilidad de los participantes, estas condiciones restringen la diversidad y el tamaño de las muestras.

Otra limitación relevante fue la recopilación de datos a través de cuestionarios de autoinforme. Esta característica podría conllevar sesgos relacionados con la comprensión de la estructura de los instrumentos, claridad de los ítems y deseabilidad social al responder, afectando negativamente la precisión y la validez de los datos obtenidos (Demetriou et al., 2015). Para futuras investigaciones, se sugiere complementar los datos con otras fuentes, tales como los informes clínicos, registro académico (también denominado escolaridad), observación directa de las relaciones de parejas, entre otros.

8.3. Recomendaciones y futuros trabajos

Los resultados de esta investigación permiten formular recomendaciones tanto para estudios sobre la CCF como para el diseño de intervenciones y políticas públicas que dependen de la orientación temporal de las personas. Asimismo, este trabajo constituye un punto de partida para futuras investigaciones en este campo. En esta sección, se presentan recomendaciones y posibles temas a ser profundizados en el futuro.

En el ámbito de la investigación, se recomienda explorar los factores situacionales que influyen en los cambios en la CCF. Es crucial examinar cómo las variables situacionales se relacionan con las fluctuaciones en los niveles de la CCF, esto podría proporcionar una comprensión más matizada de este constructo. Por ejemplo, en el ámbito de la salud podrían considerarse factores como el clima, los vínculos sociales o la presencia de dolencias físicas o mentales. En el ámbito laboral, se podría considerar el estrés, conflictos familiares que podrían impactar en el trabajo, entre otros. Este enfoque permite comprender los mecanismos subyacentes que afectan la CCF y tener una visión más dinámica del constructo.

Las investigaciones futuras se beneficiarán del uso de escalas abreviadas de la CCF, especialmente útiles en investigaciones con recursos limitados y en diseños de medidas repetidas. El uso de escalas abreviadas permitirá reducir la deserción y aumentar la calidad de los datos, al minimizar la falta de atención y el aburrimiento (Chng et al., 2022; de Leeuw & Lugtig, 2015; Vilar et al., 2022).

Los futuros estudios también se beneficiarán de diseños de medidas repetidas. Esto permitirá examinar cómo la CCF se estabiliza, o cambia a lo largo del tiempo, y su impacto en la toma de decisiones. Es recomendable continuar estudiando las fluctuaciones de la CCF a lo largo de diferentes intervalos temporales y cómo estas se asocian a la toma de decisiones. Una exploración más profunda de estas relaciones permitirá desarrollar modelos teóricos más precisos y estrategias de intervención más efectivas.

Los estudios con medidas repetidas y escalas de dominios específicos de la CCF captarán con mayor precisión las variaciones inter- e intraindividuales. Este enfoque contribuirá

significativamente al desarrollo teórico y a una comprensión más profunda del rol de la CCF en diversos contextos.

Es necesario profundizar en el desarrollo y aplicación de intervenciones dirigidas a los cambios intraindividuales en la CCF. Este enfoque será especialmente útil en programas y políticas públicas que dependan de la orientación futura de las personas, como la salud, educación, ámbito laboral y comportamiento proambiental.

La efectividad y el alcance de las intervenciones y políticas públicas que dependan de la orientación temporal de las personas se verán potenciadas al considerar los diferentes niveles de la CCF. Por ejemplo, podrían desarrollarse intervenciones con un enfoque de medidas repetidas que promuevan un aumento en los niveles de la CCF-F en diferentes dominios específicos, como la alimentación saludable o la realización de actividad física. En el ámbito del bienestar de las parejas románticas se podría fomentar la consideración temporalmente compartida de las CCF entre sus miembros. Por otro lado, en el contexto laboral, se podría implementar actividades regulares dentro de las empresas para promover la CCF-F o disminuir la CCF-I. Por ejemplo, se podría realizar sesiones mensuales o en los momentos claves que se requiera que los empleados enfoquen sus esfuerzos para cumplir un objetivo a largo plazo.

En el tercer estudio empírico de la tesis, se examinaron las asociaciones entre la CCF individual, su similitud entre los miembros de las parejas románticas y cómo ambas se asocian al bienestar. Dado el carácter exploratorio del estudio, se recomienda que futuras investigaciones profundicen en esta área. También sería útil ampliar el análisis a otros grupos sociales, como pueden ser amigos, relaciones padres-hijos o compañeros de trabajo.

Las recomendaciones realizadas y temas para futuros estudios contribuirán a una comprensión más amplia de la CCF y su relación con la toma de decisiones en distintas esferas vitales para el ser humano. Este conocimiento facilitará el desarrollo de investigaciones más robustas, intervenciones más efectivas y políticas públicas más informadas y eficaces.

En suma, la investigación realizada en este doctorado enfatiza la importancia de la CCF en la toma de decisiones relacionadas con el bienestar y la salud. Por lo tanto, es recomendable

que futuros estudios consideren la CCF al explorar la toma de decisiones y al buscar promover cambios en las conductas.

Referencias bibliográficas

- Abela, A. (2020). The Significance of the Couple Relationship in the Twenty-First Century. En A. Abela, S. Vella, & S. Piscopo (Eds.), *Couple Relationships in a Global Context: Understanding Love and Intimacy Across Cultures* (pp. 19-37). Springer Nature. https://doi.org/10.1007/978-3-030-37712-0_2
- Acuff, S. F., Soltis, K. E., Dennhardt, A. A., Borsari, B., Martens, M. P., & Murphy, J. G. (2017). Future so bright? Delay discounting and consideration of future consequences predict academic performance among college drinkers. *Experimental and Clinical Psychopharmacology*, 25(5), 412-421. <https://doi.org/10.1037/pha0000143>
- Acuña, I., Zalazar-Jaime, M. F., Michelini, Y., Ignacio Guzmán, J., Godoy, J. C., Galarce, E., & Joireman, J. (2020). Validación argentina de la escala de Consideración de las Consecuencias Futuras (CFC-14). *Acta Colombiana de Psicología*, 23(1), 358-368. <https://doi.org/10.14718/ACP.2020.23.1.16>
- Adams, J. (2012). Consideration of immediate and future consequences, smoking status, and body mass index. *Health Psychology*, 31(2), 260-263. <https://doi.org/10.1037/a0025790>
- Adams, Z. W., Marriott, B. R., McClure, D., Finn, P., Feagans, A., Karra, S., & Hulvershorn, L. A. (2023). Impulsive Decision Reduction Training for Youth With a Patterned History of Making Risky and Impulsive Decisions: A Case Report. *Cognitive and Behavioral Practice*, 31(4), 563-576. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2023.01.002>
- Adedeji, A., Olonisakin, T. T., Buchcik, J., & Idemudia, E. S. (2023). Socioeconomic status and social capital as predictors of happiness: evidence and gender differences. *Humanities and Social Sciences Communications*, 10(1), 119. <https://doi.org/10.1057/s41599-023-01606-0>
- Ajzen, I. (2005). Laws of human behavior: Symmetry, compatibility, and attitude-behavior correspondence. En J. W. Berry & K. L. Phalet (Eds.), *Multivariate research strategies*, 40 (3) (pp. 3-19).

- Akırmak, Ü., & Oral, R. (2023). Cross-Cultural Validity of the Consideration of Future Consequences Scale (CFCS-14): A Study on Turkish University Students. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 11(28). <https://doi.org/10.7816/nesne-11-28-03>
- Aldahadha, B. (2023). Self-disclosure, mindfulness, and their relationships with happiness and well-being. *Middle East Current Psychiatry*, 30(1), 7. <https://doi.org/10.1186/s43045-023-00278-5>
- AlShuaibi, M. S. I., Subramaniam, C., & Shamsudin, F. M. (2021). The role of consideration future consequences and job stress in the relationship between job demands, resources and cyberloafing: A conceptual paper. *Eurasian Research Bulletin*, 2, 99-116. <https://geniusjournals.org/index.php/erb/article/view/224>
- Alvarez-Nuñez, L. (2018). *Confiabilidad y validez de la Escala Consideración de las Consecuencias Futuras en español Cómo pensamos en las consecuencias inmediatas (pero no las distantes) de nuestras acciones se asocia a un patrón conductual saludable* [Tesis de maestría, Universidad de la República]. Repositorio Institucional de la Universidad de la República. <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/20038>
- Alvarez-Nuñez, L. S., & Vásquez-Echeverría, A. (2023). Psychometric properties of an abbreviated consideration of future consequences scale in Spanish and of its adaptations to specific domains. *Psy ArXiv PrePrints.*, 1-36. <https://doi.org/10.31234/osf.io/9f4vu>
- Alvarez-Nuñez, L. S., Selma, H., & Vásquez-Echeverría, A. (2020). Consideración de las consecuencias futuras: propiedades psicométricas, distribución geográfica y asociación con el consumo de sustancias en una muestra representativa de Montevideo, Uruguay. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 54(1), e287. <https://doi.org/10.30849/ripijp.v54i1.287>
- Alvarez-Nuñez, L., & Vásquez-Echeverría, A. (2020). ¿Cómo resolvemos los dilemas entre los beneficios presentes y los futuros? Teoría y evaluación de la consideración de las consecuencias futuras. En *Psicología del Tiempo: Una introducción a la temporalidad en*

las ciencias del comportamiento (Vol. 1, pp. 125-140). Programa de Apoyo a Publicaciones de la Comisión Sectorial de Investigación Científica - CSIC.

Alvarez-Nuñez, L., Vásquez-Echeverría, A., & Antino, M. (2023). Consideration of future consequences: evidence of weekly fluctuations and domain-specificity in association with health, academic, and work outcomes. *Current Psychology*, 42(32), 28406–28416. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03910-5>

Andrade, C. (2020). Sample Size and its Importance in Research. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 42(1), 102-103. https://doi.org/10.4103/IJPSYM.IJPSYM_504_19

Andre, L., van Vianen, A. E. M., Peetsma, T. T. D., & Oort, F. J. (2018). Motivational power of future time perspective: Meta-analyses in education, work, and health. *PLOS ONE*, 13(1), e0190492. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0190492>

Apostolou, M., Christoforou, C., & Lajunen, T. J. (2023). What are Romantic Relationships Good for? An Explorative Analysis of the Perceived Benefits of Being in a Relationship. *Evolutionary Psychology*, 21(4). <https://doi.org/10.1177/14747049231210245>

Asendorpf, J. B. (2015). Person-centered approaches to personality. En *APA handbook of personality and social psychology, Volume 4: Personality processes and individual differences*. (pp. 403-424). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14343-018>

Ashton, M. C. (2022). Developmental Change and Stability of Personality. En *Individual differences and personality* (pp. 150-186). Academic Press.

Avellar, S., & Smock, P. J. (2005). The economic consequences of the dissolution of cohabiting unions. *Journal of Marriage and Family*, 67(2), 315-327. <https://doi.org/10.1111/j.0022-2445.2005.00118.x>

Azizli, N., Atkinson, B. E., Baughman, H. M., & Giammarco, E. A. (2015). Relationships between general self-efficacy, planning for the future, and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 82, 58-60. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.03.006>

- Badri, M. A., Alkhaili, M., Aldhaheeri, H., Yang, G., Albahar, M., & Alrashdi, A. (2022). Exploring the Reciprocal Relationships between Happiness and Life Satisfaction of Working Adults—Evidence from Abu Dhabi. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6), 3575. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063575>
- Baer, M. (2012). Putting Creativity to Work: The Implementation of Creative Ideas in Organizations. *Academy of Management Journal*, 55(5), 1102-1119. <https://doi.org/10.5465/amj.2009.0470>
- Baird, H. M., Webb, T. L., Sirois, F. M., & Gibson-Miller, J. (2021). Understanding the effects of time perspective: A meta-analysis testing a self-regulatory framework. *Psychological Bulletin*, 147(3), 233-267. <https://doi.org/10.1037/bul0000313>
- Balaji, V. K., & Indradevi, R. (2017). Relationship of academic procrastination and consideration of future consequences: An empirical study among university students. *Global Management Review*, 11(1), 43-56.
- Beckmann, N., Birney, D. P., Beckmann, J. F., Wood, R. E., Sojo, V., & Bowman, D. (2020). Inter-individual differences in intra-individual variability in personality within and across contexts. *Journal of Research in Personality*, 85, 103909. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2019.103909>
- Beeney, J. E., Stepp, S. D., Hallquist, M. N., Ringwald, W. R., Wright, A. G. C., Lazarus, S. A., Scott, L. N., Mattia, A. A., Ayars, H. E., Gebreselassie, S. H., & Pilkonis, P. A. (2019). Attachment styles, social behavior, and personality functioning in romantic relationships. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 10(3), 275-285. <https://doi.org/10.1037/per0000317>
- Benet-Martínez, V., & John, O. P. (1998). Los Cinco Grandes across cultures and ethnic groups: Multitrait-multimethod analyses of the Big Five in Spanish and English. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(3), 729-750. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.3.729>

- Berli, C., Schwaninger, P., & Scholz, U. (2021). "We Feel Good": Daily Support Provision, Health Behavior, and Well-Being in Romantic Couples. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.622492>
- Bliese, P. D., Maltarich, M. A., & Hendricks, J. L. (2018). Back to Basics with Mixed-Effects Models: Nine Take-Away Points. *Journal of Business and Psychology*, 33(1), 1-23. <https://doi.org/10.1007/s10869-017-9491-z>
- Block, R. A. (2014). *Cognitive models of psychological time*. Psychology Press.
- Blume, F., Irmer, A., Dirk, J., & Schmiedek, F. (2022). Day-to-day variation in students' academic success: The role of self-regulation, working memory, and achievement goals. *Developmental Science*, 25(6). <https://doi.org/10.1111/desc.13301>
- Boertien, D., & Lersch, P. M. (2021). Gender and Changes in Household Wealth after the Dissolution of Marriage and Cohabitation in Germany. *Journal of Marriage and Family*, 83(1), 228-242. <https://doi.org/10.1111/jomf.12705>
- Bolger, N., & Laurenceau, J. P. (2013). *Intensive longitudinal methods: An introduction to diary and experience sampling research*. Guilford press.
- Boniwell, I., & Zimbardo, P. G. (2015). Balancing Time Perspective in Pursuit of Optimal Functioning. En S. Joseph (Ed.), *Positive Psychology in Practice* (pp. 223-236). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781118996874.ch13>
- Brauer, K., & Proyer, R. T. (2023). Editorial: Introduction to the Special Issue "Well-being in Romantic Relationships". *International Journal of Applied Positive Psychology*, 8(S2), 97-103. <https://doi.org/10.1007/s41042-023-00105-6>
- Bruderer Enzler, H. (2015). Consideration of Future Consequences as a Predictor of Environmentally Responsible Behavior. *Environment and Behavior*, 47(6), 618-643. <https://doi.org/10.1177/0013916513512204>

