

Alcohol Urge Questionnaire (AUQ)

En el siguiente cuestionario se enumera una lista de preguntas de sus emociones sobre ingerir alcohol. Las palabras "tomar" o "tomar un trago" se refieren a tomar una bebida alcoholica como cerveza, vino o licor. Por favor indicar cuanto esta de acuerdo o en desacuerdo con cada una de las siguientes declaraciones al seleccionar un numero por cada pregunta entre MUY EN DESACUERDO o MUY DE ACUERDO. Lo mas cerca que seleccione un numero del uno al otro indica el nivel de desacuerdo o de acuerdo de su respuesta. Por favor completar cada item. Estamos muy interesados en saber como se siente y piensa mientras va llenando el cuestionario.

EN ESTE MOMENTO

1. Lo unico que quiero hacer es tomar un trago

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

2. No necesito tomar un trago en este momento.

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

3. Seria muy dificil rechazar un trago en este momento.

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

4. Tomar un trago ahora, haria que todo parezca todo perfecto.

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

5. Quiero un trago tanto , que casi puedo saborearlo.

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

6. Nada seria mejor que tomar un trago en este momento.

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

7. Aunque tenga la oportunidad de consumir alcohol de nuevo, no lo haria

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

8. Anhele tomar un trago en este momento.

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

ID: _____

Fecha (DD/MM/YY): _____

Breve cuestionario sobre efectos del alcohol. (B-CEOA)

Escoger entre DESACUERDO O ACUERDO dependiendo en si espera que el efecto le pase a usted, SI USTED

ESTABA BAJO LA INFLUENCIA DEL ALCOHOL. Estos efectos van a variar, dependiendo en la cantidad de alcohol que usted típicamente consume. Marcar una respuesta para las cuatro casillas después de cada declaración.

No hay preguntas correctas o incorrectas.

Desacuerdo	Levemente desacuerdo	levemente de acuerdo	Acuerdo
1	2	3	4

1.Despues de unos tragos, estoy mas propenso a tener sexo	1	2	3	4
2.Despues de unos tragos, estoy mas propenso a tener mas corage	1	2	3	4
1. Despues de unos tragos, estoy mas propenso a sentirme calmado.	1	2	3	4
2. Despues de unos tragos,estoy mas propenso a ser un mejor amante.	1	2	3	4
3. Despues de unos tragos, estoy mas propenso a ser mas socialble.	1	2	3	4
4. Despues de unos tragos, estoy mas propenso a hablar a las personas con mas facilidad.	1	2	3	4
5. Despues de unos tragos, estoy mas propenso a sentirme en paz.	1	2	3	4
6. Despues de unos tragos, estoy mas propenso a ser valiente y atrevido.	1	2	3	4
7. Despues de unos tragos, estoy mas propenso a tomar riesgos.	1	2	3	4
8. Despues de unos tragos, estoy mas propenso a sentirme mareado.	1	2	3	4
9. Despues de unos tragos, estoy mas propenso a sentirme temperamental.	1	2	3	4
10.Despues de unos tragos, estoy mas propenso a ponerme torpe.	1	2	3	4
11.Despues de unos tragos, estoy mas propenso a ser ruidoso, o bullicioso.	1	2	3	4
12.Despues de unos tragos, estoy mas propenso a actuar agresivamente.	1	2	3	4
13.Despues de unos tragos, estoy mas propenso a sentirme culpable.	1	2	3	4

DMQ-R Spanish

A continuación se le presenta a usted una lista de motivos que la gente suele mencionar para justificar su consumo de alcohol. Pensando en todas las veces que ha consumido alcohol en el último año, elija entre las opciones siguientes cada uno de sus motivos para consumir alcohol. Recuerde que no hay respuestas buenas o malas. Estamos interesados en sus motivos para consumir alcohol.

¿Con qué frecuencia ha consumido usted alcohol en el último año...		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
		casi nunca, nunca	algunas veces	la mitad de las veces	la mayor parte de las veces	casi siempre, siempre
<i>1</i>	... para olvidar sus preocupaciones?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>2</i>	... porque sus amigos le obligan?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>3</i>	... en una fiesta porque le ayuda a divertirse?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>4</i>	... porque le ayuda a estar mejor cuando se siente deprimido(a) o nervioso(a)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>5</i>	... para ser sociable?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>6</i>	... para animarse cuando está de mal humor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>7</i>	... porque le gusta la sensación?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>8</i>	... para que los demás no se rían de usted?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>9</i>	... porque es emocionante?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>10</i>	... para colocarse?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>11</i>	... porque hace que los encuentros sociales sean más divertidos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>12</i>	... para relacionarse con el grupo de gente que le gusta?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>13</i>	... porque le provoca placer?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>14</i>	... porque hace las celebraciones más divertidas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>15</i>	... porque se siente más seguro de sí mismo y con más confianza?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>16</i>	... para celebrar las ocasiones especiales con sus amigos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>17</i>	... para olvidarse de los problemas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>18</i>	... porque es divertido?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>19</i>	... para gustar a los demás?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>20</i>	... para no sentirse aislado(a) de los demás?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Questionnaire of Smoking Urges - Brief (QSU-Brief)

