



Cuestionario de Sensibilización

Parte A

Nombre: _____

Fecha: _____

Por favor rodee la respuesta correcta para cada uno de los enunciados.

1. Me siento cansado y desanimado cuando me levanto por las mañanas.
2. Mis músculos están tensos y doloridos.
3. Tengo ataques de pánico.
4. Rechino los dientes o aprieto la mandíbula.
5. Tengo problemas de diarrea o estreñimiento.
6. Necesito ayuda para realizar mis actividades diarias.
7. Soy sensible a la luz brillante.
8. Me canso fácilmente cuando estoy físicamente activo.
9. Siento dolor en todo mi cuerpo.
10. Tengo dolores de cabeza.
11. Tengo molestia en mi vejiga o sensación de quemazón al orinar.
12. No duermo bien.
13. Tengo dificultad para concentrarme.
14. Tengo problemas en la piel como resequedad, picor o sarpullido.
15. El estrés hace que mis síntomas físicos empeoren.
16. Me siento triste o deprimido.
17. Me siento con poca energía.
18. Tengo tensión muscular en mi cuello y hombros.
19. Tengo dolor en mi mandíbula.
20. Algunos olores, como perfumes, me hacen sentir náuseas.
21. Tengo que orinar frecuentemente.
22. Mis piernas se sienten incómodas e inquietas cuando intento dormir por la noche.
23. Tengo dificultad para recordar cosas.
24. Sufrí algún trauma cuando era niño(a).
25. Tengo dolor en mi zona pélvica

	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
1.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
2.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
3.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
4.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
5.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
6.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
7.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
8.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
9.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
10.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
11.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
12.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
13.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
14.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
15.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
16.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
17.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
18.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
19.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
20.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
21.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
22.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
23.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
24.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre
25.	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Continuamente	Siempre

TOTAL:

