

ESCALA H.A.D.

		<p>Este cuestionario ha sido confeccionado para reflejar cómo se siente usted afectivamente o emocionalmente. No preste atención a los números que aparecen en el margen izquierdo.</p> <p>Lea cada pregunta y subraye la respuesta que usted considere que coincida con su propio estado emocional en la última semana.</p> <p>No es necesario que piense mucho tiempo cada respuesta; en este cuestionario las respuestas espontáneas tienen mayor valor que las que se piensan mucho.</p>
	A	Me siento tenso/a nervioso/a:
	3	Casi todo el día
	2	Gran parte del día
	1	De vez en cuando
	0	Nunca
D		Sigo disfrutando con las mismas cosas de siempre:
0		Ciertamente igual que antes
1		No tanto como antes
2		Solamente un poco
3		Ya no disfruto con nada
	A	Siento una especie de temor como si algo malo fuera a suceder:
	3	Sí y muy intenso
	2	Sí, pero no muy intenso
	1	Sí, pero no me preocupa
	0	No siento nada de eso
D		Soy capaz de reírme y ver el lado gracioso de las cosas:
0		Igual que siempre
1		Actualmente algo menos
2		Actualmente mucho menos
3		Actualmente en absoluto
	A	Tengo la cabeza llena de preocupaciones:
	3	Casi todo el día
	2	Gran parte del día
	1	De vez en cuando
	0	Nunca
D		Me siento alegre:
3		Nunca
2		Muy pocas veces
1		En algunas ocasiones
0		Gran parte del día
	A	Soy capaz de permanecer sentado/a tranquila y relajadamente:
	0	Siempre
	1	A menudo
	2	Raras veces
	3	Nunca

Clínica: N° Estudio: Fecha:

D		Me siento lento/a y torpe:
3		Gran parte del día
2		A menudo
1		A veces
0		Nunca
	A	Experimento una desagradable sensación de "nervios y hormigueos" en el estómago o en el abdomen:
	0	Nunca
	1	Sólo en algunas ocasiones
	2	A menudo
	3	Muy a menudo
D		He perdido el interés por mi aspecto personal:
3		Completamente
2		No me cuido como debería hacerlo
1		Es posible que no me cuide como debiera
0		Me cuido como siempre lo he hecho
	A	Me siento inquieto/a como si no pudiera parar de moverme:
	3	Realmente mucho
	2	Bastante
	1	No mucho
	0	En absoluto
D		Espero las cosas con ilusión
0		Como siempre
1		Algo menos que antes
2		Mucho menos que antes
3		En absoluto
	A	Experimento de repente sensaciones de gran angustia o temor
	3	Muy a menudo
	2	Con cierta frecuencia
	1	Raramente
	0	Nunca
D		Soy capaz de disfrutar con un buen libro o con un buen programa de radio o televisión:
0		A menudo
1		Algunas veces
2		Pocas veces
3		Casi nunca