Instrucciones: Indique qué tan de acuerdo o en desacuerdo está usted con cada una de las siguientes afirmaciones, colocando una sola marca (como esto: ✓) a lo largo de cada línea entre TOTALMENTE DE DESACUERDO y TOTALMENTE DE ACUERDO. Cuanto más cerca usted pone su marca a un extremo o al otro indica la fuerza de su desacuerdo o acuerdo. Por favor complete cada artículo. Estamos interesados en la forma en que está pensando o sintiendo en este momento ya que está llenando el cuestionario:

1. Quiero fumar ahora mismo.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

2. Si me fumara un cigarrillo estaría menos deprimido.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

3. Si alguien me ofreciera un cigarrillo aquí mismo, me lo fumaría.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

4. Si fumara un cigarrillo me sentiría menos cansado.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

5. Ahora mismo tengo ganas de fumarme un cigarrillo.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

6. Me sentiría con más control de mí mismo si pudiera fumar.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

7. Me sentiría mejor físicamente si estuviera fumando.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

8. Podría pensar mucho mejor si estuviera fumando.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

9. Me apetece mucho fumarme un cigarrillo.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

10. Estoy pensando en fumarme un cigarrillo en cuanto pueda.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

SCQ-Spanish

Queremos saber qué piensa usted acerca de cómo el fumar le afecta a usted. Estamos interesados en lo que usted piensa en este mismo momento. Por favor, díganos hasta que punto cada una de las siguientes afirmaciones son aplicables a su situación personal. Si usted está de acuerdo con la afirmación, circule un número del 5 al 9. Cuanto más de acuerdo esté, más alto es el número que tiene que circular. Si no está de acuerdo circule un número del 0 al 4. Cuanto menos de acuerdo esté más pequeño es el número que tiene que circular.

GRADO DE ACUERDO									
0-----1-----2-----3-----4-----5-----6-----7-----8-----9									
Nada	Menos que algo				Algo				Completamente

- | | | | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. Los cigarrillos me saben bien. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 2. El fumar controla mi apetito. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 3. Un cigarrillo me calma cuando estoy enfadado. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 4. Cuando estoy solo, un cigarro me ayuda a pasar el tiempo. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 5. Cuando estoy tenso un cigarrillo me relaja. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 6. El fumar me ayuda a no comer demasiado | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 7. El fumar me hace sentir más energético. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 8. Los cigarrillos me ayudan a calmar mis cabreos. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 9. El fumar me quita el hambre. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10. Cuando estoy nervioso, un cigarro me tranquiliza. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 11. Creo que hago mejor un trabajo cuando estoy fumando. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 12. Cuando estoy aburrido y cansado, los cigarrillos me dan energía. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 13. El fumar me ayuda mantener mi buen humor. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 14. Yo disfruto del sabor del tabaco. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 15. Si no tengo nada que hacer, un cigarro ayuda a pasar el tiempo. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 16. Disfruto sintiendo un cigarrillo entre mis labios. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 17. El fumar satisface los deseos de consumir nicotina. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 18. Cuando estoy entre fumadores, un cigarrillo me ayuda a sentirme parte del grupo. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 19. Fumando corro el riesgo de padecer del corazón y de contraer cáncer del pulmón. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 20. Fumando disfruto más de la compañía de otros. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |

GRADO DE ACUERDO										
0-----1-----2-----3-----4-----5-----6-----7-----8-----9										
Nada	Menos que algo				Algo			Completamente		

