

COMO TE SIENTES DE SALUD

Este cuestionario hace algunas preguntas a cerca de tu salud y como tu enfermedad afecta tu vida. Las preguntas son a cerca de cosas que otros niños han dicho que son importantes para ellos.

Abajo te mostramos un **EJEMPLO** de cómo contestar las preguntas.

En la última semana...

¿Cuántas veces te enviaron a la cama más temprano de lo que tú querías?

- | | |
|---------------------|--------------------------|
| Nunca | <input type="checkbox"/> |
| Algunos días | <input type="checkbox"/> |
| Casi todos los días | <input type="checkbox"/> |
| Todos los días | <input type="checkbox"/> |

Para esta parte de la pregunta, se **marca UN CUADRADO**, el que más te identifique. **Por ejemplo**, si no te han permitido quedarte en pie hasta tan tarde como tú querías **todos los días** de la última semana, marca el **último cuadrado**.

EN LA LÍNEA de 0 a 10, se marca con **UNA CRUZ** para mostrar cuan difícil ha sido la vida para ti, que te manden a la cama más temprano de lo que tú querías, en la última semana.



Para esta parte de la pregunta, marca con **una cruz en la línea** el lugar que mejor muestre como tú te sientes. Entonces, **por ejemplo**, si sientes que tu vida se ha hecho **un poco difícil** por no poder quedarte levantado hasta más tarde, como tú querías en la última semana, puedes poner una cruz **en la línea** en el número 2.

- Algunas de las preguntas tienen dos partes como la de arriba, y algunas sólo una parte.
- Por favor, intenta contestar todas las preguntas.
- Esta no es una prueba, no hay respuestas buenas ni malas.

En la última semana...

1. ¿Cuántas veces has sentido que te falta el aire?

Nunca
Algunos días
Casi todos los días
Todos los días

1a. En la línea de 0 hasta 10 mostrada abajo, marca con una cruz en la línea para mostrar cuan difícil ha sido la vida para ti, sentir que te falta el aire en la última semana.



2. ¿Cuántas veces te has sentido demasiado cansado para hacer cualquier cosa?

Nunca
Algunos días
Casi todos los días
Todos los días

2a. En la línea de 0 hasta 10 mostrada abajo, marca con una cruz en la línea para mostrar cuan difícil ha sido la vida para ti, sentirte demasiado cansado en la última semana.



3. ¿Cuántas veces has sentido dolor permanente en cualquier parte de tu cuerpo?

Nunca
Algunos días
Casi todos los días
Todos los días

3a. En la línea de 0 hasta 10 mostrada abajo, marca con una cruz en la línea para mostrar cuan difícil ha sido la vida para ti, tener dolor permanente en cualquier parte de tu cuerpo en la última semana.

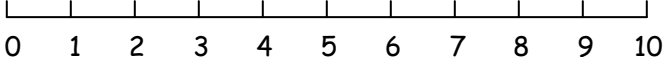




En la última semana...

4. ¿Cuántas veces te has sentido mareado, como que te vas a desmayar?

Nunca	<input type="checkbox"/>
Algunos días	<input type="checkbox"/>
Casi todos los días	<input type="checkbox"/>
Todos los días	<input type="checkbox"/>

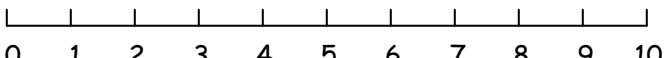


4a. En la línea de 0 hasta 10 mostrada abajo, marca con una cruz en la línea para mostrar cuan difícil ha sido la vida para ti, sentirte mareado en la última semana.

Nada		Muy
Difícil		Difícil
		

5. ¿Cuántas veces te has sentido demasiado atrasado con el trabajo de la escuela?

Nunca	<input type="checkbox"/>
Algunos días	<input type="checkbox"/>
Casi todos los días	<input type="checkbox"/>
Todos los días	<input type="checkbox"/>

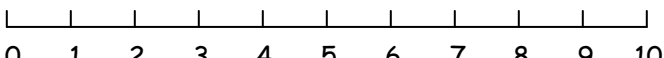
5a. En la línea de 0 hasta 10 mostrada abajo, marca con una cruz en la línea para mostrar cuan difícil ha sido la vida para ti, sentirte atrasado con el trabajo de la escuela en la última semana.

Nada		Muy
Difícil		Difícil
		

6. ¿Cuántas veces encontraste difícil concentrarte en la escuela?

Nunca	<input type="checkbox"/>
Algunos días	<input type="checkbox"/>
Casi todos los días	<input type="checkbox"/>
Todos los días	<input type="checkbox"/>

6a. En la línea de 0 hasta 10 mostrada abajo, marca con una cruz en la línea para mostrar cuan difícil ha sido la vida para ti, encontrar difícil concentrarte en la escuela en la última semana.

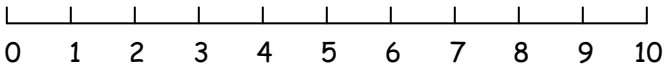


Nada		Muy
Difícil		Difícil
		

En la última semana...