- Bryan, V. M. (2023). *Knowing Me, Knowing You: The Role of Personal Intelligence in Romantic Relationship Conflict Communication* [Tesis de doctorado, Universidad de New Hampshire]. Repositorio Institucional de la Universidad. https://scholars.unh.edu/dissertation/2774/?utm_source=scholars.unh.edu%2Fdissertation%2F2774&utm_medium=PDF&utm_campaign=PDFCoverPages
- Burgard, S. A., & Lin, K. Y. (2013). Bad Jobs, Bad Health? How Work and Working Conditions Contribute to Health Disparities. *American Behavioral Scientist*, 57(8), 1105-1127. <https://doi.org/10.1177/0002764213487347>
- Burzynska-Tatjewski, B., & Stolarski, M. (2022). Leaving Past Adversities Behind: Gratitude Intervention Compensates for the Undesirable Effects of Past Time Perspectives on Negative Affect. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 12964. <https://doi.org/10.3390/ijerph191912964>
- Camus, G., Berjot, S., & Ernst-Vintila, A. (2014). Validation française de l'échelle de prise en considération des conséquences futures de nos actes (CFC-14). *Revue Internationale de Psychologie Sociale*, 27(1), 35-63.
- Card, K. G., & Skakoon-Sparling, S. (2023). Are social support, loneliness, and social connection differentially associated with happiness across levels of introversion-extraversion? *Health Psychology Open*, 10(1). <https://doi.org/10.1177/20551029231184034>
- Chang, M.-W., T. Wegener, D., Tan, A., Schaffir, J., Worly, B., Strafford, K., Soma, L., & Sampsell, C. (2023). Pilot Lifestyle Intervention Effect on Lifestyle Behaviors, Psychosocial Factors, and Affect. *Journal of Pediatrics, Perinatology and Child Health*, 07(02). <https://doi.org/10.26502/jppch.74050147>
- Chng, S., Chew, H. S. J., & Joireman, J. (2022). When time is of the essence: Development and validation of brief consideration of future (and immediate) consequences scales. *Personality and Individual Differences*, 186, 111362. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111362>

- Choctaw, W. T. (2016). Change Is Inevitable. In *Transforming the Patient Experience* (pp. 1–2). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-16928-6_1
- Cicchetti, D. V. (1994). Guidelines, criteria, and rules of thumb for evaluating normed and standardized assessment instruments in psychology. *Psychological Assessment*, 6(4), 284-290. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.6.4.284>
- Cidoncha Romá, A. (2017). *Satisfacción, conflictos y consecuencias psicológicas en las relaciones de pareja. Una revisión bibliográfica* [Trabajo final de grado, Universitat Jaume I]. Repositorio Institucional de la Universidad. <https://repositori.uji.es/xmlui/handle/10234/173374>
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for The Behavioural Sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Cole, J. C., Andretta, J. R., & McKay, M. T. (2016). The relationship between temporal profiles and alcohol-related problems in University undergraduates: Results from the United Kingdom. *Addictive Behaviors*, 55, 15-18. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.12.001>
- Correa-Rojas, J. (2021). Intraclass correlation coefficient: Applications to estimate the temporal stability of a measuring instrument. *Ciencias Psicológicas*, 15(2). <https://doi.org/10.22235/cp.v15i2.2318>
- Crocker, L., & Algina, J. (1986). Procedures for the estimating reliability. En *Introduction to classical and modern test theory* (pp. 131-156). Wadsworth Publishing.
- Cunningham, K. F., Zhang, J. W., & Howell, R. T. (2015). Time Perspectives and Subjective Well-Being: A Dual-Pathway Framework. En *Time Perspective Theory; Review, Research and Application* (pp. 403-415). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-07368-2_26
- Cvetković Vega, A., Maguiña, J. L., Soto, A., Lama-Valdivia, J., & Correa López, L. E. (2021). Cross-sectional studies. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 21(1), 164-170. <https://doi.org/10.25176/RFMH.v21i1.3069>

- Dassen, F. C. M., Houben, K., & Jansen, A. (2015). Time orientation and eating behavior: Unhealthy eaters consider immediate consequences, while healthy eaters focus on future health. *Appetite*, *91*, 13-19. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.03.020>
- de Bilde, J., Vansteenkiste, M., & Lens, W. (2011). Understanding the association between future time perspective and self-regulated learning through the lens of self-determination theory. *Learning and Instruction*, *21*(3), 332-344. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2010.03.002>
- de Leeuw, E. D., & Lugtig, P. (2015). Dropouts in Longitudinal Surveys. En *Wiley StatsRef: Statistics Reference Online* (pp. 1-6). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781118445112.stat06661.pub2>
- De Leeuw, J., Meijer, E., Newyork, B. H., Kong, H., Milan, L., & Tokyo, P. (2007). *Handbook of Multilevel Analysis*. New York: Springer.
- Decuyper, M., De Bolle, M., & De Fruyt, F. (2012). Personality similarity, perceptual accuracy, and relationship satisfaction in dating and married couples. *Personal Relationships*, *19*(1), 128-145. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2010.01344.x>
- Demetriou, C., Ozer, B. U., & Essau, C. A. (2015). Self-Report Questionnaires. En *The Encyclopedia of Clinical Psychology* (pp. 1-6). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781118625392.wbecp507>
- Demirtas, S. C., & Tezer, E. (2012). Romantic Relationship Satisfaction, Commitment to Career Choices and Subjective Well-Being. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, *46*, 2542-2549. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.05.519>
- Diaconu-Gherasim, L. R., Mardari, C. R., & Măirean, C. (2023). The relation between time perspectives and well-being: A meta-analysis on research. *Current Psychology*, *42*(7), 5951-5963. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01949-4>
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very Happy People. *Psychological Science*, *13*(1), 81-84. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00415>

- Downward, P., Rasciute, S., & Kumar, H. (2022). Mental health and satisfaction with partners: a longitudinal analysis in the UK. *BMC Psychology*, *10*(1), 15. <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00723-w>
- Dyrenforth, P. S., Kashy, D. A., Donnellan, M. B., & Lucas, R. E. (2010). Predicting relationship and life satisfaction from personality in nationally representative samples from three countries: The relative importance of actor, partner, and similarity effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, *99*(4), 690-702. <https://doi.org/10.1037/a0020385>
- Eccles, J. S., & Wigfield, A. (1995). In the Mind of the Actor: The Structure of Adolescents' Achievement Task Values and Expectancy-Related Beliefs. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *21*(3), 215-225. <https://doi.org/10.1177/0146167295213003>
- Edwards, J. R. (2001). Ten Difference Score Myths. *Organizational Research Methods*, *4*(3), 265-287. <https://doi.org/10.1177/109442810143005>
- Elff, M., Heisig, J. P., Schaeffer, M., & Shikano, S. (2021). Multilevel Analysis with Few Clusters: Improving Likelihood-Based Methods to Provide Unbiased Estimates and Accurate Inference. *British Journal of Political Science*, *51*(1), 412-426. <https://doi.org/10.1017/S0007123419000097>
- Enders, C. K. (2022). *Applied missing data analysis*. Guilford Publications.
- Felsman, P., Verduyn, P., Ayduk, O., & Kross, E. (2017). Being present: Focusing on the present predicts improvements in life satisfaction but not happiness. *Emotion*, *17*(7), 1047-1051. <https://doi.org/10.1037/emo0000333>
- Ferguson, C. J. (2009). An effect size primer: A guide for clinicians and researchers. *Professional Psychology: Research and Practice*, *40*(5), 532-538. <https://doi.org/10.1037/a0015808>
- Fleeson, W., & Jayawickreme, E. (2015). Whole Trait Theory. *Journal of Research in Personality*, *56*, 82-92. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2014.10.009>

- Fouarge, D., Schils, T., & de Grip, A. (2013). Why do low-educated workers invest less in further training? *Applied Economics*, *45*(18), 2587-2601. <https://doi.org/10.1080/00036846.2012.671926>
- Furler, K., Gomez, V., & Grob, A. (2013). Personality similarity and life satisfaction in couples. *Journal of Research in Personality*, *47*(4), 369-375. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2013.03.002>
- Gallagher, M. W., & Lopez, S. J. (2019). Strengthening Positive Psychology. En C. R. Snyder, S. J. Lopez, L. M. Edwards, & S. C. Marques (Eds.), *The Oxford Handbook of Positive Psychology*, 3rd Edition (Vol. 4, pp. 667-685). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199396511.013.71>
- Gallagher, M. W., & Lopez, S. J. (2020). Strengthening Positive Psychology. En C. R. Snyder, S. J. Lopez, L. Edwards, & S. C. Marques (Eds.), *The Oxford handbook of positive psychology* (pp. 3-7). Oxford University Press.
- Gaunt, R. (2006). Couple Similarity and Marital Satisfaction: Are Similar Spouses Happier? *Journal of Personality*, *74*(5), 1401-1420. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2006.00414.x>
- Geldhof, G. J., Preacher, K. J., & Zyphur, M. J. (2014). Reliability estimation in a multilevel confirmatory factor analysis framework. *Psychological Methods*, *19*(1), 72-91. <https://doi.org/10.1037/a0032138>
- Gick, M. (2014). An exploration of interactions between Conscientiousness and Consideration of Future Consequences on healthy eating. *Personality and Individual Differences*, *66*, 181-187. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.03.020>
- Golzar, J., Noor, S., & Tajik, O. (2022). Convenience Sampling. *International Journal of Education & Language Studies*, *1*(2), 72-77. <https://doi.org/10.22034/ijels.2022.162981>
- Gómez-López, M., Viejo, C., & Ortega-Ruiz, R. (2019). Well-Being and Romantic Relationships: A Systematic Review in Adolescence and Emerging Adulthood. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *16*(13), 2415. <https://doi.org/10.3390/ijerph16132415>

- Gonzaga, G. C., Campos, B., & Bradbury, T. (2007). Similarity, convergence, and relationship satisfaction in dating and married couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(1), 34-48. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.93.1.34>
- Gładziejewski, P. (2024). Experiencing timelessness and the phenomenology of temporal flow. *Philosophical Psychology*, 1-30. <https://doi.org/10.1080/09515089.2024.2444508>
- Gugliandolo, M. C., Costa, S., Lo Cricchio, M., & Liga, F. (2021). Exploring the Role of Time Perspective in Emerging Adult Couples: A Mediation Model. *Journal of Happiness Studies*, 22(7), 3221-3239. <https://doi.org/10.1007/s10902-021-00368-3>
- Hafee, I., Yingjun, Z., Hafeez, S., Mansoor, R., & Rehman, K. U. (2019). Impact of workplace environment on employee performance: mediating role of employee health. *Business, Management and Education*, 17(2), 173-193. <https://doi.org/10.3846/bme.2019.10379>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis (8th ed.)*. Cengage Learning.
- Härdle, W. K., & Simar, L. (2019). *Applied Multivariate Statistical Analysis (5th ed.)*. Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-26006-4>
- Haxton, B. (Trad.). (2001). *Fragments: the collected wisdom of Heraclitus*. Cambridge.
- He, J., & Fan, X. (2020). Latent Profile Analysis. En V., Zeigler-Hill & T. Shackelford (Eds.), *Encyclopedia of Personality and Individual Differences* (pp. 2577-2580). Cham: Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_2316-1
- Hill, T. G., Coughlan, E. C., & Mackinnon, S. P. (2023). Crafting happiness from everyday life: Personality, personal projects, basic psychological need satisfaction, and well-being. *International Journal of Personality Psychology*, 9, 47-60. <https://doi.org/10.21827/ijpp.9.39811>
- Hoffmann, A.-L., & Lerche, K. (2016). Class Attendance and University Performance. *SSRN Electronic Journal*, 286. <https://doi.org/10.2139/ssrn.2805378>

- Hoffmann, A. O. I., & Plotkina, D. (2021). Positive framing when assessing the personal resources to manage one's finances increases consumers' retirement self-efficacy and improves retirement goal clarity. *Psychology & Marketing*, 38(12), 2286–2304. <https://doi.org/10.1002/mar.21563>
- Holman, E. A. (2015). Time Perspective and Social Relations: A Stress and Coping Perspective. En *Time Perspective Theory; Review, Research and Application* (pp. 419-436). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-07368-2_27
- Holman, E. A., & Zimbardo, P. G. (2009). The Social Language of Time: The Time Perspective–Social Network Connection. *Basic and Applied Social Psychology*, 31(2), 136-147. <https://doi.org/10.1080/01973530902880415>
- Horstmann, K. T., & Ziegler, M. (2020). Assessing Personality States: What to Consider when Constructing Personality State Measures. *European Journal of Personality*, 34(6), 1037-1059. <https://doi.org/10.1002/per.2266>
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Hughes, R. A., Heron, J., Sterne, J. A. C., & Tilling, K. (2019). Accounting for missing data in statistical analyses: multiple imputation is not always the answer. *International Journal of Epidemiology*, 48(4), 1294-1304. <https://doi.org/10.1093/ije/dyz032>
- Husman, J., & Shell, D. F. (2008). Beliefs and perceptions about the future: A measurement of future time perspective. *Learning and Individual Differences*, 18(2), 166-175. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2007.08.001>
- Jakobsen, J. C., Gluud, C., Wetterslev, J., & Winkel, P. (2017). When and how should multiple imputation be used for handling missing data in randomised clinical trials – a practical guide with flowcharts. *BMC Medical Research Methodology*, 17(1), 162. <https://doi.org/10.1186/s12874-017-0442-1>

- Joireman, J. A. (1999). Additional Evidence for Validity of the Consideration of Future Consequences Scale in an Academic Setting. *Psychological Reports, 84*(3_suppl), 1171-1172. <https://doi.org/10.2466/pr0.1999.84.3c.1171>
- Joireman, J. A., Lasane, T. P., Bennett, J., Richards, D., & Solaimani, S. (2001). Integrating social value orientation and the consideration of future consequences within the extended norm activation model of proenvironmental behaviour. *British Journal of Social Psychology, 40*(1), 133-155. <https://doi.org/10.1348/014466601164731>
- Joireman, J. A., Van Lange, P. A. M., & Van Vugt, M. (2004). Who Cares about the Environmental Impact of Cars? *Environment and Behavior, 36*(2), 187-206. <https://doi.org/10.1177/0013916503251476>
- Joireman, J., Anderson, J., & Strathman, A. (2003). The aggression paradox: Understanding links among aggression, sensation seeking, and the consideration of future consequences. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(6), 1287-1302. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.6.1287>
- Joireman, J., Balliet, D., Sprott, D., Spangenberg, E., & Schultz, J. (2008). Consideration of future consequences, ego-depletion, and self-control: Support for distinguishing between CFC-Immediate and CFC-Future sub-scales. *Personality and Individual Differences, 45*(1), 15-21. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.02.011>
- Joireman, J., Daniels, D., George-Falvy, J., & Kamdar, D. (2006). Organizational Citizenship Behaviors as a Function of Empathy, Consideration of Future Consequences, and Employee Time Horizon: An Initial Exploration Using an In-Basket Simulation of OCBs. *Journal of Applied Social Psychology, 36*(9), 2266-2292. <https://doi.org/10.1111/j.0021-9029.2006.00103.x>
- Joireman, J., Kamdar, D., Daniels, D., & Duell, B. (2006). Good citizens to the end? It depends: Empathy and concern with future consequences moderate the impact of a short-term time horizon on organizational citizenship behaviors. *Journal of Applied Psychology, 91*(6), 1307-1320. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.91.6.1307>

- Joireman, J., Kees, J., & Sprott, D. (2010). Concern with Immediate Consequences Magnifies the Impact of Compulsive Buying Tendencies on College Students' Credit Card Debt. *Journal of Consumer Affairs*, 44(1), 155-178. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6606.2010.01161.x>
- Joireman, J., & King, S. (2016). Individual Differences in the Consideration of Future and (More) Immediate Consequences: A Review and Directions for Future Research. *Social and Personality Psychology Compass*, 10(5), 313-326. <https://doi.org/10.1111/spc3.12252>
- Joireman, J., Shaffer, M. J., Balliet, D., & Strathman, A. (2012). Promotion Orientation Explains Why Future-Oriented People Exercise and Eat Healthy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(10), 1272-1287. <https://doi.org/10.1177/0146167212449362>
- Joireman, J., Strathman, A., & Balliet, D. (2006). Considering Future Consequences An Integrative Model. En *Judgments Over Time The Interplay of Thoughts, Feelings, and Behaviors* (pp. 82-99). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195177664.003.0006>
- Jones, H. E., Yoon, D. B., Theiss, J. A., Austin, J. T., & Lee, L. E. (2021). Assessing the Effects of COVID-19 on Romantic Relationships and the Coping Strategies Partners Use to Manage the Stress of a Pandemic. *Journal of Family Communication*, 21(3), 152-166. <https://doi.org/10.1080/15267431.2021.1927040>
- Jung, T., & Wickrama, K. A. S. (2008). An Introduction to Latent Class Growth Analysis and Growth Mixture Modeling. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(1), 302-317. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2007.00054.x>
- Karros, D. J. (1997). Statistical Methodology: II. Reliability and Validity Assessment in Study Design, Part B. *Academic Emergency Medicine*, 4(2), 144-147. <https://doi.org/10.1111/j.1553-2712.1997.tb03723.x>
- Katana, M., Hill, P. L., & Allemand, M. (2020). Future time perspective and affect in daily life across adulthood and old age: Findings from two micro-longitudinal studies. *Journal of Personality*, 88(5), 950-964. <https://doi.org/10.1111/jopy.12543>