21. Cuando hay tensión; un cigarrillo ayuda a disiparla.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
22. Me siento mejor físicamente después de un cigarrillo.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
23. Cuando estoy de fiesta me lo paso mejor si fumo.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
24. Si me siento irritable, un cigarrillo me relaja.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
25. Cuando estoy aburrido y cansado un cigarrillo me ayuda mucho.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
26. Cuanto más fumo más dependo de la nicotina.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
27. El fumar me ayuda a no engordar.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
28. Un cigarrillo me ayuda a que se me pasen los enfados.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
29. Cuanto más fumo más arriesgo mi salud.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
30. Fumando disfruto más de las conversaciones.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
31. El fumar me ayuda a mantener mi peso.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
32. El fumar es malo para mi salud.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
33. Me gusta sentir el humo entrando por mi boca y pasando por mi garganta.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
34. Me gusta el sabor del tabaco cuando estoy fumando.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
35. Cuando estoy preocupado un cigarrillo me ayuda.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
36. Mientras fumo disfruto de los sabores del cigarrillo.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
37. Me desenvuelvo mejor con la gente con un cigarrillo.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
38. Los cigarros son buenos para matar el aburrimiento.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
39. Un cigarrillo elimina mi ansia de tabaco.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
40. El tener un cigarrillo en las manos me agrada	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

Brief Wisconsin Inventory of Smoking Dependence Motives (Brief WISDM)

Instrucciones: A continuación se presentan una serie de declaraciones sobre el consumo de cigarrillos. Califique su nivel de acuerdo para cada declaración utilizando la siguiente escala, colocando una sola marca (como esto: ✓) a lo largo de cada línea entre TOTALMENTE DE DESACUERDO y TOTALMENTE DE ACUERDO. Cuanto más cerca usted pone su marca a un extremo o al otro indica la fuerza de su desacuerdo o acuerdo. No existen respuestas correctas o incorrectas.

1. Muchas veces fumo sin pensarlo.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

2. Los cigarrillos me controlan.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

3. Casi siempre quiero fumar tan pronto me despierto.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

4. Es difícil ignorar el deseo de fumar.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

5. El sabor del cigarrillo es agradable.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

6. Frecuentemente fumo para mantener mi mente enfocada.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

7. Cuento con en el fumar para controlar mi hambre y el comer.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

8. Mi vida está llena de recuerdos de fumar.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

9. El fumar me ayuda a sentirme mejor en segundos.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

10. Fumo sin pensarlo.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

11. Los cigarrillos me acompañan, como un buen amigo.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

12. Hay ciertas imágenes y olores que me dan fuertes deseos de fumar.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

13. El fumar me ayuda a mantenerme concentrado.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

14. Frecuentemente enciendo los cigarrillos sin darme cuenta.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

15. Casi todos los cigarrillos que fumo diario me saben bien.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

16. A veces pienso que los cigarrillos controlan mi vida.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

17. Anhele los cigarrillos frecuentemente.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

18. Casi todos con quien paso el tiempo son fumadores.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

19. El controlar de mi peso es una gran razón por la cual fumo.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

20. Algunos de los cigarrillos que fumo me saben bien.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

21. Realmente yo dependo de los cigarrillos.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

22. A veces siento que los cigarrillos son mis mejores amigos.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

23. Mis deseos de fumar crecen cada día si no fumo.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

24. Cuando veo a alguien fumando, me dan ganas de fumar.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

25. A veces me doy cuenta que estoy buscando un cigarrillo sin pensarlo.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

26. Me sentiría solo sin mis cigarrillos.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

27. Muchos de mis amigos y familiares fuman.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

28. Otros fumadores me consideran una persona que fuma mucho.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

29. Cuando han pasado varias horas y no he podido fumar, mis deseos de fumar vuelven intolerable.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

30. La mayoría de mis amigos y conocidos fuman.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

31. En la mañana, yo fumo en los primeros 30 minutos de haberme levantado.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

32. El fumar me hace pensar mejor.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

33. El fumar me hace sentir mejor cuando me siento triste.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

34. El fumar me ayuda a no comer demasiado.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

35. Mi fumar esta fuera de control.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

36. Me considero una persona que fuma muchísimo.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

37. Aunque me sienta bien, el fumar me hace sentir mejor.

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

Test de Fagerstrom de dependencia de la nicotina (FTND)

Fecha de entrevista (DD/MM/YYYY): _____ ID: _____

Fumadores que usan tabaco cada día o algunos días actualmente:

Instrucciones al entrevistador: Las seis preguntas siguientes se hacen dos veces: primeramente después de la frase de inicio sobre el uso de tabaco actual, y si es apropiado, una segunda vez con la frase de inicio sobre el período de uso máximo.

a. "Actualmente..." (se hace las 6 preguntas)

b. "Había un periodo de 6 meses cuando usted fumaba mas que actualmente fuma?" (Si la respuesta es "Sí", continua con las 6 preguntas en la próxima página. Si responde "No", se para aqui.)

1. ¿Cuánto tarda, después de despertarse, en fumar su primer cigarrillo?

