CUESTIONARIO DE AUTOEVALUACIÒN

(SIAB-S)

De

Manfred Fichter y Norbert Quadflieg

Copyright by Manfred Fichter

SIAB-S (AUTOEVALUACIÓN)
3ª revisión (9/1997)

Apellido:_____

Nombre:_____

Fecha de nacimiento:_____

Fecha de hoy:_____

- **1. Cuál ha sido su peso máximo y mínimo desde su pubertad? Cuánto mide Vd.?**

a) Altura actual:	___cm
b) Peso (en kg) actual:	___kg
c) Peso (en kg) mínimo:	___kg
Qué edad tenía cuando tuvo este peso?	___años
d) Peso (en kg) máximo:	___kg
Qué edad tenía cuando tuvo este peso?	___años

En lo siguiente, encontrará algunas preguntas sobre problemas psíquicos relacionados a trastornos alimenticios. Por favor, conteste para cada pregunta de manera global, si éstos se han manifestado en Vd. en los últimos 3 meses (=actualmente) y si se habían manifestado antes (aprox. desde la edad de 10 años). Anote para cada pregunta/afirmación en el lado izquierdo, si se ha manifestado en Vd. en los 3 últimos meses y en el lado derecho, si se había manifestado alguna vez en Vd. antes (desarrollo máximo).

Escriba sobre las líneas un número entre 0 y 4, según la medida en la que la afirmación sea acertada en su caso. Si, por ejemplo, la afirmación ha sido claramente acertada para los 3 últimos meses, apunte un 2 en el lado izquierdo; si alguna vez antes había sido muy acertada, apunte un 4 sobre la línea derecha.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
Ejemplo:		
(0) no, no es acertado		
(1) poco, es un poco acertado		
(2) claramente, es claramente acertado		
(3) gran medida, es acertado en gran medida	**2**	**4**
(4) muy gran medida, es acertado en muy gran medida		

3. Ha sido importante para mi alcanzar buenos resultados en el colegio, la profesión o trabajando en el hogar.

	últimos 3 meses antes	máximo desarrollo
(0) no ha sido de importancia para mi		
(1) ha sido de poca importancia para mi		
(2) ha sido de mediana importancia para mi		
(3) ha sido de gran importancia para mi		
(4) ha sido de muy gran importancia para mi	_____	_____

4. He tenido miedos más intensos de lo normal.

	últimos 3 meses antes	máximo desarrollo
(0) nunca		
(1) rara o ligeramente		
(2) repetida o medianamente		
(3) frecuente o intensamente		
(4) muy frecuente o intensamente	_____	_____

5. Determinadas cosas o situaciones (p.ej. estar sólo/a en casa, salir sólo/a, viajar en autobuses o trenes, grandes animales, insectos, alturas, oscuridad, hablar en público) me han producido miedo (fobias).

	últimos 3 meses antes	máximo desarrollo
(0) no		
(1) ligeramente		
(2) claramente		
(5) intensamente		
(6) muy intensamente	_____	_____

6. He tenido alteraciones del sueño (de conciliar el sueño o de dormir todo seguido)

	últimos 3 meses antes	máximo desarrollo
(0) no		
(1) ligeramente		
(2) claramente		
(7) intensamente		
(8) muy intensamente	_____	_____

7. El ganar entre 3 y 5 kilos de peso, me causaría miedo, pánico o gran malestar.

	últimos 3 meses antes	máximo desarrollo
(0) no ha sido el caso		
(1) ha sido el caso ligeramente		
(2) ha sido el caso claramente		
(9) ha sido el caso intensamente		
(10)ha sido el caso muy intensamente	_____	_____

8. Mi peso ideal desde mi punto de vista actual es: _____**kg**

9. El peso más bajo que jamás he aspirado tener es: _ _____**kg**

10. Mi autoestima ha dependido de mi figura y de mi peso.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no		
(1) ligeramente		
(2) claramente		
(3) intensamente		
(4) muy intensamente	_____	_____