- Kawamichi, H., Sugawara, S. K., Hamano, Y. H., Makita, K., Matsunaga, M., Tanabe, H. C., Ogino, Y., Saito, S., & Sadato, N. (2016). Being in a Romantic Relationship Is Associated with Reduced Gray Matter Density in Striatum and Increased Subjective Happiness. *Frontiers in Psychology, 7*, 1763. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01763>
- Kempenaar, D. W. D. (2019). *How do interactions influence a creative day? a diary study investigating the effect of work-related interactions on workplace idea generation* [Tesis de maestría, Universidad Tecnológica de Eindhoven]. Repositorio Institucional de la Universidad. <https://research.tue.nl/en/studentTheses/how-do-interactions-influence-a-creative-day>
- Kim, E. S., Dedrick, R. F., Cao, C., & Ferron, J. M. (2016). Multilevel Factor Analysis: Reporting Guidelines and a Review of Reporting Practices. *Multivariate Behavioral Research, 51*(6), 0-0. <https://doi.org/10.1080/00273171.2016.1228042>
- Kim, Y., Dykema, J., Stevenson, J., Black, P., & Moberg, D. P. (2019). Straightlining: Overview of Measurement, Comparison of Indicators, and Effects in Mail–Web Mixed-Mode Surveys. *Social Science Computer Review, 37*(2), 214-233. <https://doi.org/10.1177/0894439317752406>
- Kondo, H. M., Gheorghiu, E., & Pinheiro, A. P. (2024). Malleability and fluidity of time perception. *Scientific Reports, 14*(1), 12244. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-62189-7>
- Konowalczyk, S., Rade, F. C. A., & Mello, Z. R. (2019). Time perspective, sports club membership, and physical self-concept among adolescents: A person-centered approach. *Journal of Adolescence, 72*(1), 141-151. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.02.008>
- Kooij, D. T. A. M., Kanfer, R., Betts, M., & Rudolph, C. W. (2018). Future time perspective: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Applied Psychology, 103*(8), 867-893. <https://doi.org/10.1037/apl0000306>
- Kooij, D. T. A. M., Tims, M., & Akkermans, J. (2017). The influence of future time perspective on work engagement and job performance: the role of job crafting. *European Journal of Work*

and *Organizational Psychology*, 26(1), 4-15.
<https://doi.org/10.1080/1359432X.2016.1209489>

Košťál, J., Klicperová-Baker, M., Lukavská, K., & Lukavský, J. (2016). Short version of the Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI–short) with and without the Future-Negative scale, verified on nationally representative samples. *Time & Society*, 25(2), 169-192.
<https://doi.org/10.1177/0961463X15577254>

Kristjansdottir, A. G., Andersen, L. F., Haraldsdottir, J., de Almeida, M. D. V., & Thorsdottir, I. (2006). Validity of a questionnaire to assess fruit and vegetable intake in adults. *European Journal of Clinical Nutrition*, 60(3), 408-415. <https://doi.org/10.1038/sj.ejcn.1602332>

Kübel, S. L., & Wittmann, M. (2020). A German Validation of Four Questionnaires Crucial to the Study of Time Perception: BPS, CFC-14, SAQ, and MQT. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(22), 8477.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17228477>

Kunin, T. (1998). The construction of a new type of attitude measure. *Personnel Psychology*, 51(4), 823-824. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.1998.tb00739.x>

Kushlev, K., Drummond, D. M., & Diener, E. (2020). Subjective Well-Being and Health Behaviors in 2.5 Million Americans. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 12(1), 166–187.
<https://doi.org/10.1111/aphw.12178>

Lampis, J., Cataudella, S., Busonera, A., & Carta, S. (2018). Personality Similarity and Romantic Relationship Adjustment During the Couple Life Cycle. *The Family Journal*, 26(1), 31-39.
<https://doi.org/10.1177/1066480717741689>

Lasane, T., & O`Donnell, D. A. (2005). Time Orientation Measurement: A Conceptual Approach. En A. Strathman & J. Joireman (Eds.), *Understanding Behavior in the Context of Time. Theory, Research, and Application* (pp. 11-30). Psychology Press.

- Laursen, B. P., & Hoff, E. (2006). Person-Centered and Variable-Centered Approaches to Longitudinal Data. *Merrill-Palmer Quarterly*, 52(3), 377-389. <https://doi.org/10.1353/mpq.2006.0029>
- Lavery, M. R., Acharya, P., Sivo, S. A., & Xu, L. (2019). Number of predictors and multicollinearity: What are their effects on error and bias in regression? *Communications in Statistics - Simulation and Computation*, 48(1), 27-38. <https://doi.org/10.1080/03610918.2017.1371750>
- Leach, L. S., Butterworth, P., Olesen, S. C., & Mackinnon, A. (2013). Relationship quality and levels of depression and anxiety in a large population-based survey. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 48(3), 417-425. <https://doi.org/10.1007/s00127-012-0559-9>
- Lenzenweger, M. F. (2004). Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment. *American Journal of Psychiatry*, 161(5), 936-937. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.161.5.936>
- Lerman, R. (2002). *Marriage and the Economic Well-Being of Families with Children: A Review of the Literature*. Washington, DC: The Urban Institute and American University. <https://www.urban.org/sites/default/files/publication/60516/410541-Marriage-and-the-Economic-Well-Being-of-Families-with-Children.PDF>
- Lewin, K. (1942). Time perspective and morale. En L. Kurt & L. Weiss (Eds.), *Civilian morale: Second yearbook of the Society for the Psychological Study of Social Issues*. (pp. 48-70). Houghton Mifflin Company. <https://doi.org/10.1037/13983-004>
- Li, K., Wang, H., Siu, O.-L., & Yu, H. (2024). How and When Resilience can Boost Student Academic Performance: A Weekly Diary Study on the Roles of Self-Regulation Behaviors, Grit, and Social Support. *Journal of Happiness Studies*, 25(4), 36. <https://doi.org/10.1007/s10902-024-00749-4>
- Lodder, P., Kupper, N., Mols, F., Emons, W. H. M., & Wicherts, J. M. (2022). Assessing the temporal stability of psychological constructs: An illustration of Type D personality, anxiety

- and depression. *Journal of Research in Personality*, 101, 104299.
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2022.104299>
- Londero-Santos, A., Natividade, J. C., & Féres-Carneiro, T. (2021). Do romantic relationships promote happiness? Relationships' characteristics as predictors of subjective well-being. *An International Journal on Personal Relationships*, 15(1), 3-19.
<https://doi.org/10.5964/ijpr.4195>
- Loose, T., Vasquez-Echeverría, A., & Álvarez-Núñez, L. (2023). Spanish version of need for cognition scale: Evidence of reliability, validity and factorial invariance of the very efficient short-form. *Current Psychology*, 42(17), 14440-14451. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02739-2>
- Love, A. B., & Holder, M. D. (2016). Can Romantic Relationship Quality Mediate the Relation Between Psychopathy and Subjective Well-Being? *Journal of Happiness Studies*, 17(6), 2407-2429. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9700-2>
- Lu, J., Zhang, S., & He, G. (2023). How time orientation matters for happiness: The nonmonotonic relations featured with a middle valley. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 15(4), 1656-1672. <https://doi.org/10.1111/aphw.12460>
- Lucas, R. E., & Dyrenforth, P. S. (2006). Does the Existence of Social Relationships Matter for Subjective Well-Being? En K. D. Vohs & E. J. Finkel (Eds.), *Self and relationships: Connecting intrapersonal and interpersonal processes* (pp. 254-273). The Guilford Press.
- Luo, S. (2017). Assortative mating and couple similarity: Patterns, mechanisms, and consequences. *Social and Personality Psychology Compass*, 11(8), e12337.
<https://doi.org/10.1111/spc3.12337>
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46(2), 137-155.
<https://doi.org/10.1023/A:1006824100041>

- Maas, C. J. M., & Hox, J. J. (2005). Sufficient Sample Sizes for Multilevel Modeling. *Methodology*, 1(3), 86-92. <https://doi.org/10.1027/1614-2241.1.3.86>
- Madrid, H. P., Patterson, M. G., Birdi, K. S., Leiva, P. I., & Kausel, E. E. (2014). The role of weekly high-activated positive mood, context, and personality in innovative work behavior: A multilevel and interactional model. *Journal of Organizational Behavior*, 35(2), 234-256. <https://doi.org/10.1002/job.1867>
- Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Schutte, N. S., Bhullar, N., & Rooke, S. E. (2010). The Five-Factor Model of personality and relationship satisfaction of intimate partners: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 44(1), 124-127. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2009.09.004>
- Mannino, G., & Caronia, V. (2017). Time, Well-Being, and Happiness: A Preliminary Explorative Study. *World Futures*, 73(4-5), 318-333. <https://doi.org/10.1080/02604027.2017.1333849>
- Marczak, M., Sorokowski, P., & Sobol, M. (2021). Balanced time perspective as a facilitator of immigrants' psychological adaptation: A study among Ukrainian immigrants in Poland. *Transcultural Psychiatry*, 58(6), 789-803. <https://doi.org/10.1177/1363461520949673>
- Marsh, H. W., Hau, K. T., & Wen, Z. (2004). In search of golden rules: Comment on hypothesis-testing approaches to setting cutoff values for fit indexes and dangers in overgeneralizing Hu and Bentler's (1999) findings. En *Structural Equation Modeling* (Vol. 11, Número 3, pp. 320-341). Routledge. https://doi.org/10.1207/s15328007sem1103_2
- Matheson, G. J. (2019). We need to talk about reliability: making better use of test-retest studies for study design and interpretation. *PeerJ*, 7(5), e6918. <https://doi.org/10.7717/peerj.6918>
- McKay, M. T., Andretta, J. R., Magee, J., & Worrell, F. C. (2014). What do temporal profiles tell us about adolescent alcohol use? Results from a large sample in the United Kingdom. *Journal of Adolescence*, 37(8), 1319-1328. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.09.008>

- McKay, M. T., Percy, A., & Cole, J. C. (2013). Consideration of future consequences and alcohol use among Northern Irish adolescents. *Journal of Substance Use, 18*(5), 377-391. <https://doi.org/10.3109/14659891.2012.685793>
- McKay, M. T., Perry, J. L., & Cole, J. C. (2018). Further evidence for the domain specificity of Consideration of Future Consequences in adolescents and University students. *Personality and Individual Differences, 128*(November 2017), 127-132. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.02.032>
- McKay, M. T., Perry, J. L., & Cole, J. C. (2022). Domain-specific consideration of future consequences and early alcohol use: a bivariate and person-centered analysis. *Drugs: Education, Prevention and Policy, 29*(2), 160-167. <https://doi.org/10.1080/09687637.2021.1872497>
- McKay, M. T., Perry, J. L., Percy, A., & Cole, J. C. (2016). Evidence for the reliability and validity, and some support for the practical utility of the two-factor Consideration of Future Consequences Scale-14. *Personality and Individual Differences, 98*, 133-136. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.097>
- McKay, M. T., Perry, J. L., Worrell, F. C., & Cole, J. C. (2022). Domain-specific Consideration of Future Consequences: Further Evidence Using Academic Attainment Data. *Child Care in Practice, 28*(4), 550-560. <https://doi.org/10.1080/13575279.2020.1765148>
- McKay, Michael T., Perry, John L., Cole, Jon. C., & Magee, J. (2017). Adolescents consider the future differently depending on the domain in question: Results of an exploratory study in the United Kingdom. *Personality and Individual Differences, 104*, 448-452. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.09.002>
- Mello, Z., & Worrell, F. (2007). The adolescent time inventory-English. En *Unpublished scale*. University of California, Berkeley. https://faculty.sfsu.edu/sites/default/files/faculty_files/2270/ATI_V3.1.Manual.pdf

- Mennenga, K. D. (2015). *Effects of positive and negative events on daily relationship effect for clinical couples: A daily diary study* [Tesis de Doctorado, Universidad Brigham Young]. Repositorio Institucional de la Universidad. <https://scholarsarchive.byu.edu/etd/6047/>
- Menozzi, D., Sogari, G., & Mora, C. (2015). Explaining Vegetable Consumption among Young Adults: An Application of the Theory of Planned Behaviour. *Nutrients*, 7(9), 7633-7650. <https://doi.org/10.3390/nu7095357>
- Meyer, J. P., & Morin, A. J. S. (2016). A person-centered approach to commitment research: Theory, research, and methodology. *Journal of Organizational Behavior*, 37(4), 584-612. <https://doi.org/10.1002/job.2085>
- Murphy, L., Cadogan, E., & Dockray, S. (2020). The Consideration of Future Consequences: Evidence for Domain Specificity Across Five Life Domains. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 46(5), 663-678. <https://doi.org/10.1177/0146167219873478>
- Murphy, L., & Dockray, S. (2018). The consideration of future consequences and health behaviour: a meta-analysis. *Health Psychology Review*, 12(4), 357-381. <https://doi.org/10.1080/17437199.2018.1489298>
- Murphy, L., & Murphy, G. (2018). Time to drive: Present vs. future orientation and self-reported driving behaviour. *Transportation Research Part F: Traffic Psychology and Behaviour*, 56, 1-13. <https://doi.org/10.1016/j.trf.2018.03.026>
- Muthén, B., & Muthén, L. K. (2000). Integrating Person-Centered and Variable-Centered Analyses: Growth Mixture Modeling With Latent Trajectory Classes. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 24(6), 882-891. <https://doi.org/10.1111/j.1530-0277.2000.tb02070.x>
- Muthén, L. K., & Muthén, B. O. (2009). *Statistical analysis with latent variables. User's Guide* (Vols. 123, No. 6). New York: Wiley.

- Nezlek, J. B. (2017). A practical guide to understanding reliability in studies of within-person variability. *Journal of Research in Personality*, 69, 149-155. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2016.06.020>
- Nielsen, K., & Abildgaard, J. S. (2012). The development and validation of a job crafting measure for use with blue-collar workers. *Work & Stress*, 26(4), 365-384. <https://doi.org/10.1080/02678373.2012.733543>
- Nigro, G., Cosenza, M., Ciccarelli, M., & Joireman, J. (2016). An Italian translation and validation of the Consideration of Future Consequences-14 Scale. *Personality and Individual Differences*, 101, 333-340. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.014>
- Nordman, M., Matthiessen, J., Biloft-Jensen, A., Ritz, C., & Hjorth, M. F. (2020). Weekly variation in diet and physical activity among 4–75-year-old Danes. *Public Health Nutrition*, 23(8), 1350-1361. <https://doi.org/10.1017/S1368980019003707>
- Ohly, S., Sonnentag, S., Niessen, C., & Zapf, D. (2010). Diary Studies in Organizational Research. *Journal of Personnel Psychology*, 9(2), 79-93. <https://doi.org/10.1027/1866-5888/a000009>
- Oishi, S., Diener, E., & Lucas, R. E. (2018). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. En C. R. Snyder, S. J. Lopez, L. M. Edwards, & S. C. Marques (Eds.), *The Oxford Handbook of Positive Psychology, 3rd Edition* (pp. 63-73). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199396511.013.14>
- Orbell, S., Perugini, M., & Rakow, T. (2004). Individual Differences in Sensitivity to Health Communications: Consideration of Future Consequences. *Health Psychology*, 23(4), 388-396. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.23.4.388>
- Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud. (2017). *Agenda de Salud Sostenible para Las Américas 2018-2030: Un llamado a la acción para la salud y el bienestar en la Región*. (Documento CSP29/6).

