

UNIVERSIDAD DEL SURESTE TAPACHULA

***Psic: LIMA CARDENAS MISAEL***

ALUMNO: JUAN CARLOS DE LOS SANTOS DE LA CRUZ

**Guía de entrevista e instrumentos de evaluación en psicología**

* Inventario de ansiedad de Beck
* Inventario de depresión de Beck
* Escala de depresión de zung
* Cuestionario de salud sf-36
* guía de entrevista en terapia individual (cualquier formato puede ser útil, pero debe de ser para adolescente o adulto no para niño).

Inventario de ansiedad de Beck

El Inventario de ansiedad de Beck (conocido por sus siglas en inglés «BAI»), es un cuestionario de autoinforme creado por el psicólogo [Aaron T. Beck](https://es.wikipedia.org/wiki/Aaron_T._Beck%22%20%5Co%20%22Aaron%20T.%20Beck), el cual consiste en 21 preguntas con modalidad de [*opción múltiple*](https://es.wikipedia.org/wiki/Pregunta_de_opci%C3%B3n_m%C3%BAltiple) y permite medir el grado de [ansiedad](https://es.wikipedia.org/wiki/Ansiedad) tanto en niños como adultos.[1](https://es.wikipedia.org/wiki/Inventario_de_ansiedad_de_Beck#cite_note-Leyfer-1)​[2](https://es.wikipedia.org/wiki/Inventario_de_ansiedad_de_Beck#cite_note-twofactor-2)​

Las preguntas utilizadas remiten hacia los síntomas más comunes de [ansiedad](https://es.wikipedia.org/wiki/Ansiedad) que el sujeto haya podido experimentar durante la última semana y enfatiza en síntomas tales como temblores, sudoración, escenas temidas, entre otros.

Varios estudios han demostrado que el BAI es un cuestionario eficaz para detectar signos de ansiedad en niños y adultos

 Cada pregunta posee una escala del 0 al 3, siendo la más baja y la más alta respectivamente. Por consiguiente, un puntaje alto es indicador de una elevada ansiedad en el individuo. Las medidas del cuestionario son las siguientes:[4](https://es.wikipedia.org/wiki/Inventario_de_ansiedad_de_Beck#cite_note-4)​

* 0-7: ansiedad mínima
* 8-15: ansiedad leve
* 16-25: ansiedad moderada
* 26-63: ansiedad grave
* El BAI fue diseñado específicamente como «un inventario para medir la ansiedad clínica» que minimiza la superposición que pueda existir entre la [depresión](https://es.wikipedia.org/wiki/Depresi%C3%B3n) y ansiedad.[2](https://es.wikipedia.org/wiki/Inventario_de_ansiedad_de_Beck#cite_note-twofactor-2)​
* Dado que el BAI solo indaga los síntomas que ocurren durante la última semana, no mide la ansiedad como un [rasgo](https://es.wikipedia.org/wiki/Teor%C3%ADa_del_rasgo). El BAI se puede describir como un instrumento capaz de medir «un estado de ansiedad prolongado» que, dentro de un ámbito clínico, es una evaluación importante. En el 2008, se desarrolló una versión del BAI, el Inventario de Rasgos de Ansiedad de Beck (en inglés «BAIT»: *Beck Anxiety Inventory-Trait*), para evaluar la ansiedad por rasgo en lugar de la ansiedad inmediata o prolongada. El BAIT fue desarrollado para minimizar la superposición entre la ansiedad y la depresión

**Inventario de depresión de Beck**

Este cuestionario consta de 21 grupos de afirmaciones. Por favor, lea con atención cada uno de ellos cuidadosamente. Luego elija uno de cada grupo, el que mejor describa el modo como se ha sentido las últimas dos semanas, incluyendo el día de hoy. Marque con un círculo el número correspondiente al enunciado elegido Si varios enunciados de un mismo grupo le parecen igualmente apropiados, marque el número más alto.