7. ¿Cuántas veces olvidaste hacer cosas que deberías haber hecho?

Nunca	<input type="checkbox"/>
Algunos días	<input type="checkbox"/>
Casi todos los días	<input type="checkbox"/>
Todos los días	<input type="checkbox"/>

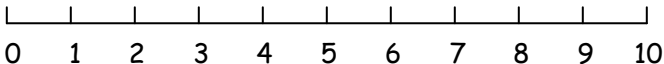
7a. En la línea de 0 hasta 10 mostrada abajo, marca con una cruz en la línea para mostrar cuan difícil ha sido la vida para ti, olvidar de hacer cosas que deberías haber hecho en la última semana.

Nada		Muy
Difícil		Difícil
		

8. ¿Cuántas veces te has sentido lento en tus pensamientos?

Nunca	<input type="checkbox"/>
Algunos días	<input type="checkbox"/>
Casi todos los días	<input type="checkbox"/>
Todos los días	<input type="checkbox"/>

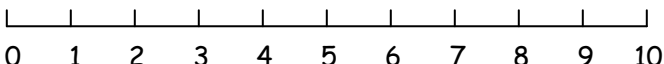


8a. En la línea de 0 hasta 10 mostrada abajo, marca con una cruz en la línea para mostrar cuan difícil ha sido la vida para ti, sentirte lento en tus pensamientos en la última semana.

Nada		Muy
Difícil		Difícil
		

9. ¿Cuántas veces te has sentido muy triste?

Nunca	<input type="checkbox"/>
Algunos días	<input type="checkbox"/>
Casi todos los días	<input type="checkbox"/>
Todos los días	<input type="checkbox"/>

9a. En la línea de 0 hasta 10 mostrada abajo, marca con una cruz en la línea para mostrar cuan difícil ha sido la vida para ti, sentirte muy triste en la última semana.

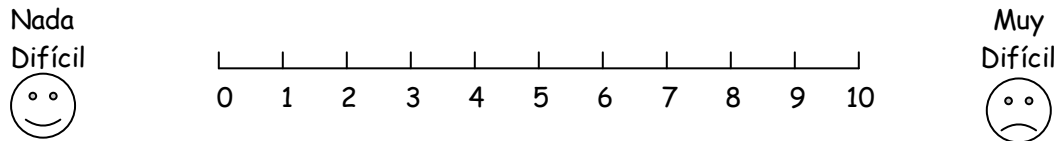
Nada		Muy
Difícil		Difícil
		

En la última semana...

10. ¿Cuántas veces te has sentido preocupado o nervioso?

- Nunca
- Algunos días
- Casi todos los días
- Todos los días

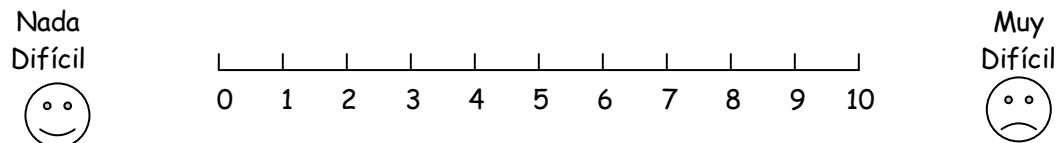
10a. En la línea de 0 hasta 10 mostrada abajo, marca con una cruz en la línea para mostrar cuan difícil ha sido la vida para ti, sentirte preocupado o nervioso en la última semana.



11. ¿Cuántas veces te has sentido que eres distinto a los demás?

- Nunca
- Algunos días
- Casi todos los días
- Todos los días

11a. En la línea de 0 hasta 10 mostrada abajo, marca con una cruz en la línea para mostrar cuan difícil ha sido la vida para ti, sentirte que eres distinto de los demás en la última semana.



12. ¿Cuántas veces has sentido que la gente te trató en forma distinta a los demás?


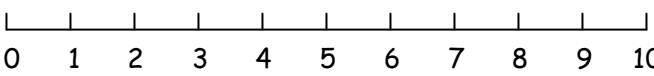

- Nunca
- Algunos días
- Casi todos los días
- Todos los días

12a. En la línea de 0 hasta 10 mostrada abajo, marca con una cruz en la línea para mostrar cuan difícil ha sido la vida para ti, sentir que la gente te trató en forma distinta a los demás en la última semana.



En la última semana...


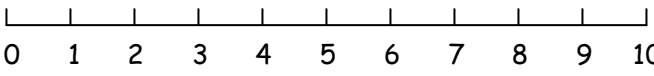

16. He podido pasar el tiempo con mis amigos...

Tanto como yo quiero 		No tanto como yo quiero 
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------


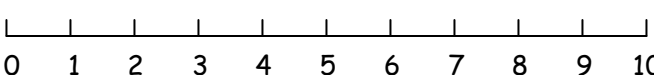

17. He podido mantener el ritmo de mis amigos...

Tanto como yo quiero 		No tanto como yo quiero 
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------


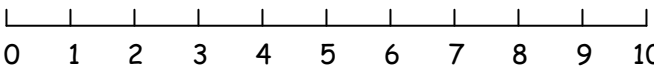

18. He podido ir al centro o salir de compras con mis amigos...

Tanto como yo quiero 		No tanto como yo quiero 
------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------

19. He sido capaz de hacer las cosas que hacen mis amigos...

Tanto como yo quiero 		No tanto como yo quiero 
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

20. He podido hacer actividades fuera de la escuela...


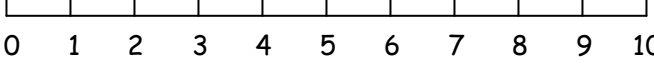

Tanto como yo quiero 		No tanto como yo quiero 
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

En la última semana, ¿Qué tan bien se aplican las siguientes frases a tu vida?