11. He ayunado y he estado intentando comer lo menos posible.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no ha sido el caso		
(1) ha sido ligeramente el caso		
(2) ha sido claramente el caso		
(3) ha sido intensamente el caso		
(4) ha sido muy intensamente el caso	_____	_____

12. He evitado comer alimentos de alto valor calórico, aunque me gustaban.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no ha sido el caso		
(1) ha sido ligeramente el caso		
(2) ha sido claramente el caso		
(3) ha sido intensamente el caso		
(4) ha sido muy intensamente el caso	_____	_____

13. Me he impuesto determinados límites con respecto a las cantidad de calorías diarias que podía comer.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no he puesto límites		
(1) he puesto límites calóricos ligeramente rebajados		
(2) he puesto límites calóricos claramente rebajados		
(3) he puesto límites calóricos fuertemente rebajados		
(4) he puesto límites calóricos muy fuertemente rebajados	_____	_____

14. He metido en la boca y masticado alimentos de alto valor calórico (sin tragarlos) y los he escupido posteriormente, para mantener bajo el nivel de calorías ingerido.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no		
(1) raramente (hasta 1 x /mes)		
(2) ocasionalmente (hasta 1 x/semana)		
(3) frecuentemente (hasta 1 x/día)		
(4) muy frecuentemente (varias veces al día)	_____	_____

15. He regurgitado comida ya tragada, para volver a masticarla.

últimos 3 meses | máximo desarrollo antes

(0) no
(1) raramente (hasta 1 x /mes)
(2) ocasionalmente (hasta 1 x/semana)
(3) frecuentemente (hasta 1 x/día)
(4) muy frecuentemente (varias veces al día)

_____ _____

16. A pesar de que otros (p.ej. médicos) decían que era demasiado flaco/a, yo me encontraba más bien gorda.

últimos 3 meses | máximo desarrollo antes

(0) ha sido el caso
(1) ha sido ligeramente el caso
(2) ha sido claramente el caso
(3) ha sido intensamente el caso
(4) ha sido muy intensamente el caso
(5) tanto yo, como mis médicos opinaban que era demasiado gorda

_____ _____

17. (En caso de que haya tenido alguna vez peso insuficiente) He hecho caso omiso de que mi peso insuficiente podía perjudicar mi salud.

últimos 3 meses | máximo desarrollo antes

(0) no, nunca
(1) ha sido ligeramente el caso
(2) ha sido claramente el caso
(3) ha sido intensamente el caso
(4) ha sido muy intensamente el caso
(5) no he tenido nunca peso insuficiente

_____ _____

18. Sólo para mujeres: **Edad en años**

A qué edad tuvo su primera menstruación? _____

- **19. Desde entonces mi menstruación ha sido:**

(0) normal o regular
(1) he tenido menstruación, pero muy irregularmente
(2) sólo con la ayuda de preparados de hormonas
(3) retraso de la menstruación durante mínimo 3 meses seguidos (amenorrea secundaria)
(4) Retraso de la menstruación durante mínimo 6 meses seguidos
(5) nunca he tenido menstruación (amenorrea primaria)
(6) sin menstruación por embarazo
(7) Tomo la píldora. Se desconoce, si la menstruación se retrasaría sin píldora.
(8) no ha venido al caso (sexo masculino, extirpación del útero)

Últimos 6 meses | Mayor trastorno de la menstruación antes

_____ _____

20. Si ha existido amenorrea secundaria: Qué edad tenía Vd., cuando su menstruación se retrasó por 1ª vez más de 3 meses?

Edad en años

_____

21.b He tenido ataques compulsivos de comer, durante los cuales comía en poco tiempo (por lo general, menos de 2 horas) grandes cantidades de alimentos (sería considerada una gran cantidad también por otras personas.)

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no		
(1) ligeramente		
(2) claramente		
(3) intensamente		
(4) muy intensamente		
	_____	_____

21.a Cuántas calorías ingería aproximadamente durante esos ataques compulsivos de comer?