<https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/49169/CSP296-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ortuño, V. (2020). Aproximaciones a la temporalidad subjetiva: la perspectiva temporal en foco. En V. Ortuño & A. Vásquez-Echeverría (Eds.), *Psicología del Tiempo: Una introducción a la temporalidad en las ciencias del comportamiento* (pp. 79-124).

Paquette, V., Rapaport, M., St-Louis, A. C., & Vallerand, R. J. (2020). Why are you passionately in love? Attachment styles as determinants of romantic passion and conflict resolution strategies. *Motivation and Emotion*, 44(4), 621-639. <https://doi.org/10.1007/s11031-020-09821-x>

Park, I.-J., Yun, D., Kim, P. B., & Hai, S. (2021). How to fuel hotel employees' daily innovative work? The interplay of daily affect and career future time perspective. *Journal of Hospitality Marketing & Management*, 30(6), 759-783. <https://doi.org/10.1080/19368623.2021.1888367>

Parsakia, K., Rostami, M., & Saadati, S. M. (2023). The Relationship between Emotional Intelligence and Marital Conflicts Using Actor-Partner Interdependence Model. *The Journal of Psychosociological Research in Family and Culture*, 1(1), 23-28. <https://doi.org/10.61838/kman.jprfc.1.1.6>

Percy, A., McKay, M. T., Perry, J. L., & Cole, J. C. (2020). Refining the clinical application of the consideration of future consequences scale -14. *Current Psychology*, 39(3), 1041-1048. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9819-5>

Perlman, D., & Vangelisti, A. L. (2006). Personal relationships: An introduction. En A. L. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge handbook of personal relationships* (pp. 3-7). Cambridge University Press.

Peters, B. R., Joireman, J., & Ridgway, R. L. (2005). Individual Differences in the Consideration of Future Consequences Scale Correlate with Sleep Habits, Sleep Quality, and GPA in

University Students. *Psychological Reports*, 96(3), 817-824.
<https://doi.org/10.2466/pr0.96.3.817-824>

Petrocelli, J. V. (2003). Factor Validation of the Consideration of Future Consequences Scale: Evidence for a Short Version. *The Journal of Social Psychology*, 143(4), 405-413.
<https://doi.org/10.1080/00224540309598453>

Pozolotina, T., & Olsen, S. O. (2021). General vs health-specific consideration of immediate and future consequences to explain eating and exercise behavior in a Norwegian student population: A randomized survey experiment. *Scandinavian Journal of Psychology*, 62(1), 51-57. <https://doi.org/10.1111/sjop.12688>

Prochaska, J. J., Sallis, J. F., & Long, B. (2001). A Physical Activity Screening Measure for Use With Adolescents in Primary Care. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 155(5), 554. <https://doi.org/10.1001/archpedi.155.5.554>

Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2007). Marital Quality and Personal Well-Being: A Meta-Analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 576-593.
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00393.x>

Puspikawati, S. I., Farapti, F., Kandinasti, S., & Asna, A. F. (2024). Factors Associated With Weight Gain During Weekend Day Among Adolescents In Urban City: A Case Control Study. *Malaysian Journal of Medicine & Health Sciences*, 20(2), 114-121.
<https://doi.org/10.47836/mjmhs.20.2.16>

Qian, J., Yang, F., Wang, B., Huang, C., & Song, B. (2019). When workplace ostracism leads to burnout: the roles of job self-determination and future time orientation. *The International Journal of Human Resource Management*, 30(17), 2465-2481.
<https://doi.org/10.1080/09585192.2017.1326395>

Raley, R. K., & Sweeney, M. M. (2020). Divorce, Repartnering, and Stepfamilies: A Decade in Review. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 81-99. <https://doi.org/10.1111/jomf.12651>

- Rammstedt, B., & Beierlein, C. (2014). Can't We Make It Any Shorter? *Journal of Individual Differences*, 35(4), 212-220. <https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000141>
- Raposo Grau, G. (2016). *Habilidades políticas, job crafting e innovación en las organizaciones*. Tesis Doctoral, Universidad Complutense de Madrid.
- Rauthmann, J. F. (2020). Person-Situation Interactions. En *The Wiley Encyclopedia of Personality and Individual Differences* (Número June, pp. 31-35). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781118970843.ch75>
- Rauthmann, J. F., Sherman, R. A., & Funder, D. C. (2015). Principles of Situation Research: Towards a Better Understanding of Psychological Situations. *European Journal of Personality*, 29(3), 363-381. <https://doi.org/10.1002/per.1994>
- Reedy, J., Subar, A. F., George, S. M., & Krebs-Smith, S. M. (2018). Extending Methods in Dietary Patterns Research. *Nutrients*, 10(5), 571. <https://doi.org/10.3390/nu10050571>
- Ribar, D. C. (2004). What Do Social Scientists Know About the Benefits of Marriage? A Review of Quantitative Methodologies. *SSRN Electronic Journal*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.500887>
- Rodríguez-Muñoz, A., Antino, M., Ruiz-Zorrilla, P., & Ortega, E. (2021). Positive emotions, engagement, and objective academic performance: A weekly diary study. *Learning and Individual Differences*, 92, 102087. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2021.102087>
- Rusu, P. P., Nussbeck, F. W., Leuchtman, L., & Bodenmann, G. (2020). Stress, dyadic coping, and relationship satisfaction: A longitudinal study disentangling timely stable from yearly fluctuations. *PLOS ONE*, 15(4), e0231133. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0231133>
- Ryack, K. (2012). Evidence that time perspective factors depend on the group: Factor analyses of the CFC and ZTPI scales with professional financial advisors. *Personality and Individual Differences*, 52(6), 723-727. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.12.039>

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Sanna, L. J., & Chang, E. C. (2006). Past as prologue: An introduction to judgments over time. En M. J. Ross & G. L. Sedikides (Eds.), *Judgments Over Time The Interplay of Thoughts, Feelings, and Behaviors* (pp. 3-10). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195177664.003.0001>
- Sanri, Ç., Halford, W. K., Rogge, R. D., & von Hippel, W. (2021). The Couple Flourishing Measure. *Family Process*, 60(2), 457-476. <https://doi.org/10.1111/famp.12632>
- Sayehmiri, K., Kareem, K. I., Abdi, K., Dalvand, S., & Gheshlagh, R. G. (2020). The relationship between personality traits and marital satisfaction: a systematic review and meta-analysis. *BMC Psychology*, 8(1), 15. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-0383-z>
- Schreiber, J. B., & Pekarik, A. J. (2014). Technical Note: Using Latent Class Analysis versus K-means or Hierarchical Clustering to Understand Museum Visitors. *Curator: The Museum Journal*, 57(1), 45-59. <https://doi.org/10.1111/cura.12050>
- Seginer, R., Nurmi, J. E., Poole, M. E., & Shoyer, S. (1999). Future orientation questionnaire (revised). *Haifa, Israel: University of Haifa*.
- Seligman, M. E. P., Parks, A. C., & Steen, T. (2004). A balanced psychology and a full life. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B: Biological Sciences*, 359(1449), 1379-1381. <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1513>
- She, L., Ma, L., & Khoshnavay Fomani, F. (2021). The Consideration of Future Consequences Scale Among Malaysian Young Adults: A Psychometric Evaluation. *Frontiers in Psychology*, 12, 770609. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.770609>
- Sheldon, K. M., & Vansteenkiste, M. (2005). Personal Goals and Time Travel: How Are Future Places Visited, and Is It Worth It? En A. Strathman & J. Joireman (Eds.), *Understanding*

behavior in the context of time: Theory, research, and application (pp. 143-163). Psychology Press.

Singer, J. D. (2003). *Applied longitudinal data analysis: Modeling change and event occurrence*. Oxford university press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195152968.001.0001>

Sinnett, S., Jäger, J., Singer, S. M., & Antonini Philippe, R. (2020). Flow States and Associated Changes in Spatial and Temporal Processing. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00381>

Singh, S., Kshtriya, S., & Valk, R. (2023). Health, Hope, and Harmony: A Systematic Review of the Determinants of Happiness across Cultures and Countries. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 3306. <https://doi.org/10.3390/ijerph20043306>

Sirois, F. M. (2004). Procrastination and intentions to perform health behaviors: The role of self-efficacy and the consideration of future consequences. *Personality and Individual Differences*, 37(1), 115-128. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2003.08.005>

Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., Yoshinobu, L., Gibb, J., Langelle, C., & Harney, P. (1991). The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(4), 570-585. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.4.570>

Sosnowska, J., Kuppens, P., De Fruyt, F., & Hofmans, J. (2019). A dynamic systems approach to personality: The Personality Dynamics (PersDyn) model. *Personality and Individual Differences*, 144, 11-18. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.02.013>

Sosnowska, J., Kuppens, P., De Fruyt, F., & Hofmans, J. (2020). New Directions in the Conceptualization and Assessment of Personality—A Dynamic Systems Approach. *European Journal of Personality*, 34(6), 988-998. <https://doi.org/10.1002/per.2233>

- Spurk, D., Hirschi, A., Wang, M., Valero, D., & Kauffeld, S. (2020). Latent profile analysis: A review and "how to" guide of its application within vocational behavior research. *Journal of Vocational Behavior*, 120, 103445. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2020.103445>
- Stolarski, M., Fieulaine, N., & Van Beek, W. (Eds.). (2015). *Time Perspective Theory; Review, Research and Applications*. Cham, Switzerland: Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-07368-2>
- Stolarski, M., Fieulaine, N., & Zimbardo, P. G. (2018). Putting time in a wider perspective: The past, the present, and the future of time perspective theory. En V. Zeigler-Hill & T. Shackelford (Eds.), *The SAGE Handbook of Personality and Individual Differences* (pp. 592-628). Thousand Oakes, CA: SAGE. <https://hal.science/hal-02419830>
- Stolarski, M., Wojtkowska, K., & Kwiecińska, M. (2016). Time for love: Partners' time perspectives predict relationship satisfaction in romantic heterosexual couples. *Time & Society*, 25(3), 552-574. <https://doi.org/10.1177/0961463X15596703>
- Stolarski, M., Zajenkowski, M., & Zajenkowska, A. (2016). Aggressive? from Time to Time... Uncovering the Complex Associations between Time Perspectives and Aggression. *Current Psychology*, 35(4), 506-515. <https://doi.org/10.1007/s12144-016-9422-6>
- Strathman, A., Gleicher, F., Boninger, D. S., & Edwards, C. S. (1994). The consideration of future consequences: Weighing immediate and distant outcomes of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(4), 742-752. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.66.4.742>
- Strathman, A., & Joireman, J. (2006). A brief history of time. En A. Strathman & J. Joireman (Eds.), *Understanding behavior in the context of time: Theory, research, and application* (Número 1890, pp. 18-22). Psychology Press.
- Suddendorf, T., & Busby, J. (2005). Making decisions with the future in mind: Developmental and comparative identification of mental time travel. *Learning and Motivation*, 36(2), 110-125. <https://doi.org/10.1016/j.lmot.2005.02.010>

- Teshale, S. M., & Lachman, M. E. (2016). Managing daily happiness: The relationship between selection, optimization, and compensation strategies and well-being in adulthood. *Psychology and Aging, 31*(7), 687-692. <https://doi.org/10.1037/pag0000132>
- Tetteh, G. A. (2018). Effects of Classroom Attendance and Learning Strategies on the Learning Outcome. *Journal of International Education in Business, 11*(2), 195-219. <https://doi.org/10.1108/JIEB-01-2017-0004>
- Thomas, A., & Sawhill, I. (2002). For richer or for poorer: Marriage as an antipoverty strategy. *Journal of Policy Analysis and Management, 21*(4), 587-599. <https://doi.org/10.1002/pam.10075>
- Thompson, F. E., & Subar, A. F. (2017). Dietary Assessment Methodology. En *Nutrition in the Prevention and Treatment of Disease* (pp. 5-48). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-802928-2.00001-1>
- Throop, N., & Yosof, R. (2021). *The contribution of employee consideration of future consequences and cultural values on work procrastination* [Tesis de maestría, Universidad Linneo]. Repositorio Institucional de la Universidad. <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1567783/FULLTEXT01.pdf>
- Till, B., & Niederkrotenthaler, T. (2022). Romantic Relationships and Mental Health During the COVID-19 Pandemic in Austria: A Population-Based Cross-Sectional Survey. *Frontiers in Psychology, 13*, 857329. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.857329>
- Toepoel, V. (2010). Is consideration of future consequences a changeable construct? *Personality and Individual Differences, 48*(8), 951-956. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.02.029>
- van Beek, J. (2016). *Considering a healthy future. Effects of time orientation on eating and exercising behavior* [Tesis de doctorado, Universidad y Centro de Investigación de Wageningen]. Repositorio Institucional de la Universidad. <https://research.wur.nl/en/publications/considering-a-healthy-future-effects-of-time-orientation-on-eatin>

- van Beek, J., Antonides, G., & Handgraaf, M. J. J. (2013). Eat now, exercise later: The relation between consideration of immediate and future consequences and healthy behavior. *Personality and Individual Differences*, *54*(6), 785-791. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.12.015>
- Vásquez-Echeverría, A. (2011). Experiencia subjetiva del tiempo y su influencia en el comportamiento: revisión y modelos. *Psicología: Teoría e Pesquisa*, *27*(2), 215-223. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722011000200011>
- Vásquez-Echeverría, A. (2014). *El desarrollo de la previsión episódica durante la etapa pre-escolar* [Tesis doctoral, Universidad de Porto]. <https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/115061>
- Vásquez-Echeverría, A., Esteves, C., Gomes, C. V., & Ortuño, V. E. C. (2015). Portuguese Validation of the Consideration of Future Consequences Scale. *The Spanish Journal of Psychology*, *18*, E7. <https://doi.org/10.1017/sjp.2015.5>
- Vásquez-Echeverría, A., Martín, A., Ortuño, V., Esteves, C., & Joireman, J. (2017). Adaptación y validación inicial al castellano de la Escala Consideración de las Consecuencias Futuras. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica*, *44*(2), 5-15. <http://www.aidep.org/sites/default/files/2017-09/R44-Art1.pdf>
- Vásquez-Echeverría, A., Antino, M., Alvarez-Núñez, L., & Rodríguez-Muñoz, A. (2018). Evidence for the reliability and factor solution of the CFCS-14 in Spanish: A multi-method validation in Spain and Uruguay. *Personality and Individual Differences*, *123*, 171-175. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.11.021>
- Vásquez-Echeverría, A. (2020). Psicología del Tiempo: Los cuatro niveles en que el tiempo determina el comportamiento Humano. En V. Ortuño & A. Vásquez-Echeverría (Eds.), *Psicología del Tiempo: Una introducción a la temporalidad en las ciencias del comportamiento* (pp. 10-40). Comisión Sectorial de Investigación Científica: Universidad de la República.

