

## **Resumen**

El objetivo de este trabajo es realizar la construcción y validación de un instrumento que tenga propiedades psicométricas aceptables de una escala que evalúa la calidad de sueño en estudiantes universitarios, esta escala cuenta con 42 ítems y 7 dimensiones. Los participantes fueron 300 estudiantes universitarios entre 18 y 30 años para el estudio piloto, en el cual se realizó la validez de contenido a través del criterio de jueces, también se realizó el análisis factorial exploratorio el cual mostró una estructura de 7 factores con 36 ítems, en los cuales se presenta adecuados índices de ajuste (test de esfericidad de Barlett= 464.2,  $df=35$ ,  $p$  valor= 0.000, KMO= 0,85; varianza acumulada= 0.61) Se concluye que el estudio requiere un estudio confirmatorio, pero que actualmente cuenta con adecuadas propiedades psicométricas en el contexto universitario.

**Palabras Clave:** Calidad de sueño, problemas de sueño, estudiantes universitarios.