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) No he tenido ataques compulsivos de comer		
(1) menos de 1000 kcal por ataque		
(2) más de 1000 kcal por ataque		
(3) más de 3000 kcal por ataque		
(4) más de 5000 kcal por ataque	_____	_____

22. El transcurso de mis ataques compulsivos de comer han evolucionado de la siguiente manera a lo largo del tiempo (meses/años) (marque con una cruz la opción correcta)

a lo largo de los los años

(0) ningún ataque de comida compulsiva

(1) cortos episodios de comida compulsiva con intervalos libres alargados (ataques de hasta un 30 % del tiempo)

(2) Períodos con ataques compulsivos de comer e intervalos libres de aproximadamente igual duración (ataques de un 30-60 % del tiempo)

(3) Episodios alargados de ataques compulsivos de comer interrumpidos solamente por cortos intervalos libres (ataques de un 60-90 % del tiempo)

(4) En esencia, desarrollo crónico (prácticamente) sin intervalos libres (ataques de un 90-100 % del tiempo)

_____

23. Dentro de un período de tres meses, ¿con qué frecuencia tenía Vd. evidentes ataques compulsivos de comer (es decir, más de aprox. 1000 kcal por ataque)?

	últimos 3 meses	máximo desarrollo a lo largo de 3 meses antes
(0) nunca		
(1) raramente (aprox. 1-4 veces al mes)		
(2) ocasionalmente (una media de mínimo 2 x/semana)		
(3) frecuentemente (hasta 1 x/día)		
(4) muy frecuentemente (varias veces al día)		
(5) como mínimo 2 x/semana, pero no más de 3 meses, ni durante más tiempo	_____	_____

24. Dentro de un período de seis meses, ¿con qué frecuencia tenía Vd. ataques compulsivos de comer?

	últimos 6 meses	máximo desarrollo a lo largo de 6 meses antes
(0) nunca		
(1) raramente (aprox. 1-4 veces al mes)		
(2) ocasionalmente (una media de mínimo 2 x/semana)		
(3) frecuentemente (hasta 1 x/día)		
(4) muy frecuentemente (varias veces al día)		
(5) como mínimo 2 x/semana, pero no más de 6 meses, ni durante más tiempo	_____	_____

25. Por lo general, los ataques compulsivos de comer tenían lugar en dos días distintos de la semana.

	últimos 3 meses	antes
(0) no		
(1) si		
(8) no tenía ataques	_____	_____

26. Durante mis ataques compulsivos de comer tenía la sensación de perder el control sobre la comida.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no		
(1) ligeramente		
(2) claramente		
(3) intensamente		
(4) muy intensamente		
(8) se suprime (sin ataques)	_____	_____

27. Mis ataques compulsivos de comer se caracterizaban por:

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
- durante los ataques comía mucho más rápido de lo habitual.		
(0) no		
(1) si		
(8) no tenía ataques	_____	_____
- durante los ataques comía hasta que me sentía desagradablemente lleno/a.		
(2) no		
(3) si		
(8) no tenía ataques	_____	_____
- durante el ataque comía grandes cantidades de alimentos sin sentir físicamente hambre.		
(4) no		
(5) si		
(8) no tenía ataques	_____	_____

- durante el ataque comía sólo/a, porque sentía vergüenza por la cantidad que comía.

(6) no
(7) si
(8) no tenía ataques _____ _____

- después del ataque sentía asco de mi mismo, me sentía deprimido/a o extremamente culpable.

(8) no
(9) si
(8) no tenía ataques _____ _____

28. Mis ataques compulsivos de comer me suponían una carga psíquica.

(5) no — últimos 3 — máximo desarrollo antes
(6) ligeramente
(7) claramente
(8) intensamente
(9) muy intensamente (p.ej. desesperación)
(8) se suprime, por no haber ataques _____ _____

29. Comía durante todo el día o por la tarde, p.ej. cocinando o viendo la tele. (ataques compulsivos de comer atípicos)

(0) no — últimos 3 — máximo desarrollo antes
(1) ligeramente
(2) claramente (más de 1000 kcal. fuera de las comidas)
(3) intensamente (más de 3000 kcal. fuera de las comidas)
(4) muy intensamente (más de 5000 kcal. fuera de las comidas) _____ _____