- Menos de 5 minutos (3 puntos)
 Entre 6 y 30 minutos (2 puntos)
 Entre 31 y 60 minutos (1 punto)
 Más de 60 minutos (0 puntos)

2. ¿Encuentra difícil de abstenerse de fumar en sitios en donde está prohibido, tales como iglesias, bibliotecas, cines, etc. ?

- Sí (1 punto)
 No (0 puntos)

3. ¿A qué cigarrillo odiaría más renunciar?

- Al primero de la mañana (1 punto)
 A cualquier otro (0 puntos)

4. ¿Cuántos cigarrillos fuma al día?

- 10 o menos (0 puntos)
 11 - 20 (1 punto)
 21 - 30 (2 puntos)
 31 o más (3 puntos)

5. ¿Fuma más a menudo durante las primeras horas después de despertarse que durante el resto del día?

- Sí (1 punto)
 No (0 puntos)

6. ¿Fuma cuando está tan enfermo que pasa en la cama la mayor parte del día?

- Sí (1 punto)
 No (0 puntos)

Puntaje total: _____

Ex-Fumadores:

Instrucciones al entrevistador: Las seis preguntas siguientes se hacen sobre el período de uso máximo. Lea la frase de inicio antes de hacer las preguntas.

a. "Piense en el periodo cuando usted fumaba mas..." (se hace las 6 preguntas)

1. ¿Cuánto tardaba, después de despertarse, en fumar su primer cigarrillo?

- Menos de 5 minutos (3 puntos)
 Entre 6 y 30 minutos (2 puntos)
 Entre 31 y 60 minutos (1 punto)
 Más de 60 minutos (0 puntos)

2. ¿Encuentraba difícil de abstenerse de fumar en sitios en donde está prohibido, tales como iglesias, bibliotecas, cines, etc. ?

- Sí (1 punto)
 No (0 puntos)

3. ¿A qué cigarrillo hubiera odiado más renunciar?

- Al primero de la mañana (1 punto)
 A cualquier otro (0 puntos)

4. ¿Cuántos cigarrillos fumaba al día?

- 10 o menos (0 puntos)
 11 - 20 (1 punto)
 21 - 30 (2 puntos)
 31 o más (3 puntos)

5. ¿Fumaba más a menudo durante las primeras horas después de despertarse que durante el resto del día?

- Sí (1 punto)
 No (0 puntos)

6. ¿Fumaba cuando estaba tan enfermo que pasaba en la cama la mayor parte del día?

- Sí (1 punto)
 No (0 puntos)

Puntaje total: _____

Marijuana Craving Questionnaire - Short Form (MCQ-SF)

Indicar cuanto esta de acuerdo o en desacuerdo con cada una de las siguientes declaraciones seleccionando un numero entre 1 (MUY EN DESACUERDO) y 7 (MUY DE ACUERDO). Entre mas se acerque entre el uno con el otro indica la fuerza de su respuesta. Si no esta de acuerdo, o en desacuerdo con la declaración, seleccione el punto medio numero 4. Por favor completar cada item. Estamos interesados en como se siente y piensa mientras va llenando el cuestionario..

1. Fumar marihuana seria agradable en este momento.

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

2.No podría facilmente limitar cuanta marihuana fumo ahora.

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

3.En este momento, estoy haciendo planes para fumar marihuana

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

4.Me sentiria mas en control de las cosas, si pudiera fumar marihuana.

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

5.Fumar marihuana me haria dormir mejor en la noche.

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

6.Si fumara marihuana en este momento, me sentiria menos tenso.

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

7.No seria capaz de controlar cuanta marihuana fumaria , si tuviera un poco aquí

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

8. Seria estupendo fumar marihuana este momento.

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

9.Me sentiria menos ansioso si pudiera fumar marihuana en este momento.

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

10.Necesito fumar marihuana en este momento.

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

11.Si estuviera fumando marihuana en este momento, me sentiria menos ansioso.

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

12.Fumar marihuana me haria sentirme contento.

MUY EN DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : MUY DE ACUERDO

ID: _____

Fecha (DD/MM/YY): _____

MEEQ

Las siguientes preguntas tratan sobre los efectos de la marihuana. Lee cuidadosamente cada pregunta y responde de acuerdo a tus propias ideas, sentimientos y creencias sobre la marihuana. **Si nunca has consumido marihuana, responde a las afirmaciones de acuerdo a lo que piensas que podría sentir una persona al consumir marihuana.**

Es muy importante que respondas todas las preguntas. No hay respuestas correctas o incorrectas. Por favor, se honesto(a). Recuerda, tus respuestas son confidenciales. Marca con una "X" el número que refleja cuán de acuerdo o no estás con cada frase.