- Vásquez-Echeverría, A., Álvarez-Núñez, L., Mello, Z., & Worrell, F. C. (2020). Time Attitude Profiles and Health-Related Behaviors: Validation of a Spanish Version of the Adolescent and Adult Time Inventory–Time Attitudes (AATI-TA). *The Spanish Journal of Psychology*, 23, e51. <https://doi.org/10.1017/SJP.2020.51>
- Viladrich, C., Angulo-Brunet, A., & Doval, E. (2017). Un viaje alrededor de alfa y omega para estimar la fiabilidad de consistencia interna. *Anales de Psicología*, 33(3), 755. <https://doi.org/10.6018/analesps.33.3.268401>
- Vilar, R., Milfont, T. L., Araújo, R. de C. R., Coelho, G. L. de H., Soares, A. K. S., & Gouveia, V. V. (2022). Consideration of future consequences (CFC): Validation and proposition of an ultra-short scale. *Current Psychology*, 41(6), 3428-3442. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00840-y>
- Viswanathan, M. (2005). *Measurement Error and Research Design*. SAGE Publications, Inc. <https://doi.org/10.4135/9781412984935>
- Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2004). Understanding Self-Regulation. An Introduction. En K. D. B. R. F. Vohs (Ed.), *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (Vol. 19, pp. 1-39). The Guilford Press.
- Wang, S., Tu, Y., Zhao, T., & Yang, Y. (2022). Focusing on the Past, Present, or Future? Why Proactive Personality Increases Weekly Subjective Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 23(4), 1543-1560. <https://doi.org/10.1007/s10902-021-00461-7>
- Watt, J. H., & van der Berg, S. (2002). Population and samples: The principle of generalization. En *Research methods for communication science* (pp. 50-61). <https://bcourses.berkeley.edu/courses/1453766/files/69612769/download>
- Weinberger, E., Wach, D., Stephan, U., & Wegge, J. (2018). Having a creative day: Understanding entrepreneurs' daily idea generation through a recovery lens. *Journal of Business Venturing*, 33(1), 1-19. <https://doi.org/10.1016/j.jbusvent.2017.09.001>

- Weziak-Bialowolska, D., Bialowolski, P., Sacco, P. L., VanderWeele, T. J., & McNeely, E. (2020). Well-Being in Life and Well-Being at Work: Which Comes First? Evidence From a Longitudinal Study. *Frontiers in Public Health*, 8, 526028. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.00103>
- Whitty, M. T. (2019). Who can spot an online romance scam? *Journal of Financial Crime*, 26(2), 623–633. <https://doi.org/10.1108/JFC-06-2018-0053>
- Wirth, M., Wettstein, M., & Rothermund, K. (2024). Longitudinal associations between time perspective and life satisfaction across adulthood. *Communications Psychology*, 2(1), 67. <https://doi.org/10.1038/s44271-024-00118-0>
- Wittmann, M. (2016). *Felt time: The psychology of how we perceive time*.
- Wojtkowska, K., Stolarski, M., & Matthews, G. (2021). Time for work: Analyzing the role of time perspectives in work attitudes and behaviors. *Current Psychology*, 40(12), 5972-5983. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00536-y>
- World Health Organization. (2001). *AUDIT: The alcohol use disorders identification test: Guidelines for use in primary health care*. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67205/W?sequence=1>
- World Health Organization. (2017). *Determinants of health*. <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/determinants-of-health>
- Wu, R., Liu, Z., Guo, Q., Cai, M., & Zhou, J. (2020). Couple Similarity on Personality, Moral Identity and Spirituality Predict Life Satisfaction of Spouses and Their Offspring. *Journal of Happiness Studies*, 21(3), 1037-1058. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00108-8>
- Ye, S., Ma, M. Z., So, J. J. M., & Ng, T. K. (2023). The effects of similarity in personality and values on relationship satisfaction among dating couples: A response surface analysis. *Personality and Individual Differences*, 213, 112306. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112306>

- Zainun, N. F. H., Johari, J., & Adnan, Z. (2023). A Malay translation and content validity index of the consideration of future consequences–14 scale. *Platform: A Journal of Management and Humanities*, 6(1), 2. <https://doi.org/10.61762/pjmhvol6iss1art22884>
- Zaleski, Z. (1996). Future Anxiety: concept, measurement, and preliminary research. *Personality and Individual Differences*, 21(2), 165-174. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(96\)00070-0](https://doi.org/10.1016/0191-8869(96)00070-0)
- Zhang, W., Wang, H., & Pearce, C. L. (2014). Consideration for future consequences as an antecedent of transformational leadership behavior: The moderating effects of perceived dynamic work environment. *The Leadership Quarterly*, 25(2), 329-343. <https://doi.org/10.1016/j.leaqua.2013.09.002>
- Zhao, H. H., Shipp, A. J., Carter, K., Gonzalez-Mulé, E., & Xu, E. (2024). Time and change: A meta-analysis of temporal decisions in longitudinal studies. *Journal of Organizational Behavior*, 45(4), 620-640.
- Zheng, A. H., & MacCann, C. (2023). Happiness is associated with higher narcissism but lower psychopathy: A systematic review and meta-analysis of the relationship between happiness and the Dark Triad. *Personality and Individual Differences*, 215, 112381. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112381>
- Zheng, L., Chen, Y., & Gan, Y. (2023). Problem solving: Helping understand why future orientation regulates emotion and benefits performances. *Current Psychology*, 42(21), 17898-17908. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02983-6>
- Zhu, W. (2012). Sadly, the earth is still round ($p < 0.05$). *Journal of Sport and Health Science*, 1(1), 9-11. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2012.02.002>
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271-1288. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1271>
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. (2008). *The time paradox: Understanding and using the revolutionary new science of time*. Free Press.

Zuckerman, M. (1994). Test development. En *Behavioral expressions and biosocial bases of sensation seeking*. The press Syndicate of the University of Cambridge.

Zumaya, M., Brown, C., & Baker, H. (2008). Las parejas y sus infidelidades. *Revista de Investigación Médica Sur*, 15(3), 225-230. https://serendipitydiplomados.com/wp-content/uploads/2020/12/Pareja_e_infidelidad_en_Mexico.pdf

Anexos

ANEXOS DEL PRIMER ESTUDIO

Anexo 1

Instrumentos empleados

1.1. Cuestionario sociodemográfico

1. Indica tu sexo: (I) Mujer; (II) Hombre; (III) Otros _____
2. ¿Cuál es tu edad? (variable cuantitativa discreta) _____
3. ¿Actualmente estás estudiando? Sí / No

- 4a. ¿Qué nivel educativo estás realizando actualmente? *(Esta pregunta se mostró únicamente a los participantes que respondieron afirmativamente a la pregunta anterior)*
 - i. Primaria
 - ii. Ciclo Básico
 - iii. Bachillerato
 - iv. Estudiante terciario no universitario (por ejemplo: Magisterio, UTU)
 - v. Estudiante universitario
 - vi. Estudios de posgrado (Especialización, Maestría, Doctorado)
 - vii. Otro, especifique _____
- 4b. ¿Cuál es tu máximo nivel educativo alcanzado? *(Esta pregunta se mostró únicamente a los participantes que respondieron negativamente a la pregunta número 3)*
 - i. Primaria
 - ii. Ciclo Básico
 - iii. Bachillerato
 - iv. Terciario no universitario (por ejemplo: Magisterio, UTU)
 - v. Título de grado universitario
 - vi. Estudios de posgrado (Especialización, Maestría, Doctorado)
 - vii. Otro, especifique _____
5. ¿Actualmente estás trabajando? Sí / No

1.2. Escala de consideración de las consecuencias futuras – versión general

Las preguntas que siguen están vinculadas a tu visión sobre el futuro durante la semana pasada. Por favor indica cuán característica es cada afirmación de la forma que pensaste durante la semana pasada. Si la afirmación no es nada característica, señala '1'. Si refleja exactamente tu forma de ser, señala '7'. Y por supuesto, si no te encuentras en los extremos utiliza los otros números de la escala.

Durante la semana pasada...

1. ... consideré cómo las cosas pueden ser en el futuro, y traté de influenciar esas cosas con mi comportamiento, día a día.
2. ... actué solamente para satisfacer asuntos inmediatos, imaginando que el futuro se ocupará de sí mismo.
3. ... pensé que era necesario tomar seriamente las advertencias sobre resultados negativos, incluso si esos resultados no van a ocurrir en varios años.
4. ... ignoré las advertencias acerca de posibles problemas futuros porque consideré que los problemas se resolverán antes de que alcancen un nivel de crisis.
5. ... pensé que sacrificarse ahora es por lo general innecesario dado que los resultados futuros se pueden tratar más adelante.
6. ... actué solamente para satisfacer temas inmediatos, imaginando que me ocuparé de futuros problemas que pudieran surgir más adelante.
7. ... tomé decisiones pensando de qué manera me afectarán en el futuro.
8. ... mi comportamiento estuvo influenciado por las consecuencias que tendrán en el futuro.

1.3. Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la salud

Las preguntas que siguen están vinculadas a tu visión acerca de tu salud. Por favor indica cuán característica es cada afirmación de la forma que pensaste durante la semana pasada. Si la afirmación no es nada característica, señala '1'. Si refleja exactamente tu forma de ser, señala '7'. Y por supuesto, si no te encuentras en los extremos utiliza los otros números de la escala.

Durante la semana pasada...

1. ... consideré cómo mi salud puede ser en el futuro y traté de influenciarla con mi comportamiento día a día.
2. ... actué solamente para satisfacer mis necesidades inmediatas de salud, imaginando que el futuro se ocupará de sí mismo.
3. ... pensé que era importante tomar seriamente las advertencias sobre resultados negativos en mi salud, incluso si esos resultados no van a ocurrir en varios años.
4. ... ignoré las advertencias acerca de posibles problemas futuros respecto a mi salud, porque consideré que se resolverán antes de que alcancen un nivel de enfermedad.
5. ... pensé que sacrificarse ahora para cuidar mi salud es innecesario dado que el futuro de mi salud se puede tratar más adelante.
6. ... actué solamente para satisfacer temas inmediatos sobre mi salud, imaginando que me ocuparé más adelante de futuras dificultades que pudieran surgir.
7. ... tomé decisiones sobre mi salud pensando de qué manera me afectará en el futuro.
8. ... mi comportamiento de salud estuvo influenciado por las consecuencias que tendrá en el futuro.

1.4. Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada al ámbito académico

Las preguntas que siguen están vinculadas a tu visión acerca de tu educación. Por favor indica cuán característica es cada afirmación de la forma que pensaste durante la semana pasada. Si la afirmación no es nada característica, señala '1'. Si refleja exactamente tu forma de ser, señala '7'. Y por supuesto, si no te encuentras en los extremos utiliza los otros números de la escala.

Durante la semana pasada...

1. ... consideré cómo mi vida académica o profesional puede ser en el futuro, y traté de influenciar esas cosas con mi comportamiento, día a día.
2. ... actué solamente para satisfacer mis necesidades inmediatas referidas al estudio, imaginando que el futuro se ocupará de sí mismo.
3. ... en mi educación, pensé que era importante tomar seriamente las advertencias sobre resultados negativos, incluso si esos resultados no van a ocurrir hasta dentro de varios años.
4. ... ignoré las advertencias acerca de posibles problemas futuros respecto a mi educación, porque creo que los problemas se resolverán antes de que alcancen un nivel de crisis.
5. ... pensé que sacrificarse ahora por temas de estudio es por lo general innecesario dado que los resultados futuros se pueden tratar más adelante.
6. ... en el estudio, actué solamente para satisfacer temas inmediatos, imaginando que me ocuparé más adelante de futuras dificultades académicas que pudieran surgir.
7. ... tomé decisiones sobre mi educación pensando de qué manera me afectará en el futuro.
8. ... mi comportamiento académico estuvo influenciado por las consecuencias que tendrá en el futuro.

1.5. Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada al ámbito laboral

Las preguntas que siguen están vinculadas a tu visión acerca de tu trabajo. Por favor indica cuán característica es cada afirmación de la forma que pensaste durante la semana pasada. Si la afirmación no es nada característica, señala '1'. Si refleja exactamente tu forma de ser, señala '7'. Y por supuesto, si no te encuentras en los extremos utiliza los otros números de la escala.

Durante la semana pasada...

1. ... consideraré cómo mi vida laboral puede ser en el futuro, y traté de influenciarla con mi comportamiento día a día.
2. ... actué solamente para satisfacer necesidades inmediatas en mi trabajo, imaginando que el futuro se ocupará de sí mismo.
3. ... en mi trabajo, creí que es importante tomar seriamente las advertencias sobre resultados negativos, incluso si esos resultados no van a suceder en varios años.
4. ... ignoré las advertencias acerca de posibles problemas futuros respecto a mi trabajo, porque creo que los problemas se resolverán antes de que alcancen un nivel de crisis.
5. ... pensé que sacrificarse ahora por temas laborales es por lo general innecesario dado que mi futuro laboral lo podré tratar más adelante.
6. ... en el trabajo, actué solamente para satisfacer temas inmediatos, imaginando que me ocuparé más adelante de futuras dificultades laborales que pudieran surgir.
7. ... tomé decisiones laborales pensando de qué manera me afectará en el futuro.
8. ... mi comportamiento laboral estuvo influenciado por las consecuencias que tendrá en el futuro.

1.6. Cuestionario de alimentación saludable

Considerando la última semana, responde la frecuencia de consumo de:

1. Frutas
2. Verduras
3. Bebidas azucaradas (por ejemplo: refrescos)
4. Alimentos con cantidades elevadas de azúcar, grasa y/o sal. Por ejemplo: papas fritas, torta frita, panchos y dulces.

Opciones de respuesta posibles: 1 = nunca, 2 = una vez a la semana; 3 = dos o tres veces a la semana; 4 = todos los días.

1.7. Cuestionario de compromiso académico

Por favor, señala el grado de acuerdo que más te represente en las siguientes afirmaciones:

Durante la semana pasada...

1. ... asistí con regularidad a las clases y actividades curriculares
2. ... estudié todos los materiales de los programas (incluyendo los recomendados o complementarios).

Los ítems se completaron en una escala Likert con siete valoraciones: 1 = totalmente en desacuerdo a 7 = totalmente de acuerdo.

1.8. Implementación de ideas en el ámbito laboral

Por favor, responda a las siguientes afirmaciones marcando la opción que más se corresponda con su opinión sobre su trabajo.

Durante la semana pasada...

1. ... desarrollé nuevas ideas para resolver cuestiones difíciles
2. ... me puse en contacto con otros compañeros en relación con mis ideas innovadoras
3. ... convertí mis ideas innovadoras en aplicaciones útiles para el trabajo

Los ítems fueron evaluados mediante una escala Likert de cinco valoraciones: 1 = Nunca a 5 = Siempre.

Anexo 2

Coeficientes de correlación intraclase a nivel ítem

Ítem	ECCF-general	ECCF-salud	ECCF-académico	ECCF-trabajo
1	.53	.59	.57	.60
2	.47	.52	.56	.53
3	.51	.54	.55	.53
4	.42	.45	.53	.47
5	.42	.38	.47	.45
6	.48	.52	.56	.46
7	.53	.58	.57	.60
8	.55	.58	.62	.59

Nota. ECCF-general = escala general de consideración de las consecuencias futuras; ECCF-salud = escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la salud; ECCF-académico = escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada al ámbito académico; ECCF-trabajo = escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada al trabajo.

