

# Cuestionario de Ansiedad y Depresión (HADS)



Datos de identificación del paciente

FECHA:

Lea cada pregunta y señale la respuesta que usted considere que coincida con su propio estado emocional en la última semana.

## 1. Me siento tenso/a nervioso/a:

- Casi todo el día
- Gran parte del día
- De vez en cuando
- Nunca

## 2. Sigo disfrutando de las mismas cosas de siempre:

- Ciertamente, igual que antes
- No tanto como antes
- Solamente un poco
- Ya no disfruto con nada

## 3. Siento una especie de temor como si algo malo fuera a suceder:

- Sí y muy intenso
- Sí, pero no muy intenso
- Sí, pero no me preocupa
- No siendo nada de eso

## 4. Soy capaz de reírme y ver el lado gracioso de las cosas:

- Igual que siempre
- Actualmente, algo menos
- Actualmente, mucho menos
- Actualmente, en absoluto

## 5. Tengo la cabeza llena de preocupaciones:

- Casi todo el día
- Gran parte del día
- De vez en cuando
- Nunca

## **6. Me siento alegre:**

- Nunca
- Muy pocas veces
- En algunas ocasiones
- Gran parte del día

## **7. Soy capaz de permanecer sentado/a tranquila y relajadamente:**

- Siempre
- A menudo
- Raras veces
- Nunca

## **8. Me siento lento/a y torpe:**

- Gran parte del día
- A menudo
- A veces
- Nunca

## **9. Experimento una desagradable sensación de "nervios y hormigueos" en el estómago:**

- Nunca
- Sólo en algunas ocasiones
- A menudo
- Muy a menudo

## **10. He perdido el interés por mi aspecto personal:**

- Completamente
- No me cuido como debería hacerlo
- Es posible que no me cuido como debiera
- Me cuido como siempre lo he hecho

## **11. Me siento inquieto/a como si no pudiera parar de moverme:**

- Realmente mucho
- Bastante
- No mucho
- En absoluto

## **12. Espero las cosas con ilusión:**

- Como siempre
- Algo menos que antes
- Mucho menos que antes
- En absoluto

**13. Experimento de repente sensaciones de gran angustia y temor:**

- Muy a menudo
- Con cierta frecuencia
- Raramente
- Nunca

**14. Soy capaz de disfrutar con un buen libro o con un buen programa de radio o televisión:**

- A menudo
- Algunas veces
- Pocas veces
- Casi nunca

# Cuestionario de Ansiedad y Depresión (HADS) - corrección -

Pregunta	Puntuación	Pregunta	Puntuación
1	3 2 1 0	8	3 2 1 0
2	0 1 2 3	9	0 1 2 3
3	3 2 1 0	10	3 2 1 0
4	0 1 2 3	11	3 2 1 0
5	4 3 2 1	12	0 1 2 3
6	3 2 1 0	13	3 2 1 0
7	0 1 2 3	14	0 1 2 3

## PUNTUACIÓN:

**ANSIEDAD (ítems 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13).** Cada opción puntúa de acuerdo con el valor del dígito que se muestra en la tabla.

**DEPRESIÓN (ítems 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14).** Cada opción puntúa de acuerdo con el valor del dígito que se muestra en la tabla..