Totalmente en desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo	Ligeramente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4

1. La marihuana hace que las pequeñas cosas parezcan extremadamente interesantes.	1	2	3	4
2. Fumar marihuana me hace sentir hambriento(a).	1	2	3	4
3. Fumar marihuana aumenta mi antojo por cosas.	1	2	3	4
4. Me siento relajado(a) cuando fumo marihuana.	1	2	3	4
5. Fumar marihuana disminuye mi tensión o alivia mi ansiedad; ayuda a relajarme.	1	2	3	4
6. La marihuana hace que me despreocupe y no me importen tanto mis problemas.	1	2	3	4
7. No me preocupa cómo me evalúan los demás cuando estoy bajo los efectos de la marihuana.	1	2	3	4
8. La marihuana me hace hablar más de lo usual.	1	2	3	4
9. Siento como si me pudiera enfocar mejor en una cosa cuando fumo marihuana.	1	2	3	4
10. Cuando fumo marihuana no me siento inseguro(a).	1	2	3	4
11. La marihuana me hace decir cosas que no quisiera decir.	1	2	3	4
12. Soy más sociable cuando fumo marihuana.	1	2	3	4
13. Fumar marihuana me hace sentir parte del grupo.	1	2	3	4
14. Si he estado fumando marihuana, se me hace más difícil concentrarme y entender el significado de lo que se está diciendo.	1	2	3	4
15. La marihuana hace más lento el pensamiento y las acciones.	1	2	3	4
16. Me vuelvo más creativo(a) o imaginativo(a) cuando estoy bajo los efectos de la marihuana	1	2	3	4
17. Es más difícil recordar cosas cuando he estado fumando marihuana.	1	2	3	4
18. Las cosas parecen irreales y me siento desconectado(a) de lo que está pasando a mi alrededor cuando fumo marihuana.	1	2	3	4
19. Fumar marihuana me ayuda a escapar de la realidad.	1	2	3	4
20. La marihuana me pone alegre y hace que me ría mucho.	1	2	3	4
21. Cuando fumo marihuana siento los pies pesados y no tengo coordinación.	1	2	3	4
22. La música suena diferente cuando fumo marihuana.	1	2	3	4
23. La marihuana tiene mal sabor y olor.	1	2	3	4

ID: _____

Fecha (DD/MM/YY): _____

Totalmente en desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo	Ligeramente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4

24. Cuando fumo marihuana tengo una sensación agradable y de felicidad.	1	2	3	4
25. La marihuana me hace perder el control y me vuelve descuidado(a).	1	2	3	4
26. La marihuana hace más fácil escapar de los problemas y responsabilidades.	1	2	3	4
27. Me siento menos motivado(a) cuando fumo marihuana.	1	2	3	4
28. La marihuana puede hacer que me sienta deprimido(a) y decepcionado(a) de mí mismo(a).	1	2	3	4
29. La marihuana causa euforia (una fuerte sensación de bienestar).	1	2	3	4
30. La marihuana hace que mis emociones cambien de la alegría a la tristeza.	1	2	3	4
31. Actúo con mucho entusiasmo cuando fumo marihuana.	1	2	3	4
32. La marihuana me hace sentir más romántico(a) o atraído(a) hacia otras personas.	1	2	3	4
33. Después de fumar marihuana mis párpados se vuelven pesados y me da sueño.	1	2	3	4
34. La marihuana puede hacerme sentir enojado(a) y posiblemente violento(a).	1	2	3	4
35. Después de estar bajo los efectos de la marihuana, me siento bajoneado(a).	1	2	3	4
36. La marihuana no altera mi personalidad.	1	2	3	4
37. Me siento atractivo(a) o más interesado(a) en el sexo después de fumar marihuana.	1	2	3	4
38. La marihuana me pone crítico(a) y hace que me enoje con facilidad.	1	2	3	4
39. Tengo antojo de comer snacks (Ej.: papitas, galletas, etc.) cuando fumo marihuana.	1	2	3	4
40. Si he estado fumando marihuana me es difícil expresar lo que pienso con claridad.	1	2	3	4
41. La marihuana hace que mi boca se sienta seca.	1	2	3	4
42. La marihuana me calma.	1	2	3	4
43. La marihuana cambia mi percepción del tiempo y la distancia.	1	2	3	4
44. Estoy más relajado(a) en situaciones sociales si he estado fumando marihuana.	1	2	3	4
45. La paso mejor en fiestas si estoy fumando marihuana.	1	2	3	4
46. La marihuana hace que reaccione más lentamente.	1	2	3	4
47. Cuando fumo marihuana estoy más dispuesto a hacer cosas que normalmente no haría.	1	2	3	4
48. La sensación de fumar marihuana es parecida a estar "picado(a)" por tomar alcohol.	1	2	3	4