Por favor contesta las preguntas poniendo **una cruz en la línea**.

En la última semana...


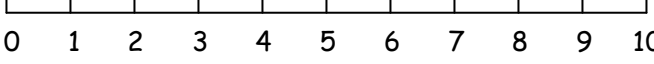

21. Me llevo bien con mis amigos...

Todo el tiempo 		Nunca 
-----------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------


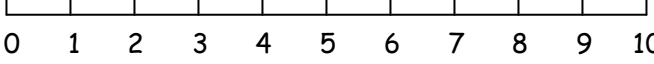
22. Mis amigos me cuidan....

Todo el tiempo 		Nunca 
-----------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------


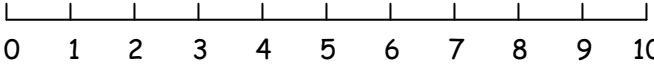

23. Me cuesta hacer amigos...

Todo el tiempo 		Nunca 
-------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------

24. La gente se preocupa demasiado por mí...


Todo el tiempo 		Nunca 
-------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------

25. Se ríen de mí y me molestan...

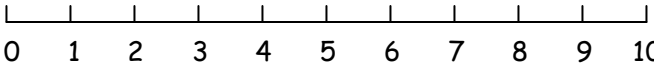
Todo el tiempo 		Nunca 
-------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------

En la última semana...


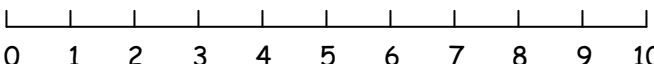

26. Me siento solo...

Todo el tiempo 	 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nunca 
-----------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------


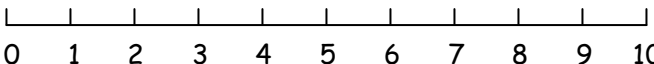

27. Me dejan hacer cosas que puedo hacer...

Todo el tiempo 	 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nunca 
-----------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------


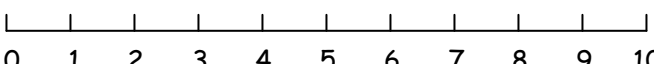

28. Creo que la gente espera que yo haga mucho más de que puedo hacer...

Todo el tiempo 	 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nunca 
-----------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------


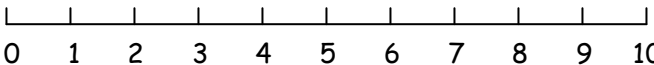

29. Soy capaz de hacer más de lo que la gente piensa...

Todo el tiempo 	 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nunca 
-------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------

30. Creo que la gente entiende lo que puedo lograr hacer...


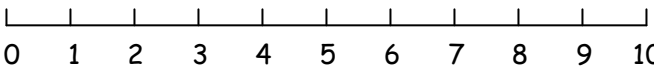

Todo el tiempo 	 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nunca 
-------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------

31. Siento como que mi cuerpo no es mío...

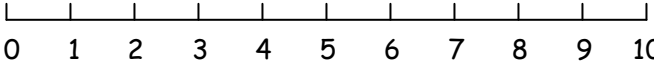
Todo el tiempo 	 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nunca 
-------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------

En la última semana...


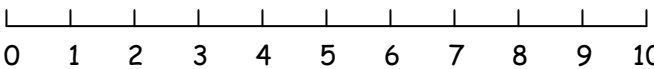
32. Siento que mi salud no depende de mí, no está en mis manos....

Todo el tiempo 		Nunca 
-----------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------


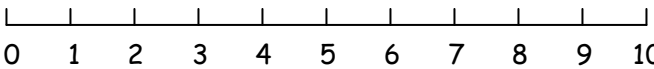

33. Me molesta contarle a la gente sobre mi salud...

Todo el tiempo 		Nunca 
-----------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------


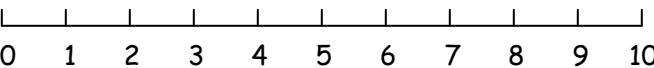

34. Pienso en mi corazón...

Todo el tiempo 		Nunca 
-----------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------

35. Mi vida es buena...

Todo el tiempo 		Nunca 
-------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------

36. ¿Cómo te sentiste en la última semana comparado con la mayoría del tiempo?

Mejor que de costumbre 		Mucho peor que de costumbre 
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Marca con una cruz en un cuadrado, aquel que más te identifique.

37. ¿Tú cómo encuentras que es tu salud?

Muy buena Buena Regular Mala Muy mala