Anexo 3

Coeficientes de correlación entre la CCF y variables de interés por ola

Ola		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11. ImplementaciónI
Primera ola	1. ECCF-general: Inmediato	-.28**	.51**	-.17**	.44**	-.15*	.44**	-.12*	-.07	-.05	.04
	2. ECCF-general: Futuro		-.24**	.52**	-.19**	.47**	-.18**	.51**	.05	.20**	.11*
	3. ECCF-salud: Inmediato			-.40**	.37**	-.08	.52**	-.23**	-.22**	-.04	.01
	4. ECCF-salud: Futuro				-.13	.34**	-.21**	.50**	.24**	.13	.13*
	5. ECCF-académico: Inmediato					-.45**	.57**	-.30**	.03	-.29**	.15
	6. ECCF-académico: Futuro						-.27**	.66**	-.03	.35**	-.12
	7. ECCF-trabajo: Inmediato							-.40**	-.15**	-.08	-.05
	8. ECCF-trabajo: Futuro								.12*	.09	.16**
	9. AlimentaciónS									.01	.09
	10. CompromisoA										.02
Segunda ola	1. ECCF-general: Inmediato	-.33**	.60**	-.27**	.58**	-.28**	.56**	-.24**	-0.07	-.18**	-.06
	2. ECCF-general: Futuro		-.25**	.56**	-.25**	.54**	-.25**	.62**	.05	.22**	.35**
	3. ECCF-salud: Inmediato			-.45**	.50**	-.23**	.61**	-.28**	-.18**	-.14*	-.21**
	4. ECCF-salud: Futuro				-.21**	.38**	-.29**	.54**	.21**	.14*	.29**
	5. ECCF-académico: Inmediato					-.48**	.67**	-.20*	-.12	-.26**	-.07
	6. ECCF-académico: Futuro						-.26**	.53**	.07	.33**	.16
	7. ECCF-trabajo: Inmediato							-.43**	-.10*	.01	-.15**
	8. ECCF-trabajo: Futuro								.03	.01	.35**
	9. AlimentaciónS									.11	.05
	10. CompromisoA										.18
Tercera ola	1. ECCF-general: Inmediato	-.38**	.68**	-.30**	.66**	-.34**	.67**	-.36**	-.10*	-.12	-.08
	2. ECCF-general: Futuro		-.28**	.66**	-.27**	.65**	-.33**	.76**	.04	.17**	.27**
	3. ECCF-salud: Inmediato			-.42**	.54**	-.27**	.64**	-.30**	-.21**	-.11	-.07
	4. ECCF-salud: Futuro				-.19**	.47**	-.30**	.59**	.22**	.12*	.27**

	5. ECCF-académico: Inmediato					-.49**	.59**	-.23**	-.08	-.27**	.11
	6. ECCF-académico: Futuro						-.27**	.61**	.02	.39**	.06
	7. ECCF-trabajo: Inmediato							-.43**	-.12*	-.10	-.06
	8. ECCF-trabajo: Futuro								.08	.15	.31**
	9. AlimentaciónS									.10	.10
	10. CompromisoA										.14
	<hr/>										
	1. ECCF-general: Inmediato	-.45**	.72**	-.40**	.72**	-.46**	.77**	-.43**	-.12**	-.14*	-0.07
	2. ECCF-general: Futuro		-.37**	.79**	-.27**	.66**	-.43**	.78**	.09*	.12*	.23**
	3. ECCF-salud: Inmediato			-.48**	.62**	-.38**	.72**	-.36**	-.20**	-.13*	-.15*
	4. ECCF-salud: Futuro				-.24**	.55**	-.43**	.69**	.17**	.08	.26**
Cuarta ola	5. ECCF-académico: Inmediato					-.50**	.65**	-.27**	-.07	-.26**	.13
	6. ECCF-académico: Futuro						-.37**	.62**	.02	.31**	.09
	7. ECCF-trabajo: Inmediato							-.48**	-.10*	-.16	-.08
	8. ECCF-trabajo: Futuro								.02	-.06	.30**
	9. AlimentaciónS									.12	.10
	10. CompromisoA										.10
	<hr/>										
	1. ECCF-general: Inmediato	-.53**	.76**	-.41**	.75**	-.41**	.77**	-.42**	-.16**	-.22**	-.07
	2. ECCF-general: Futuro		-.45**	.77**	-.40**	.74**	-.43**	.81**	.12**	.21**	.32**
	3. ECCF-salud: Inmediato			-.51**	.61**	-.34**	.71**	-.41**	-.16**	-.11	-.03
	4. ECCF-salud: Futuro				-.29**	.62**	-.38**	.70**	.25**	.13*	.27**
Quinta ola	5. ECCF-académico: Inmediato					-.53**	.67**	-.30**	-.03	-.31**	.20
	6. ECCF-académico: Futuro						-.36**	.73**	.07	.39**	.29*
	7. ECCF-trabajo: Inmediato							-.45**	-.08	-.18*	-.10
	8. ECCF-trabajo: Futuro								.12*	.13	.48**
	9. AlimentaciónS									.14*	.10
	10. CompromisoA										.22
	<hr/>										
	1. ECCF-general: Inmediato	-.49**	.76**	-.42**	.76**	-.40**	.76**	-.39**	-.11**	-.10	-.17*
	2. ECCF-general: Futuro		-.46**	.81**	-.40**	.77**	-.50**	.82**	.13**	.20**	.33**
	3. ECCF-salud: Inmediato			-.51**	.71**	-.40**	.70**	-.42**	-.15**	-.17*	-.10
	4. ECCF-salud: Futuro				-.30**	.67**	-.41**	.73**	.18**	.25**	.32**
Sexta ola	5. ECCF-académico: Inmediato					-.47**	.67**	-.26**	-.04	-.19**	-.02

ANEXOS DEL SEGUNDO ESTUDIO

Anexo 4

Instrumentos empleados

4.1. Cuestionario sociodemográfico.

1. Indica tu sexo: (I) Mujer; (II) Hombre; (III) Otros_____
2. ¿Cuál es tu edad? (variable cuantitativa discreta) _____
3. Cuál es tu máximo nivel educativo alcanzado:
 - i. No completé el bachillerato
 - ii. Bachillerato completo
 - iii. Realizando estudios universitarios (selecciona esta opción si actualmente realizas una carrera de grado universitaria)
 - iv. Realizando estudios no universitarios (por ejemplo: Magisterio, UTU)
 - v. Título de grado universitario
 - vi. Título no universitario (por ejemplo, magisterio)
 - vii. Título de maestría
 - viii. Estudios de posgrado avanzados o doctorado (PhD)
 - ix. Otro, especifique: _____

4.2. Escala de consideración de las consecuencias futuras

Por favor, indica cuán característica es cada afirmación de tu forma de ser. Si la afirmación no es nada característica, señala 1. Si refleja exactamente tu forma de ser, señala 7. Y por supuesto, si te encuentras dentro de los extremos utiliza los otros números de la escala.

1. Considero cómo las cosas pueden ser en el futuro, y trato de influenciar esas cosas con mi comportamiento, día a día.
2. Actúo solamente para satisfacer asuntos inmediatos, imaginando que el futuro se ocupará de sí mismo.
3. Mi comportamiento solamente está influenciado por los resultados inmediatos (por ejemplo, en cuestión de días o semanas) de mis acciones.
4. Creo que es importante tomar seriamente las advertencias sobre resultados negativos, incluso si esos resultados no van a ocurrir en varios años.
5. Creo que es más importante realizar un comportamiento con consecuencias importantes a largo plazo que un comportamiento con consecuencias inmediatas menos importantes.
6. Generalmente ignoro las advertencias acerca de posibles problemas futuros porque creo que los problemas se resolverán antes de que alcancen un nivel de crisis.
7. Creo que sacrificarse ahora es por lo general innecesario dado que los resultados futuros se pueden tratar más adelante.
8. Actúo solamente para satisfacer temas inmediatos, imaginando que me ocuparé de futuros problemas que pudieran surgir más adelante.
9. Cuando tomo una decisión pienso de qué manera me afectará en el futuro.
10. En general, mi comportamiento está influenciado por las consecuencias que tendrá en el futuro.

4.3. Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la salud

Las preguntas que siguen están vinculadas a tu visión acerca de tu salud. Por favor, indica cuán característica es cada afirmación de tu forma de ser. Si la afirmación no es nada característica, señala '1'. Si refleja exactamente tu forma de ser, señala '7'. Y por supuesto, si no te encuentras en los extremos utiliza los otros números de la escala.

1. Considero cómo mi salud puede ser en el futuro y trato de influenciarla con mi comportamiento día a día.
2. Actúo solamente para satisfacer mis necesidades inmediatas de salud, imaginando que el futuro se ocupará de sí mismo.
3. Mi patrón de conductas saludables solamente está influenciado por los resultados inmediatos de mis acciones (por ejemplo, en cuestión de días o semanas).
4. Creo que es importante tomar seriamente las advertencias sobre resultados negativos en mi salud, incluso si esos resultados no van a ocurrir en varios años.
5. Creo que es más importante tener comportamientos de cuidado de mi salud con consecuencias importantes a largo plazo, que comportamientos con consecuencias inmediatas menos importantes.
6. Generalmente ignoro las advertencias acerca de posibles problemas futuros respecto a mi salud, porque creo que los problemas se resolverán antes de que alcancen un nivel de enfermedad.
7. Creo que sacrificarse ahora cuidando mi salud es por lo general innecesario dado que el futuro de mi salud se puede tratar más adelante.
8. Actúo solamente para satisfacer temas inmediatos sobre mi salud, imaginando que me ocuparé más adelante de futuras dificultades en mi salud que pudieran surgir.
9. Cuando tomo una decisión sobre mi salud pienso de qué manera me afectará en el futuro.
10. En general, mi comportamiento de salud está influenciado por las consecuencias que tendrá en el futuro.

4.4. Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la actividad física

Las preguntas que siguen están vinculadas a tu visión acerca de tu actividad física. Por favor, indica cuán característica es cada afirmación de tu forma de ser. Si la afirmación no es nada característica, señala '1'. Si refleja exactamente tu forma de ser, señala '7'. Y por supuesto, si no te encuentras en los extremos utiliza los otros números de la escala.

1. Considero cómo mi vida puede ser en el futuro, y trato de influenciarla realizando actividad física día a día.
2. La actividad física que realizo solamente está influenciada por los resultados inmediatos (por ejemplo, en cuestión de días o semanas).
3. En mi patrón de actividad física me guío por la ley del mínimo esfuerzo.
4. Creo que es importante tomar seriamente las advertencias sobre los resultados negativos de la falta de actividad física, incluso si esos resultados no van a ocurrir en varios años.
5. Creo que es más importante tener un patrón de actividad física con consecuencias importantes a largo plazo, que uno con consecuencias inmediatas menos importantes.
6. Generalmente ignoro las advertencias acerca de posibles problemas futuros respecto a mi patrón de actividad física, porque creo que los problemas se resolverán antes de que alcancen un nivel crítico.
7. Creo que sacrificarse ahora en un patrón de actividad física determinado es por lo general innecesario dado que los resultados futuros se pueden tratar más adelante.
8. En relación con la actividad física, actúo solamente para satisfacer situaciones inmediatas, imaginando que me ocuparé más adelante de futuras dificultades.
9. Cuando tomo una decisión sobre mi actividad física pienso de qué manera me afectará en el futuro.
10. En general, mi actividad física está influenciada por las consecuencias que tendrá en el futuro.

4.5. Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la alimentación saludable

Las preguntas que siguen están vinculadas a tu visión acerca de tu alimentación. Por favor, indica cuán característica es cada afirmación de tu forma de ser. Si la afirmación no es nada característica, señala '1'. Si refleja exactamente tu forma de ser, señala '7'. Y por supuesto, si no te encuentras en los extremos utiliza los otros números de la escala.

1. Considero cómo mi vida puede ser en el futuro y trato de influenciarla con mi comportamiento alimenticio día a día.
2. Actúo solamente para satisfacer mis necesidades inmediatas de alimentación, imaginando que el futuro se ocupará de sí mismo.
3. Mi dieta alimenticia solamente está influenciada por los resultados inmediatos (por ejemplo, en cuestión de días o semanas).
4. Creo que es importante tomar seriamente las advertencias sobre resultados negativos de una alimentación inadecuada, incluso si esos resultados no van a ocurrir hasta dentro de varios años.
5. Creo que es más importante tener una dieta alimenticia con consecuencias importantes a largo plazo, que una con consecuencias inmediatas menos importantes.
6. Generalmente ignoro las advertencias acerca de posibles problemas futuros respecto a mi dieta alimenticia porque creo que los problemas se resolverán antes de que alcancen un nivel crítico.
7. Creo que sacrificarse ahora en una dieta alimenticia saludable es por lo general innecesario dado que los resultados futuros se pueden tratar más adelante.
8. En mi dieta alimenticia actúo solamente para satisfacer situaciones inmediatas, imaginando que me ocuparé más adelante de futuras dificultades de salud que pudieran surgir.
9. Cuando tomo una decisión sobre mi alimentación pienso de qué manera me afectará en el futuro.
10. En general, mi dieta alimenticia está influenciada por las consecuencias que tendrá en el futuro.

4.6. Escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada al trabajo

Las preguntas que siguen están vinculadas a tu visión acerca del ámbito laboral. Por favor, indica cuán característica es cada afirmación de tu forma de ser. Si la afirmación no es nada característica, señala '1'. Si refleja exactamente tu forma de ser, señala '7'. Y por supuesto, si no te encuentras en los extremos utiliza los otros números de la escala.

1. Considero cómo mi vida laboral puede ser en el futuro, y trato de influenciarla con mi comportamiento día a día.
2. Actúo solamente para satisfacer necesidades inmediatas en mi trabajo, imaginando que el futuro se ocupará de sí mismo.
3. Mi comportamiento laboral solamente está influenciado por los resultados inmediatos de mis acciones (por ejemplo, en cuestión de días o semanas).
4. En mi trabajo, creo que es importante tomar seriamente las advertencias sobre resultados negativos, incluso si esos resultados no van a suceder en varios años.
5. Creo que en el trabajo es más importante tener comportamientos con consecuencias relevantes a largo plazo, que comportamientos con consecuencias inmediatas menos importantes.
6. Generalmente ignoro las advertencias acerca de posibles problemas futuros respecto a mi trabajo, porque creo que los problemas se resolverán antes de que alcancen un nivel de crisis.
7. Creo que sacrificarse ahora por temas laborales es por lo general innecesario dado que mi futuro laboral lo podré tratar más adelante.
8. En el trabajo, actúo solamente para satisfacer temas inmediatos, imaginando que me ocuparé más adelante de futuras dificultades laborales que pudieran surgir.
9. Cuando tomo una decisión laboral pienso de qué manera me afectará en el futuro.
10. En general, mi comportamiento laboral está influenciado por las consecuencias que tendrá en el futuro.

4.7. Consumo de bebidas alcohólicas

Por favor, pensando en el último mes responde cada una de las preguntas seleccionando la respuesta que mejor te caracterice.

1. ¿Con qué frecuencia consumes bebidas alcohólicas?
2. ¿Con qué frecuencia en el último año has comenzado a tomar y no has podido detenerte?
3. ¿En el último año con qué frecuencia te has olvidado de algo o todo lo sucedido la noche anterior por causa de la bebida?

Opciones de respuesta posibles: 1= nunca; 2= una vez al mes; 3= dos a cuatro veces al mes; 4= dos a tres veces por semana; 5= cuatro o más veces por semana.

4.8. Cuestionario sobre actividad física

La actividad física es cualquier actividad que incrementa el ritmo cardíaco y te hace sentir sin aliento por un rato. La actividad física puede realizarse en deportes, actividades escolares, jugando con amigos, o en los desplazamientos urbanos. Algunos ejemplos de actividades físicas son: correr, caminar, andar en bicicleta, bailar, patinar, nadar, jugar fútbol, gimnasia, etc.

Para responder las preguntas considera un total de **60 minutos de** actividad física como una única instancia o dos instancias de **30 minutos alternados** en el día.

1. En los últimos 7 días, ¿cuántos días has tenido actividad física por un total de 60 minutos en el día? Por favor marcar una opción.
2. En la próxima semana, ¿cuántas veces tienes pensado hacer ejercicios?

Opciones de respuesta posibles: 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6 o 7 días.

