

ESCALA DE MIEDOS, DISTRES Y ESTRÉS POST TRAUMÁTICO POST COVID

Indique cuanto miedo, distres y estrés post traumático ha experimentado durante el confinamiento cuando piensa en las situaciones que se indican a continuación relacionadas con el coronavirus. Subraye la respuesta que más asemeje a lo que usted está cursando en estos momentos.

1. ¿Cree usted que pueda volverse a contagiar de coronavirus?

(1) Nada o casi nada (2) Un poco (3) Bastante (4) Mucho (5) Muchísimo o extremadamente

2. ¿Cree usted que se pueda morir algún familiar debido al coronavirus?

(1) Nada o casi nada (2) Un poco (3) Bastante (4) Mucho (5) Muchísimo o extremadamente

3. ¿Cree usted que puede celebrar cosas importantes (bautizo, comunión boda)?

(1) Nada o casi nada (2) Un poco (3) Bastante (4) Mucho (5) Muchísimo o extremadamente

4. ¿Cree usted que escaseen los alimentos u otros productos de primera necesidad?

(1) Nada o casi nada (2) Un poco (3) Bastante (4) Mucho (5) Muchísimo o extremadamente

5. ¿Ha sentido mucha ansiedad o miedo?

(1) Nada o casi nada (2) Un poco (3) Bastante (4) Mucho (5) Muchísimo o extremadamente

6. ¿Se ha sentido muy triste o deprimido?

(1) Nada o casi nada (2) Un poco (3) Bastante (4) Mucho (5) Muchísimo o extremadamente

7. ¿Ha sentido desesperanza con respecto al futuro?

(1) Nada o casi nada (2) Un poco (3) Bastante (4) Mucho (5) Muchísimo o extremadamente

8. ¿Ha tenido problemas para dormir?

(1) Nada o casi nada (2) Un poco (3) Bastante (4) Mucho (5) Muchísimo o extremadamente

9. ¿Ha tenido ataques de ansiedad?

(1) Nada o casi nada (2) Un poco (3) Bastante (4) Mucho (5) Muchísimo o extremadamente

10. ¿Ha tenido pensamientos o recuerdos desagradables no deseados sobre el coronavirus?

(1) Nada o casi nada (2) Un poco (3) Bastante (4) Mucho (5) Muchísimo o extremadamente

11. ¿Ha tenido pesadillas o no ha podido dormir por imágenes del coronavirus?

(1) Nada o casi nada (2) Un poco (3) Bastante (4) Mucho (5) Muchísimo o extremadamente

12. ¿Los recuerdos del coronavirus le han producido reacciones físicas, como sudoración o taquicardia?

(1) Nada o casi nada (2) Un poco (3) Bastante (4) Mucho (5) Muchísimo o extremadamente

13. ¿Estos pensamientos, recuerdos o imágenes sobre el coronavirus han alterado sus relaciones familiares o sus relaciones con los amigos?

(1) Nada o casi nada (2) Un poco (3) Bastante (4) Mucho (5) Muchísimo o extremadamente

14. ¿Estos pensamientos, recuerdos o imágenes sobre el coronavirus han alterado o las actividades de su vida diaria?

(1) Nada o casi nada (2) Un poco (3) Bastante (4) Mucho (5) Muchísimo o extremadamente

15. ¿Han intentado evitar esos pensamientos o recuerdos molestos sobre el coronavirus?

(1) Nada o casi nada (2) Un poco (3) Bastante (4) Mucho (5) Muchísimo o extremadamente