30. Cómo percibía la sensación de saciedad después de haber comido mucho?

(7) como muy desagradable — últimos 3 — máximo desarrollo antes
(6) claramente desagradable
(5) ligeramente desagradable
(0) ni agradable, ni desagradable
(1) ligeramente agradable
(2) claramente agradable
(3) intensamente agradable
(4) muy intensamente agradable
(8) no viene al caso (sin “ataques atípicos”) _____ _____

31. Este comer constante durante horas se ha producido:

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) nunca		
(1) raramente o a lo largo de un tiempo prolongado (mínimo tres meses)		
(2) repetidamente (como mínimo 2 x/semana)(como mínimo durante tres meses)		
(3) frecuentemente y durante un tiempo prolongado (hasta 1 x/día durante mínimo tres meses)		
(4) muy frecuentemente (varias veces al día o cada día, comida ininterrumpida durante mínimo tres meses)		
(5) como mínimo 2 por semana, pero no más de 3 meses, ni durante más tiempo	_____	_____

32. Este comer constante durante horas se ha producido también durante períodos de un mínimo de 6 meses:

	últimos 6 meses	máximo desarrollo
(0) nunca		
(1) raramente		
(2) ocasionalmente, como mínimo una media de2 x por semana		
(3) frecuentemente (hasta 1 x/día)		
(4) muy frecuentemente (varias veces al día)		
(5) como mínimo 2 x por semana, pero no más de 6 meses, ni durante más tiempo	_____	_____

33. He reaccionado al estrés o al agobio comiendo más.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no		
(1) ha sido el caso ligeramente		
(2) ha sido el caso claramente		
(3) ha sido el caso muy claramente		
(4) ha sido el caso muy intensamente	_____	_____

34. Tenía un fuerte deseo o impulso de comer y estaba ansioso por comer alimentos que normalmente evito, como p.ej. chocolate, galletas, nueces,, patatas fritas.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) nunca		
(1) raramente		
(2) ocasionalmente		
(3) frecuentemente		
(4) muy frecuentemente	_____	_____

35. Ha ocurrido que vomité alimentos para evitar un aumento de peso o para aliviarme.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) nunca		
(1) vómitos raros (menos de 2 x/semana)		
(2) vómitos ocasionales a repetidos (como mínimo 2 x/ semana)		
(3) vómitos frecuentes (hasta 1x día)		
(4) vómitos muy frecuentes (varias veces al día)	_____	_____

35. b La mayoría de las veces, provocaba el vómito yo mismo/a.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no		
(1) si		
(8) no viene al caso	_____	_____

36. He tomado laxantes

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no		
(1) raramente (menos de 2 x/semana)		
(2) repetidamente (como mínimo 2 x/semana) – dosis baja		
(3) frecuentemente (hasta 1x día) – equivalente a una dosis diaria alta		
(4) muy frecuentemente (varias veces al día), equivalente a una dosis diaria muy alta	_____	_____

37. He tomado diuréticos para reducir mi peso de esta forma.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no		
(1) raramente (menos de 2 x/semana)		
(2) repetidamente (como mínimo 2 x/semana) – dosis moderada		
(4) frecuentemente (hasta 1x día) – dosis alta		
(5) muy frecuentemente (varias veces al día), es decir, dosis muy alta	_____	_____

38. He tomado inhibidores del apetito, para así alcanzar una figura más delgada.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no		
(1) raramente (menos de 2 x/semana) – dosis baja		
(2) repetidamente (como mínimo 2 x/semana) – dosis moderada		
(3) frecuentemente (hasta 1x día) – o dosis relativamente alta		
(4) muy frecuentemente (varias veces al día), o dosis muy alta	_____	_____

39. He tomado medicamentos para aumentar la actividad del tiroides, para así alcanzar una figura más delgada.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no		
(1) raramente (menos de 2 x/semana) – dosis baja		
(2) repetidamente (como mínimo 2 x/semana) – dosis moderada		
(3) frecuentemente (hasta 1x día) – o dosis relativamente alta		
(5) muy frecuentemente (varias veces al día), o dosis muy alta	_____	_____