Cocaine Craving Questionnaire - Now - Brief (CCQ-N-10)

Instrucciones: Indique qué tan de acuerdo o en desacuerdo está usted con cada una de las siguientes afirmaciones, colocando una sola marca (como esto: ✓) a lo largo de cada línea entre TOTALMENTE DE DESACUERDO y TOTALMENTE DE ACUERDO. Cuanto más cerca usted pone su marca a un extremo o al otro indica la fuerza de su desacuerdo o acuerdo. Por favor complete cada artículo. Estamos interesados en la forma en que está pensando o sintiendo en este momento ya que está llenando el cuestionario:

1. Deseo tanto consumir cocaína, que casi puedo sentir su sabor

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

2. Siento el impulso de tomar cocaína

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

3. Voy a tomar cocaína lo antes posible

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

4. Ahora creo que podría aguantarme sin tomar cocaína

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

5. Tengo grandes deseos de tomar cocaína

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

6. Lo único que deseo consumir ahora es cocaína

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

7. Ahora no tengo ningún deseo de tomar cocaína

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

8. Consumir cocaína ahora, haría que todo pareciera perfecto

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

9. Tomaré cocaína tan pronto como se me presente la ocasión

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

10. Ahora, nada sería mejor que tomar cocaína

TOTALMENTE DE DESACUERDO ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : TOTALMENTE DE ACUERDO

ID: _____

Fecha (DD/MM/YY): _____

Stimulant Effect Expectancy Questionnaire (SEEQ)

Las paginas a continuación, contienen declaraciones sobre los efectos de estimulantes, incluidos cocaína y anfetaminas (crystal meth, speed). Leer cada declaración con cuidado y responder de acuerdo a sus experiencias, pensamientos y creencias sobre los estimulantes hoy en día. Estamos interesados en sobre que piensa sobre los estimulantes independientemente de lo que otras personas piensen.

Aunque haya tenido o no haya tenido experiencias con estimulantes, responde bajo los términos de sus creencias sobre estos mismos. Lo importante es que responda cada pregunta.

No hay respuestas correctas o incorrectas.

A. Con cual droga estimulante , tiene mas experiencia, o conocimiento? (marcar una casilla)

COCAINA (incluido crack)

ANFETAMINAS (incluido el crystal meth y speed)

Por favor llenar las siguientes preguntas de acuerdo a sus creencias sobre cual droga estimulante conoce mejor.

PORFAVOR SER HONESTO, RECUERDE, SUS RESPUESTAS SON CONFIDENCIALES, RESPONDER A ESTOS ITEMS DE ACUERDO A LO QUE PERSONALMENTE CREE SER CIERTO SOBRE UNA MODERADA CANTIDAD DE ESTIMULANTES, SIN EMBARGO, USTED DEFINE MODERADO.

Marcar la casilla que demustre cuanto esta de acuerdo o en desacuerdo con cada item:

Muy en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Incierto	Algo en acuerdo	Muy de acuerdo
1	2	3	4	5

1. Los estimulantes reducen el apetito.	1	2	3	4	5
2. Los estimulantes incrementan mi deseo sexual.	1	2	3	4	5
3. Digo cosas que no siento cuando estoy bajo el efecto de estimulantes.	1	2	3	4	5
4. Encuentro que los efectos de los estimulantes no son similares a los del alcohol.	1	2	3	4	5
5. Soy ansioso o tenso cuando estoy bajo el efecto de estimulantes.	1	2	3	4	5