**1° TRISTEZA**

0 No me siento triste.

1 Me siento triste gran parte del tiempo

2 Me siento triste todo el tiempo.

3 Me siento tan triste o soy tan infeliz que no puedo soportarlo.

**2. PESIMISMO**

0 No estoy desalentado respecto del mi futuro.

 1 Me siento más desalentado respecto de mi futuro que lo que solía estarlo.

 2 No espero que las cosas funcionen para mí.

 3 Siento que no hay esperanza para mi futuro y que sólo puede empeorar.

**3. FRACASO**

0 No me siento como un fracasado.

 1 He fracasado más de lo que hubiera debido.

2 Cuando miro hacia atrás, veo muchos fracasos.

 3 Siento que como persona soy un fracaso total.

**4. PÉRDIDA DE PLACER**

0 Obtengo tanto placer como siempre por las cosas de las que disfruto.

 1 No disfruto tanto de las cosas como solía hacerlo.

2 Obtengo muy poco placer de las cosas que solía disfrutar.

 3 No puedo obtener ningún placer de las cosas de las que solía disfrutar.

**5. SENTIMIENTOS DE CULPA**

0 No me siento particularmente culpable.

1 Me siento culpable respecto de varias cosas que he hecho o que debería haber hecho.

 2 Me siento bastante culpable la mayor parte del tiempo.

 3 Me siento culpable todo el tiempo

**6. SENTIMIENTOS DE CASTIGO**

 0 No siento que este siendo castigado

 1 Siento que tal vez pueda ser castigado.

2 Espero ser castigado.

3 Siento que estoy siendo castigado.

**7. DISCONFORMIDAD CON UNO MISMO.**

0 Siento acerca de mi lo mismo que siempre.

 1He perdido la confianza en mí mismo.

 2 Estoy decepcionado conmigo mismo.

 3 No me gusto a mí mismo.

**8. AUTOCRÍTICA**

 0 No me critico ni me culpo más de lo habitual

 1 Estoy más crítico conmigo mismo de lo que solía estarlo

 2 Me critico a mí mismo por todos mis errores

 3 Me culpo a mí mismo por todo lo malo que sucede.

**9. PENSAMIENTOS O DESEOS SUICIDAS**

0 No tengo ningún pensamiento de matarme.

1 He tenido pensamientos de matarme, pero no lo haría

2 Querría matarme

3 Me mataría si tuviera la oportunidad de hacerlo.

**10. LLANTO**

 0 No lloro más de lo que solía hacerlo.

 1 Lloro más de lo que solía hacerlo

 2 Lloro por cualquier pequeñez.

 3 Siento ganas de llorar, pero no puedo.

**11 AGITACIÓN**

 0 No estoy más inquieto o tenso que lo habitual.

 1 Me siento más inquieto o tenso que lo habitual.

 2 Estoy tan inquieto o agitado que me es difícil quedarme quieto

3 Estoy tan inquieto o agitado que tengo que estar siempre en movimiento o haciendo algo.

**12 PÉRDIDA DE INTERÉS**

0 No he perdido el interés en otras actividades o personas.

 1 Estoy menos interesado que antes en otras personas o cosas.

 2 He perdido casi todo el interés en otras personas o cosas.

 3.Me es difícil interesarme por algo

**13. INDECISIÓN**

 0 Tomo mis propias decisiones tan bien como siempre.

 1Me resulta más difícil que de costumbre tomar decisiones

2 Encuentro mucha más dificultad que antes para tomar decisiones.

 3 Tengo problemas para tomar cualquier decisión.

**14. DESVALORIZACIÓN**

 0 No siento que yo no sea valioso

1 No me considero a mí mismo tan valioso y útil como solía considerarme

2 Me siento menos valioso cuando me comparo con otros.

 3 Siento que no valgo nada.

**15. PÉRDIDA DE ENERGÍA**

 0 Tengo tanta energía como siempre.

 1. Tengo menos energía que la que solía tener.

2. No tengo suficiente energía para hacer demasiado

3. No tengo energía suficiente para hacer nada.

**16. CAMBIOS EN LOS HÁBITOS DE SUEÑO**

 0 No he experimentado ningún cambio en mis hábitos de sueño. 1ª. Duermo un poco más que lo habitual.

 1b. Duermo un poco menos que lo habitual. 2a Duermo mucho más que lo habitual.

2b. Duermo mucho menos que lo habitual 3ª. Duermo la mayor parte del día

 3b. Me despierto 1-2 horas más temprano y no puedo volver a dormirme

**17. IRRITABILIDAD**

 0 No estoy tan irritable que lo habitual.

 1 Estoy más irritable que lo habitual.

 2 Estoy mucho más irritable que lo habitual.

 3 Estoy irritable todo el tiempo.

**18. CAMBIOS EN EL APETITO**

 0 No he experimentado ningún cambio en mi apetito.

 1ª. Mi apetito es un poco menor que lo habitual.

1b. Mi apetito es un poco mayor que lo habitual.

 2a. Mi apetito es mucho menor que antes.

 2b. Mi apetito es mucho mayor que lo habitual

3ª . No tengo apetito en absoluto.

 3b. Quiero comer todo el día.