4.9. Cuestionario de alimentación saludable

Considerando las últimas dos semanas responde la frecuencia de consumo de:

1. Frutas
2. Verduras
3. Bebidas azucaradas (por ejemplo: refrescos)

Opciones de respuesta posibles: 1 = nunca, 2 = Una vez por semana; 3= Dos o tres veces por semana, 4= Todos los días.

5.0. Cuestionario de hábitos alimenticios pasados y planificados en el futuro

Por favor, ofrece tu opinión sobre las siguientes afirmaciones indicando la respuesta que más te caracterice.

1. En los últimos 7 días, ¿consideras que has consumido comida saludable?
2. Considera las comidas que comerás en la próxima semana y evalúa cuán saludables piensas que serán.

Opciones de respuesta posibles: 1= Muy poco saludable a 10= Muy saludable.

5.1. Conductas de innovación en el trabajo

Responda las siguientes afirmaciones marcando la opción que más se corresponda con su opinión sobre tu trabajo:

1. Desarrollo nuevas ideas para resolver cuestiones difíciles.
2. Me pongo en contacto con otros compañeros en relación con mis ideas innovadoras.
3. Convierto mis ideas innovadoras en aplicaciones útiles para el trabajo.
4. Creo nuevas formas de trabajo, instrumentos o técnicas.
5. Introduzco nuevas ideas en el ambiente de trabajo.
6. Hago que las personas relevantes en la organización sean conscientes de sus ideas innovadoras.
7. Evalúo la utilidad de las ideas innovadoras que se proponen.
8. Busco la aprobación de los demás para las ideas innovadoras.
9. Genero soluciones óptimas para resolver problemas.

Opciones de respuesta posibles: 1=Nunca a 5=Muy a menudo.

5.2. Job crafting

Responda las siguientes afirmaciones marcando la opción que más se corresponda con su opinión sobre su trabajo.

1. Aprovecho cualquier oportunidad que implique involucrarse más en el trabajo.
2. Cuando se introducen nuevos métodos, soy uno de los primeros en enterarme y en probarlos.
3. Intento evitar situaciones emocionalmente demandantes con clientes o usuarios de mi trabajo.
4. Organizo mi trabajo para tener el menor contacto posible con compañeros cuyos problemas me afectan emocionalmente.

Opciones de respuesta posibles: 1=Nunca a 5=Muy a menudo.

Anexo 5

Estadísticos descriptivos de la solución de 4 perfiles latentes del primer estudio

En la Tabla 1S, se presentan los estadísticos descriptivos de todas las versiones de las escalas CCF en función de la solución de cuatro perfiles latentes del primer estudio.

Tabla 1S

Descriptivos de la CCF en función de la solución de 4 perfiles latentes

Perfiles latentes	Subescala inmediata			Subescala futura		
	ECCF-general	ECCF-ejercicio	ECCF-salud	ECCF-general	ECCF-ejercicio	ECCF-salud
	Media (DT)	Media (DT)	Media (DT)	Media (DT)	Media (DT)	Media (DT)
Moderado	2.62 (0.94)	2.94 (1.05)	2.92 (0.66)	5.00 (1.04)	4.44 (1.05)	4.75 (0.86)
Orientación inmediata hacia la salud	2.20 (0.65)	3.52 (1.35)	5.11 (0.71)	5.34 (0.68)	3.65 (1.42)	3.36 (1.20)
Orientado al futuro	2.02 (0.97)	2.03 (0.89)	1.47 (0.45)	5.48 (1.08)	5.46 (1.09)	5.91 (0.86)
Orientado a lo inmediato	3.79 (0.91)	4.04 (1.10)	4.19 (0.69)	4.05 (0.97)	3.94 (1.13)	3.86 (1.07)

Nota. ECCF-general = escala de consideración de las consecuencias futuras evaluada de forma general; ECCF-ejercicio= escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la actividad física; ECCF-salud= escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la salud; Media(DT)= Media (Desviación Típica).

Anexo 6

Post hoc del modelo de 4 perfiles del primer estudio

En la Tabla 2S se presentan las pruebas post hoc del ANOVA realizadas para describir las variables sociodemográficas y variables de interés según la solución de cuatro perfiles del primer estudio realizado.

A continuación, se realiza una breve descripción de cómo se presentan los resultados. En la primera columna, etiquetada como “Perfil Latente (a)” se muestra el perfil desde el cual se realiza la comparación. En la segunda columna denominada “Perfil Latente (b)” se indica el perfil con el cual se compara. Por ejemplo, al comparar los resultados obtenidos entre el perfil *Moderado* y *Orientación inmediata hacia la salud*, no se encuentran diferencias estadísticamente significativas en la variable Educación, ni en el resto de las variables. Sin embargo, al comparar el perfil *Moderado* y el *Orientado a lo inmediato*, se observan diferencias estadísticamente significativas en la Educación, con una diferencia media de 0.79 (error estándar = 0.23, $p < .01$), y un tamaño de efecto Cohen's d de 0.48 (intervalo de confianza del 95% entre 0.20 y 0.76).

Tabla 2S

Pruebas post hoc del ANOVA realizado con el modelo de 4 perfiles

Perfil Latente (a)	Perfil Latente (b)	Consumo			
		Educación	incontrolado de alcohol	Olvido luego de beber alcohol	Actividad física futura
		Diferencia a-b (EE); <i>d</i> (IC 95%)	Diferencia a-b (EE); <i>d</i> (IC 95%)	Diferencia a-b (EE); <i>d</i> (IC 95%)	Diferencia a-b (EE); <i>d</i> (IC 95%)
Moderado	Orientación inmediata hacia la salud	No es **	No es **	No es **	No es **
	Orientado al futuro	No es **	No es **	No es **	No es **
	Orientado a lo inmediato	0.79 (0.23)** ; 0.48 (0.20 / 0.76)	No es **	-0.26 (0.08)** ; -0.44 (-0.72 / 0.16)	No es **
Orientado al futuro	Orientado a lo inmediato	0.99 (0.25)*** ; 0.61 (0.31 / 0.90)	-0.38 (0.11)** ; -0.50 (-0.80 / -0.20)	-0.34 (0.09)*** ; -0.58 (-0.88 / -0.28)	0.85 (0.31)* ; 0.42 (0.12 / 0.72)
Orientación inmediata hacia la salud	Orientado al futuro	No es **	No es **	No es **	-1.65 (0.54)** ; -0.81 (-13.42 / -0.29)

Nota. Diferencias a – b = Diferencias entre el promedio del *Perfil Latente (a)* menos el promedio del *Perfil Latente (b)*; EE= Error Estándar; *d* (IC 95%) = *d* de cohen (Intervalo de confianza al 95%: límite inferior / límite superior); Consumo incontrolado de alcohol = beber alcohol y no poder parar; Olvido luego de beber alcohol = olvidar algo, o todo lo ocurrido la noche anterior debido al consumo de alcohol; Actividad física futura = actividad física planificada para realizar la próxima semana; No es ** = Diferencias entre medias sin significancia estadística; ****p* < .01; ***p* < .01; **p* < .05.

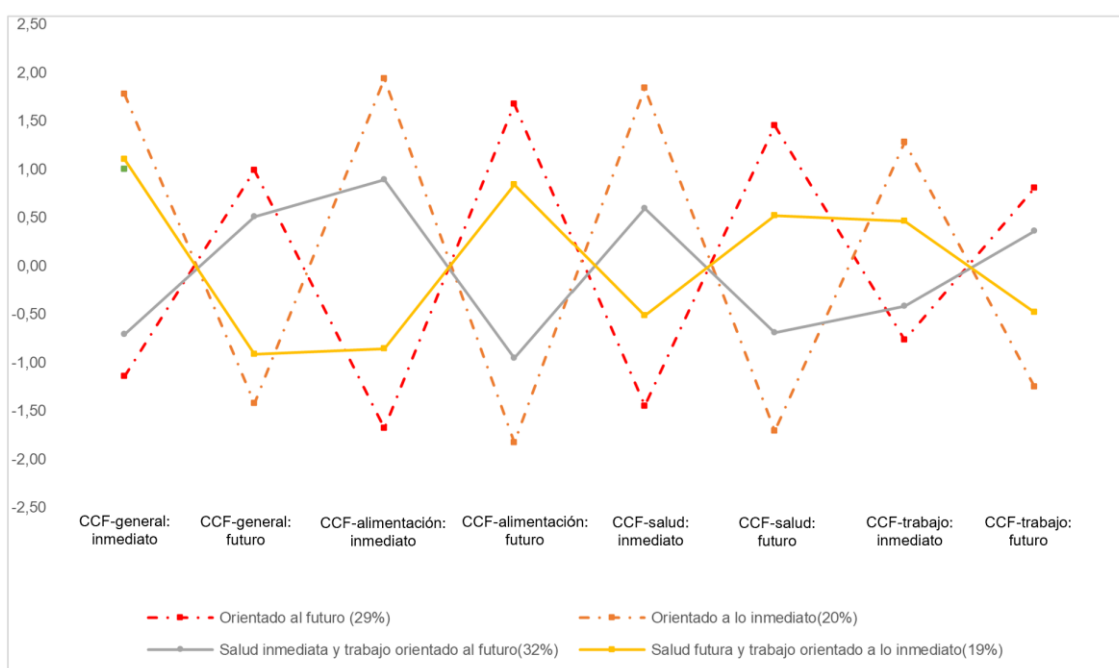
Anexo 7

Descripción del modelo de 4 perfiles del segundo estudio

En la Figura 1S, se observan las puntuaciones estandarizadas de la CCF en la solución de 4 perfiles, junto al tamaño de los clústeres del segundo estudio.

Figura 1S

Representación gráfica de las medias estandarizadas de las puntuaciones CCF de la solución de 4 perfiles junto con el tamaño de cada clúster del estudio 2



Nota. Los perfiles congruentes se identifican por una línea de puntos. Los perfiles incongruentes entre los dominios específicos evaluados se identifican por una línea completa.

El primer clúster se denominó *Orientado al futuro* ($n = 106$, 29%) porque presenta puntuaciones por encima de la media en todas las subescalas de futuro de las diferentes versiones de la escala CCF. Estas puntuaciones oscilan entre .81 (en la ECCF-trabajo) a 1.68 (en la ECCF-alimentación).

El segundo perfil se denominó *Orientado a lo inmediato* ($n = 73$, 20%) porque reporta puntuaciones por encima de la media en todas las subescalas inmediatas, valores que oscilan entre 1.28 (en la ECCF-trabajo) a 1.94 (en la ECCF-alimentación).

El tercer clúster se denominó *Salud inmediata y trabajo orientado al futuro* ($n = 118$, 32%) porque presenta puntuaciones levemente por encima de la media en las subescalas inmediatas de la ECCF-alimentación (0.89), la ECCF-salud (0.60) y en la subescala futura de la ECCF-trabajo (0.36).

El último perfil se denominó *Salud futura y trabajo orientado a lo inmediato* ($n = 70$, 19%) porque presenta puntuaciones levemente por encima de la media en la subescala futura de la ECCF-alimentación (0.84), la ECCF-salud (0.52) y en la subescala inmediata de la ECCF-trabajo (0.46).

En la Tabla 3S, se presenta la caracterización del modelo de 4 perfiles del segundo estudio. El sexo y la edad no presentan diferencias estadísticamente significativas entre los perfiles latentes ($p > .05$).

Tabla 3S

Descriptivos de las variables sociodemográficas y dependientes según la solución de 4 perfiles

Perfiles latentes	Hombres (%)	Edad	Educación	Alimentación saludable			Trabajo		
				Total	Pasada	Futura	Innovación	Aumento de demandas	Disminución de demandas
Orientado al futuro	26.2	34.0(11.8)	3.20(1.56)	3.15(0.71)	7.54(1.75)	7.72(1.55)	3.54(0.86)	2.62(0.99)	3.62(1.01)
Orientado a lo inmediato	40.3	31.4(11.5)	2.92(1.87)	2.48(0.78)	5.60(2.15)	5.57(2.10)	3.30(0.81)	2.97(0.99)	3.12(0.84)
Salud inmediata y trabajo orientado al futuro	30.8	30.7(10.9)	3.58(1.70)	2.65(0.76)	5.99(1.70)	6.30(1.70)	3.58(0.72)	2.48(1.04)	3.57(0.80)
Salud futura y trabajo orientado a lo inmediato	24.2	33.1(13.0)	3.03(1.66)	3.11(0.65)	7.15(1.71)	7.49(1.44)	3.51(0.85)	2.57(1.01)	3.43(0.92)

Nota. Alimentación saludable: Total= puntuación total en alimentación saludable; Alimentación saludable: pasada= alimentos saludables consumidos la semana pasada; Alimentación saludable: futura= alimentación saludable planificada a ser consumida la próxima semana; Innovación= innovación en el trabajo; Aumento de demandas= Aumento de las demandas laborales desafiantes; Disminución de demandas = Disminución de las demandas laborales sociales. Las medias con diferencias estadísticamente significativas están señaladas en negrita.

En la Tabla 4S, se presentan los resultados del análisis post hoc del modelo de 4 perfiles. Las correlaciones entre el perfil *Orientado al futuro* y el *Salud futura y trabajo orientado a lo inmediato* son todas sin significancia estadística, por lo que no se incluyen en la tabla.

Tabla 4S

Pruebas post hoc del modelo de 4 perfiles

Perfil Latente (a)	Perfil Latente (b)	Educación	Alimentación saludable total	Alimentación saludable pasada	Alimentación saludable futura	Innovación	Aumento de demandas	Disminución de demandas
		Dif a-b (EE); <i>d</i> (IC 95%)	Dif a-b (EE); <i>d</i> (IC 95%)	Dif a-b (EE); <i>d</i> (IC 95%)	Dif a-b (EE); <i>d</i> (IC 95%)	Dif a-b (EE); <i>d</i> (IC 95%)	Dif a-b (EE); <i>d</i> (IC 95%)	Dif a-b (EE); <i>d</i> (IC 95%)
Orientado al futuro	Orientado a lo inmediato	No es **	0.67 (0.11)***; 0.91 (0.60 / 1.23)	1.94 (0.28)***; 1.07 (0.76 / 1.38)	2.15 (0.26)***; 1.26 (0.95 / 1.58)	No es **	No es **	0.50 (0.15)**; 0.56 (0.23 / 0.88)
	Salud inmediata y trabajo orientado al futuro	No es **	0.50 (0.10)***; 0.68 (0.41 / 0.95)	1.55 (0.24)***; 0.85 (0.58 / 1.12)	1.42 (0.23)***; 0.83 (0.56 / 1.10)	No es **	No es **	No es **
Orientado a lo inmediato	Salud inmediata y trabajo orientado al futuro	-0.67 (0.25)*; -0.40 (-0.69 / -0.10)	No es **	No es **	-0.73 (0.25)*; -0.43 (-0.72 / -0.13)	No es **	0.49 (0.16)*; 0.48 (0.16 / 0.80)	-0.45 (0.14)*; -0.50 (-0.82 / -0.19)
	Salud futura y trabajo orientado a lo inmediato	No es **	-0.63 (0.12)***; -0.87 (-1.21 / -0.53)	-1.54 (0.31)***; -0.85 (-1.19 / -0.51)	-1.92 (0.29)***; -1.13 (-1.47 / -0.78)	No es **	No es **	No es **
Salud inmediata y trabajo orientado al futuro	Salud futura y trabajo orientado a lo inmediato	No es **	-0.46 (0.11)***; -0.63 (-0.94 / -0.33)	-1.16 (0.28)***; -0.64 (-0.94 / -0.34)	-1.19 (0.26)***; -0.70 (-1.00 / -0.39)	No es **	No es **	No es **

Nota. Dif a – b = Diferencias entre el promedio del "Perfil Latente (a)" menos el promedio del "Perfil Latente (b)"; EE= Error Estándar; *d* (IC 95%) = *d* de cohen (Intervalo de confianza al 95%: límite inferior / límite superior); Alimentación saludable total = Alimentación saludable puntuación total; Alimentación saludable pasada = Alimentación saludable consumida la semana pasada; Alimentación saludable futura = Alimentación saludable planificada para consumir la próxima semana; Innovación= innovación en el trabajo; Aumento de demandas= Aumento de las demandas laborales desafiantes; Disminución de las demandas = Disminución de las demandas laborales sociales; No es ** = Diferencias entre medias sin significancia estadística; ****p* < .01; ***p* < .01; **p* < .05.