ID: _____

Fecha (DD/MM/YY): _____

6. Los estimulantes me aceleran.	1	2	3	4	5
7. Los estimulantes me hacen sentir sonador y meloso.	1	2	3	4	5
8. Los estimulantes me ponen tambaleante.	1	2	3	4	5
9. Puedo ponerme paranoico cuando estoy bajo el efecto de estimulantes.	1	2	3	4	5
10. Cuando estoy bajo el efecto de estimulantes siento que todo esta bien en el mundo.	1	2	3	4	5
11. No me pongo impaciente y agitado cuando estoy bajo el efecto de estimulantes.	1	2	3	4	5
12. Los estimulantes me ponen hiperactivo.	1	2	3	4	5
13. Los estimulantes me dan una sensacion incomoda en el estomago.	1	2	3	4	5
14. Los estimulantes me dan un sentido de prisa.	1	2	3	4	5
15. Los estimulantes incrementan mis niveles de actividad.	1	2	3	4	5
16. Rechino mis dientes cuando estoy bajo el efecto de estimulantes.	1	2	3	4	5
17. Los estimulantes hacen que mi corazon lata mas rapido y que la sangre fluya mas rapido por mi cuerpo.	1	2	3	4	5
18. Me siento entumecido bajo el efecto de estimulantes.	1	2	3	4	5
19. Voy mas al bano cuando estoy bajo el efecto de estimulantes.	1	2	3	4	5
20. Me pongo mas despierto y alerta cuando estoy bajo el efecto de estimulantes.	1	2	3	4	5
21. Me agarra una sensacion de hormigueo cuando estoy bajo el efecto de estimulantes.	1	2	3	4	5
22. Soy mas capaz de hacer cosas cuando estoy bajo el efecto de estimulantes.	1	2	3	4	5
23. Los estimulantes me hacen sentir mas importante.	1	2	3	4	5
24. No me frustro facilmente cuando estoy bajo el efecto de estimulantes.	1	2	3	4	5
25. Los estimulantes me hacen sentir como si estuviera encima de todo.	1	2	3	4	5
26. Los estimulantes no me hacen sentir ligero o mareado.	1	2	3	4	5
27. Soy menos sensible con otras personas cuando estoy bajo el efecto de estimulantes.	1	2	3	4	5
28. Los estimulantes me hacen sentir como que puedo hacer todo.	1	2	3	4	5

ID: _____

Fecha (DD/MM/YY): _____

29. Tengo dificultad concentrandome en una sola cosa cuando estoy bajo el efecto de estimulantes.	1	2	3	4	5
30. Los estimulantes no hacen las cosas parecer claras.	1	2	3	4	5
31. Los estimulantes no me hacen sudar.	1	2	3	4	5
32. Una vez que el efecto del estimulante paso, me siento deprimido.	1	2	3	4	5
33. Los estimulantes disminuyen mi rendimiento sexual.	1	2	3	4	5
34. Los estimulantes me hacen hacer las mismas cosas una y otra vez.	1	2	3	4	5
35. Nunca estoy satisfecho cuando estoy bajo el efecto de estimulantes- siempre quiero mas.	1	2	3	4	5
36. Estoy menos consciente de la realidad cuando estoy bajo el efecto de estimulantes.	1	2	3	4	5
37. Los estimulantes me dan un sentimiento de estar en control.	1	2	3	4	5
38. Los estimulantes causan alucinaciones.	1	2	3	4	5
39. Los estimulantes me hacen perder el interes en lo que estoy haciendo.	1	2	3	4	5
40. Los estimulantes hacen que tenga un peor sentido de juicio.	1	2	3	4	5
41. Soy capaz de tomar mas alcohol sin emborracharme cuando estoy bajo el efecto de estimulantes.	1	2	3	4	5
42. Soy mas hablador cuando estoy bajo el efecto de estimulantes.	1	2	3	4	5
43. Me convierto mas temeroso cuando estoy bajo el efecto de estimulantes.	1	2	3	4	5
44. Los estimulantes me ponen mas agresivo y dominante.	1	2	3	4	5
45. Las fiestas son mas divertidas cuando estoy bajo el efecto de estimulantes.	1	2	3	4	5
46. Los estimulantes me hacen sentir muy feliz.	1	2	3	4	5

Modified DMQ-R Spanish; Sustancia preferida: _____

A continuación se le presenta a usted una lista de motivos que la gente suele mencionar para justificar su consumo de _____. Pensando en todas las veces que ha consumido _____ en el último año, elija entre las opciones siguientes cada uno de sus motivos para consumir _____. Recuerde que no hay respuestas buenas o malas. Estamos interesados en sus motivos para consumir _____.