**19. DIFICULTAD DE CONCENTRACIÓN**

 0 Puedo concentrarme tan bien como siempre.

 1 No puedo concentrarme tan bien como habitualmente

 2 Me es difícil mantener la mente en algo por mucho tiempo.

 3 Encuentro que no puedo concentrarme en nada.

**20. CANSANCIO O FATIGA**

 0 No estoy más cansado o fatigado que lo habitual.

1 Me fatigo o me canso más fácilmente que lo habitual.

2Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer muchas de las cosas que solía hacer

3 Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer la mayoría de las cosas que solía

**21. PÉRDIDA DE INTERÉS EN EL SEXO**

 0 No he notado ningún cambio reciente en mi interés por el sexo.

 1Estoy menos interesado en el sexo de lo que solía estarlo.

 2 Estoy mucho menos interesado en el sexo.

 3 He perdido completamente el interés en el sexo.

**ESCALA DE DEPRESION DE ZUNG**

 La Escala de Depresión de Zung es un cuestionario autoaplicado formado por 20 frases relacionadas con la depresión, formuladas la mitad en términos positivos y la otra mitad en términos negativos. Tienen gran peso los síntomas somáticos y los cognitivos, con 8 ítems para cada grupo, completándose la escala con dos ítems referentes al estado de ánimo y otros dos a síntomas psicomotores.

## ¿Cómo interpretar el resultado?

Cada ítem de la escala puede proporcionar una puntuación entre 1 a 4; el rango de valores es por tanto de 20–80 puntos.

|  |  |
| --- | --- |
| **<= 28** | Ausencia de depresión |
| **entre 28 y 41** | Depresión leve |
| **entre 42 y 53** | Depresión moderada |
| **>= 53** | Depresión grave |
| **Puntos de corte** |

La puntuación total no correlaciona significativamente con edad, sexo, estado civil, nivel educacional, económico ni inteligencia.

A continuación se expresan varias respuestas posibles a cada uno de los 20 apartados. Marque junto a cada frase la casilla que mejor refleje su situación actual.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | Me siento triste y deprimido. |  |  |  |  |
| 2 | Por las mañanas me siento mejor que por las tardes. |  |  |  |  |
| 3 | Frecuentemente tengo ganas de llorar y a veces lloro. |  |  |  |  |
| 4 | Me cuesta mucho dormir o duermo mal por las noches. |  |  |  |  |
| 5 | Ahora tengo tanto apetito como antes. |  |  |  |  |
| 6 | **Atención: esta pregunta ha quedado evidentemente obsoleta con el paso de los años)**. Todavía me siento atraído por el sexo opuesto. |  |  |  |  |
| 7 | Creo que estoy adelgazando. |  |  |  |  |
| 8 | Estoy estreñido. |  |  |  |  |
| 9 | Tengo palpitaciones. |  |  |  |  |
| 10 | Me canso por cualquier cosa. |  |  |  |  |
| [◄](http://espectroautista.info/ZDS-es.html#B0) [▲](http://espectroautista.info/ZDS-es.html#B0) ▼  ► | **Muy pocas veces** | **Algunas veces** | **Muchas veces** | **Casi siempre** |
| 11 | Mi cabeza está tan despejada como antes. |  |  |  |  |
| 12 | Hago las cosas con la misma facilidad que antes. |  |  |  |  |
| 13 | Me siento agitado e intranquilo y no puedo estar quieto. |  |  |  |  |
| 14 | Tengo esperanza y confío en el futuro. |  |  |  |  |
| 15 | Me siento más irritable que habitualmente. |  |  |  |  |
| 16 | Encuentro fácil tomar decisiones. |  |  |  |  |
| 17 | Me creo útil y necesario para la gente. |  |  |  |  |
| 18 | Encuentro agradable vivir, mi vida es plena. |  |  |  |  |
| 19 | Creo que sería mejor para los demás si me muriera. |  |  |  |  |
| 20 | Me gustan las mismas cosas que solían agradarme. |  |  |  |  |

**CUESTIONARIO DE SALUD SF-36**

 El Cuestionario SF-36 es uno de los instrumentos de Calidad de Vida Relacionada con la Salud (CVRS) más utilizados y evaluados

El cuestionario de salud SF-36 fue desarrollado a principios de los noventa, en Estados Unidos, para su uso en el Estudio de los Resultados Médicos (Medical Outcomes Study, MOS)1. Es una escala genérica que proporciona un perfil del estado de salud y es aplicable tanto a los pacientes como a la población general

El Cuestionario de Salud SF-36 está compuesto por 36 preguntas (ítems) que valoran los estados tanto positivos como negativos de la salud. Se desarrolló a partir de una extensa batería de cuestionarios empleados en el MOS, que incluían 40 conceptos relacionados con la salud2. Para crear el cuestionario, se seleccionó el mínimo número de conceptos necesarios para mantener la validez y las características operativas del test inicial. El cuestionario final cubre 8 escalas, que representan los conceptos de salud empleados con más frecuencia en los principales cuestionarios de salud, así como los aspectos más relacionados con la enfermedad y el tratamiento.