Se observan diferencias estadísticamente significativas en función del nivel educativo ($F(3, 360) = 2.89, p < .05, \eta^2 = .024$). El análisis post hoc indica que el perfil *Orientado a lo inmediato* muestra un nivel educativo inferior en comparación con el perfil *Salud inmediata y trabajo orientado al futuro*.

El ANOVA reveló efectos principales significativos en las variables de alimentación saludable: puntuación total de alimentación saludable ($F(3, 354) = 17.6, p < .001, \eta^2 = .130$), alimentación saludable consumida la semana pasada ($F(3, 363) = 23.4, p < .001, \eta^2 = .162$) y alimentación saludable planificada para la próxima semana ($F(3, 362) = 29.9, p < .001, \eta^2 = .199$). En las variables referidas a las conductas saludables se observa un patrón consistente entre los perfiles. El perfil *Orientado al futuro* presenta mayores puntuaciones en las tres variables de alimentación saludable en comparación con los perfiles *Orientado a lo inmediato*, y *Salud inmediata y trabajo orientado al futuro*.

Asimismo, el perfil *Orientado a lo Inmediato* registra puntuaciones más bajas en las tres variables de alimentación saludable en comparación con *Salud Futura y Trabajo Orientado a lo Inmediato*. Este perfil también muestra puntuaciones menores en alimentación saludable planificada para la próxima semana que el perfil *Salud Inmediata y trabajo orientado al futuro*.

Por último, *Salud inmediata y trabajo orientado al futuro* reporta puntuaciones inferiores en las tres variables en comparación a *Salud futura y trabajo orientado a lo inmediato*.

En el contexto laboral, los resultados muestran efectos principales significativos en las variables evaluadas. En primer lugar, se observan efectos principales significativos en el aumento de las demandas laborales desafiantes ($F(3, 291) = 3.19, p < .05, \eta^2 = .032$). El perfil *Orientado a lo inmediato* reporta valores más elevados que *Salud inmediata y trabajo orientado al futuro*.

En la disminución de las demandas laborales sociales también se observa un efecto principal ($F(3, 291) = 4.62, p < .01, \eta^2 = .0045$). El perfil *Orientado al futuro* presenta mayor puntuación que el clúster *Orientado a lo inmediato*. A su vez, el perfil *Orientado a lo inmediato* obtuvo menor puntuación que la agrupación *Salud inmediata y trabajo orientado al futuro*.

Anexo 8

Estadísticos descriptivos de la solución de 6 perfiles latentes del primer estudio

En la Tabla 5S, se presentan los estadísticos descriptivos de todas las escalas CCF en función de la solución de la solución de seis perfiles latentes del segundo estudio.

Tabla 5S

Descriptivos de la CCF en función de la solución de 6 perfiles latentes

Perfiles latentes	Subescala inmediata				Subescala futura			
	ECCF-general	ECCF-alimentación	ECCF-salud	ECCF-trabajo	ECCF- General	ECCF-alimentación	ECCF-salud	ECCF-trabajo
	Media (DT)	Media (DT)	Media (DT)	Media (DT)	Media (DT)	Media (DT)	Media (DT)	Media (DT)
Salud inmediata y trabajo orientado al futuro	2.22 (0.73)	3.78(0.83)	3.82 (0.84)	2.06 (0.85)	5.43 (0.84)	3.73 (0.70)	3.81 (0.89)	5.74(0.86)
Orientado al futuro	1.81 (0.71)	1.48 (0.48)	1.37 (0.48)	1.91 (0.88)	5.72 (0.81)	6.18 (0.64)	6.29 (0.58)	5.84 (0.81)
Extremadamente inmediato	4.62 (1.11)	4.45 (1.06)	5.18 (1.12)	4.06 (1.20)	3.36 (1.54)	2.71 (0.74)	2.70 (1.54)	3.98 (1.79)
Moderado	2.25 (0.72)	2.77 (0.76)	2.46 (0.63)	2.36 (0.86)	5.07 (0.87)	4.69 (0.87)	5.17 (0.77)	5.33 (0.82)
Salud futura y trabajo orientado a lo inmediato	3.73 (0.91)	1.82 (0.67)	1.83 (0.68)	3.21 (1.20)	4.23 (0.90)	5.89 (0.77)	5.91 (0.70)	4.73 (1.06)
Orientado a lo inmediato	3.81 (0.84)	3.77 (0.89)	3.63 (0.86)	3.84 (1.10)	4.42 (0.74)	4.21 (1.11)	4.69 (0.82)	4.26 (0.96)

Nota. ECCF-general = escala de consideración de las consecuencias futuras evaluada de forma general; ECCF-alimentación= escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la alimentación saludable; ECCF-salud= escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada a la salud; ECCF-trabajo= escala de consideración de las consecuencias futuras adaptada al ámbito laboral; Media(DT)= Media (Desviación Típica).

Anexo 9

Post hoc del modelo de 6 perfiles del segundo estudio

En la Tabla 6S, se presentan las pruebas post hoc realizadas del segundo estudio. En la primera columna de la tabla, denominada “Perfil Latente (a)”, se identifica el clúster desde el cual se realiza la comparación y en la segunda columna, etiquetada como “Perfil Latente (b)”, se menciona el perfil con el que se realiza la comparación.

La información se presenta en dos tablas para facilitar su lectura e interpretación. En la primera parte, se reportan los post hoc de los perfiles latentes con las variables referidas a la alimentación saludable. En la segunda parte, se presenta la información referida a las variables del ámbito laboral.

No se observan diferencias estadísticamente significativas entre el perfil *Salud inmediata y trabajo orientado al futuro* con el perfil *Orientado a lo inmediato* en ninguna de las variables de interés. Tampoco se observan diferencias estadísticamente significativas entre el perfil *Moderado* con el perfil *Orientado a lo inmediato* entre las variables de interés evaluadas. Las diferencias previamente mencionadas no se incluyen en la Tabla 6S, dado que no alcanzan significancia estadística. Además, su omisión mejora la legibilidad de la tabla.

Tabla 6S

Pruebas post hoc del modelo de 6 perfiles

		Alimentación saludable total	Alimentación saludable pasada	Alimentación saludable futura
Perfil Latente (a)	Perfil Latente (b)	Diferencia a-b (EE); d (IC 95%)	Diferencia a-b (EE); d (IC 95%)	Diferencia a-b (EE); d (IC 95%)
	Orientado al futuro	-0.66 (0.14) ^{***} ; -0.93 (-1.31 / -0.55)	-1.94 (0.34) ^{***} ; -1.09 (-1.46 / -0.71)	-1.81 (0.32) ^{***} ; -1.07 (-1.45 / -0.7)
	Extremadamente inmediato	No es **	No es **	1.92 (0.58) ^{**} ; 1.14 (0.46 / 1.82)
Salud inmediata y trabajo orientado al futuro	Salud futura y trabajo orientado a lo inmediato	-0.85 (0.17) ^{***} ; -1.18 (-1.66 / -0.71)	-1.95 (0.42) ^{***} ; -1.09 (-1.56 / -0.63)	-1.85 (0.39) ^{***} ; -1.10 (-1.56 / -0.63)
	Extremadamente inmediato	1.32 (0.23) ^{***} ; 1.85 (1.21 / 2.49)	3.69 (0.57) ^{***} ; 2.06 (1.42 / 2.7)	3.73 (0.53) ^{***} ; 2.22 (1.57 / 2.86)
	Moderado	0.39 (0.10) ^{**} ; 0.55 (0.27 / 0.82)	1.16 (0.24) ^{***} ; 0.65 (0.38 / 0.92)	1.10 (0.23) ^{***} ; 0.65 (0.38 / 0.92)
Orientado al futuro	Orientado a lo inmediato	0.46 (0.11) ^{***} ; 0.64 (0.33 / 0.96)	1.46 (0.28) ^{***} ; 0.82 (0.5 / 1.13)	1.75 (0.27) ^{***} ; 1.04 (0.72 / 1.36)
	Moderado	-0.93 (0.23) ^{***} ; -1.30 (-1.93 / -0.67)	-2.53 (0.57) ^{***} ; -1.41 (-2.04 / -0.78)	-2.64 (0.53) ^{***} ; -1.56 (-2.2 / -0.93)
	Salud futura y trabajo orientado a lo inmediato	-1.51 (0.25) ^{***} ; -2.11 (-2.81 / -1.41)	-3.70 (0.62) ^{***} ; -2.07 (-2.76 / -1.37)	-3.77 (0.58) ^{***} ; -2.24 (-2.94 / -1.54)
Extremadamente inmediato	Orientado a lo inmediato	-0.86 (0.23) ^{**} ; -1.21 (-1.86 / -0.56)	-2.23 (0.58) ^{***} ; -1.25 (-1.89 / -0.6)	-1.98 (0.55) ^{***} ; -1.18 (-1.82 / -0.53)
Moderado	Salud futura y trabajo orientado a lo inmediato	-0.57 (0.14) ^{***} ; -0.80 (-1.19 / -0.41)	-1.17 (0.35) ^{**} ; -0.65 (-1.04 / -0.27)	-1.14 (0.33) ^{**} ; -0.67 (-1.06 / -0.29)
Salud futura y trabajo orientado a lo inmediato	Orientado a lo inmediato	0.64 (0.15) ^{***} ; 0.90 (0.47 / 1.32)	1.47 (0.37) ^{***} ; 0.82 (0.41 / 1.24)	1.79 (0.35) ^{***} ; 1.06 (0.64 / 1.48)

Nota. Diferencias a – b (EE) = Diferencias entre el promedio del *Perfil Latente (a)* menos el promedio del *Perfil Latente (b)* (Error Estándar); d (IC 95%) = d de cohen (Intervalo de confianza al 95%: límite inferior / límite superior); Alimentación saludable total= Alimentación saludable puntuación total; Alimentación saludable pasada = Alimentación saludable consumida la semana pasada; Alimentación saludable futura= Alimentación saludable planificada para consumir la próxima semana; Innovación= innovación en el trabajo; No es ** = Diferencias entre medias sin significancia estadística; ***p < .01; **p < .01; *p < .05.

Tabla 6S

Pruebas post hoc del modelo de 6 perfiles (continuación)

(a) Perfil latente	(b) Perfil latente	Innovación en el trabajo	Aumento de las demandas laborales desafiantes	Disminución de las demandas laborales sociales
		Diferencias a - b (EE)	Diferencias a - b (EE)	Diferencias a - b (EE)
Salud inmediata y trabajo orientado al futuro	Orientado a lo inmediato	No es **	No es **	0.67(0.2)** ; 0.75(0.31 / 1.19)
Orientado al futuro	Orientado a lo inmediato	No es **	No es **	0.47(0.15)* ; 0.53(0.19 / 0.87)
Moderado	Orientado a lo inmediato	No es **	-0.57(0.17)* ; -0.56(-0.9 / -0.22)	No es **

Nota. Diferencias a – b (EE) = Diferencias entre el promedio del *Perfil Latente (a)* menos el promedio del *Perfil Latente (b)* (Error Estándar); *d* (IC 95%) = *d* de cohen (Intervalo de confianza al 95%: límite inferior / límite superior); No es ** = Diferencias entre medias sin significancia estadística; ****p* < .01; ***p* < .01; **p* < .05.

ANEXOS DEL TERCER ESTUDIO

Anexo 10

Instrumentos empleados

10.1. Cuestionario sociodemográfico

1. ¿Cuál es tu edad? _____
2. Indica tu sexo: (I) Mujer; (II) Hombre; (III) Otros _____
3. Cuál es tu máximo nivel educativo alcanzado:
 - a. Completé primaria
 - b. Completé secundaria
 - c. Tengo un título de grado universitario
 - d. Tengo un título de máster o doctorado universitario
 - e. Otro (especifique) _____
4. Número de hijos: _____
5. ¿Actualmente estás trabajando? *Si la persona contestaba que sí, se le preguntaba estas tres preguntas:*
 - a. Lugar de trabajo (centro/servicio al que pertenece): _____
 - b. Antigüedad en el puesto de trabajo (meses aproximado): _____
 - c. ¿Cuántas horas a la semana trabajas? _____

10.2. Escala de consideración de las consecuencias futuras aplicado a nivel diario

Por favor, evalúa tu grado de acuerdo con las siguientes afirmaciones referidas a tu jornada laboral de hoy. Recuerda que no hay respuestas correctas ni incorrectas. La escala de respuesta es desde 1 (no se aplica a tu experiencia) hasta 7 (se aplica completamente a tu experiencia), así como todos los puntos intermedios entre estos dos valores.

Hoy, en el trabajo...

1. ...he considerado cómo las cosas podrían ser en el futuro, y he tratado de influenciar esas cosas con mi comportamiento.
2. ... me he empeñado en un comportamiento en particular para obtener resultados que podrían no suceder en varios años.
3. ...he actuado solamente para satisfacer deseos inmediatos, imaginando que el futuro se ocupará de sí mismo.
4. ...mi comportamiento solo ha estado influenciado por los resultados inmediatos (por ejemplo, en cuestión de días o semanas) de mis acciones.
5. ...mi comodidad ha sido un factor importante a la hora de tomar decisiones o emprender acciones.
6. ...he estado dispuesto a sacrificar mi felicidad o bienestar inmediatos para lograr resultados en el futuro.
7. ...he creído que es importante tomar seriamente las advertencias sobre resultados negativos, incluso si esos resultados no van a ocurrir en varios años.
8. ...he creído que es más valioso realizar un comportamiento con consecuencias importantes a largo plazo que un comportamiento con consecuencias inmediatas menos importantes.
9. ...he ignorado las advertencias acerca de posibles problemas futuros porque creo que los problemas se resolverán antes de que alcancen un nivel de crisis.
10. ...he creído que sacrificarse ahora es, por lo general, innecesario, dado que los resultados futuros se pueden tratar más adelante.

11. ...he actuado solamente para satisfacer temas inmediatos, imaginando que me ocuparé de futuros problemas que pudieran surgir más adelante.
12. ... dado que mi trabajo cotidiano tiene resultados específicos, es más importante para mí que otros comportamientos que tienen resultados a más largo plazo.
13. ... he tomado decisiones pensando de qué manera me afectarán en el futuro.
14. ...mi comportamiento ha estado influenciado por las consecuencias que tendrá en el futuro.

10.3. Escala de felicidad subjetiva

Por favor, evalúa tu grado de acuerdo con las siguientes afirmaciones referidas a la tarde de hoy (fuera del trabajo). Recuerda que no hay respuestas correctas ni incorrectas, sino tu grado de acuerdo o desacuerdo con las frases referidas a tu experiencia.

La escala de respuesta es desde 1 (no se aplica a tu experiencia) hasta 6 (se aplica completamente a tu experiencia), así como todos los puntos intermedios entre estos dos.

Hoy, en horas de la tarde (fuera de mi horario laboral...)...

1. ... considero que he sido feliz
2. ... he sido más feliz que la mayoría de mis conocidos.
3. ... por lo general he sido feliz, he disfrutado de la vida, independientemente de lo que sucediera, sacándole el máximo provecho a todo.

10.4. Satisfacción con la pareja

¿Cómo de satisfecho estás hoy con tu relación de pareja?