¿Con qué frecuencia ha consumido usted _____ en el último año...		1	2	3	4	5
		casi nunca, nunca	algunas veces	la mitad de las veces	la mayor parte de las veces	casi siempre, siempre
1	... para olvidar sus preocupaciones?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	... porque sus amigos le obligan?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	... en una fiesta porque le ayuda a divertirse?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	... porque le ayuda a estar mejor cuando se siente deprimido(a) o nervioso(a)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	... para ser sociable?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	... para animarse cuando está de mal humor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	... porque le gusta la sensación?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	... para que los demás no se rían de usted?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	... porque es emocionante?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	... para colocarse?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	... porque hace que los encuentros sociales sean más divertidos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	... para relacionarse con el grupo de gente que le gusta?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	... porque le provoca placer?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14	... porque hace las celebraciones más divertidas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	... porque se siente más seguro de sí mismo y con más confianza?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16	... para celebrar las ocasiones especiales con sus amigos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17	... para olvidarse de los problemas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18	... porque es divertido?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19	... para gustar a los demás?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20	... para no sentirse aislado(a) de los demás?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7.3. Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (State-Trait Anxiety Inventory, STAI)

ANSIEDAD-ESTADO

Instrucciones: A continuación encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor cómo se *siente usted ahora mismo*, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.

1. Me siento calmado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
2. Me siento seguro	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
3. Estoy tenso	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
4. Estoy contrariado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
5. Me siento cómodo (estoy a gusto)	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
6. Me siento alterado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
7. Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
8. Me siento descansado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
9. Me siento angustiado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
10. Me siento confortable	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
11. Tengo confianza en mí mismo	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
12. Me siento nervioso	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
13. Estoy desasosegado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
14. Me siento muy «atado» (como oprimido)	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
15. Estoy relajado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
16. Me siento satisfecho	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
17. Estoy preocupado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
18. Me siento aturdido y sobreexcitado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
19. Me siento alegre	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
20. En este momento me siento bien	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho

7.3. Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (State-Trait Anxiety Inventory, STAI)

ANSIEDAD-RASGO

Instrucciones: A continuación encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor cómo se *siente usted en general*, en la mayoría de las ocasiones. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa cómo se siente usted generalmente.

21. Me siento bien	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
22. Me canso rápidamente	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
23. Siento ganas de llorar	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
24. Me gustaría ser tan feliz como otros	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
25. Pierdo oportunidades por no decidirme pronto	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
26. Me siento descansado	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
27. Soy una persona tranquila, serena y sosegada	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
28. Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
30. Soy feliz	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
31. Suelo tomar las cosas demasiado seriamente	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
32. Me falta confianza en mí mismo	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
33. Me siento seguro	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
34. No suelo afrontar las crisis o dificultades	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
35. Me siento triste (melancólico)	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
36. Estoy satisfecho	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
37. Me rondan y molestan pensamientos sin importancia	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
38. Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlos	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
39. Soy una persona estable	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
40. Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales me pongo tenso y agitado	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre

Evaluación Personal: BIS-11

Nombre:	Fecha:				
<p>Instrucciones: Las personas tienen diferentes maneras de actuar y pensar en diferentes situaciones. Este es un cuestionario para evaluar alguna de las maneras en que usted actúa y piensa. Por favor lea cada afirmación cuidadosamente y llene el círculo apropiado a la derecha de cada afirmación. Conteste pronta y honestamente.</p>	Raramente o nunca	Ocasionalmente	A menudo	Casi Siempre	
	1. Yo planeo mis tareas cuidadosamente.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	2. Yo hago cosas sin pensar.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	3. Yo tomo decisiones rápidamente.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	4. Soy una persona contenta y despreocupada.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	5. Tiendo a no prestar atención.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	6. Tengo pensamientos que corren aprisa en mi mente.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	7. Yo planeo mis viajes con mucha anticipación.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	8. Se controlarme a mi mismo.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	9. Me concentro fácilmente.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	10. Yo ahorro regularmente.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	11. Me retuerzo en mi asiento en funciones o clases	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	12. Soy un apersona que piensa cuidadosamente.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	13. Hago planes para mantener un trabajo seguro (estable).....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	14. Yo digo cosas sin pensar....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	15. Me gusta pensar acerca de problemas complicados	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	16. Cambio de trabajo con frecuencia.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	17. Yo actuó basado en impulsos...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	18. Me aburro fácilmente cuando estoy resolviendo problemas que requieren pensar mucho.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	19. Yo actuó bajo el impulso del momento....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	20. Soy estable para pensar (puedo mantener mi mente en una sola cosa).....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	21. Yo me mudo de casa frecuentemente....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	22. Yo compro cosas impulsivamente....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	23. Yo solo puedo pensar en un problema al mismo tiempo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	24. Yo cambio de pensamientos frecuentemente....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	25. Yo gasto mas de lo que gano.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	26. Se me vienen ideas irrelevantes cuando estoy pensando....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	27. Me interesa el presente mas que el futuro....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	28. Me pongo inquieto en clases o en conferencias.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	29. Me gusta hacer rompecabezas.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	30. Yo hago planes para el futuro.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>