40. Siendo diabético/a he descuidado mis tratamientos de insulina para aís alcanzar una figura más delgada.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no		
(1) raramente		
(2) repetidamente		
(3) frecuentemente		
(4) muy frecuentemente		
(8) se suprime (sin diabetes)	_____	_____

41. He estado más de 24 horas sin comer, para aís alcanzar una figura más delgada.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no		
(1) raramente (1 día/mes)		
(2) repetidamente (1 día/semana)		
(3) frecuentemente (hasta 1 semana seguida)		
(4) muy frecuentemente (durante más de 1 semana)	_____	_____

42. He realizado mucho movimiento corporal.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no		
(1) raramente (menos de 2 x/semana)		
(2) repetidamente (como mínimo 2 x/semana)		
(3) frecuentemente (hasta 1x día)		
(4) muy frecuentemente (varias veces al día)	_____	_____

43. He utilizado enemas, para evitar el auento de peso.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no		
(1) raramente (menos de 2 x/semana)		
(2) repetidamente (como mínimo 2 x/semana)		
(3) frecuentemente (hasta 1x día)		
muy frecuentemente (varias veces al día	_____	_____

- **44. He tomado cosas (como p.ej. ipecacuana) que me ayudaban provocar vómito.**

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no		
(1) raramente (menos de 2 x/semana) – dosis baja		
(2) repetidamente (como mínimo 2 x/semana) – dosis moderada		
(3) frecuentemente (hasta 1x día) – o dosis relativamente alta		
(4) muy frecuentemente (varias veces al día) o dosis muy alta	_____	_____

- **45. Hay diversas posibilidades inadecuadas de impedir un aumento de peso. ¿Con qué frecuencia ha tenido Vd. las siguientes conductas?: 1) vómitos, 2) abuso de laxantes, 3) uso de medicamentos diuréticos, 4) uso de inhibidores del apetito, 5) uso de un medicamento para el aumento de la actividad del tiroides, 6) descuido de un tratamiento de insulina necesario, 7) ayuno, 8) movimiento corporal excesivo, 9) enemas o 10) uso de ipecacuana.**

	últimos 3 meses	antes
(0) no (nunca he hecho algo semejante)		
(1) He empleado una o varias de las 10 conductas arriba enumeradas y en su conjunto como mínimo 2 x por semana durante un período de 3 meses o más.		
(2) He empleado una o varias de las 10 conductas arriba enumeradas y en su conjunto menos de 2 x por semana durante un período de 3 meses o más.		
(3) He empleado una o varias de las 10 conductas arriba enumeradas y en su conjunto como mínimo 2 x por semana durante menos de 3 meses.		
(4) He empleado una o varias de las 10 conductas arriba enumeradas y en su conjunto menos de 2 x por semana durante un período más corto de 3 meses.	_____	_____

- **46.a En los períodos, durante los cuales llevaba a cabo conductas como las arriba mencionadas, mi peso mínimo fue** _____kg

46.b En los períodos, durante los cuales empleaba medidas, como se enumeran más arriba, se producían también claros "ataques de voracidad" (más de 1000 kcal.).

	últimos 3 meses	antes
(0) no		
(1) si		
(8) no ha habido medidas	_____	_____

47. Como medidas contra el aumento de peso he empleado:

	últimos 3	antes meses
(0) **Regímenes, ayuno** o mucho **movimiento corporal** (deporte etc.); no he empleado prácticamente nunca alguna de las demás medidas (p.ej. vómito) arriba enumeradas.		
(1) He provocado frecuentemente **vómitos** o he tomado **laxantes**, medicamentos **diuréticos**, **inhibidores del apetito**, **enemas**, medicamentos para el aumento de la **actividad del tiroides** o remedios como p.ej. la **ipecacuana** (también podían surgir régimenes, ayunos o movimiento excesivo).		
(3) He tenido tanto fases como la descrita en (0), como del tipo se describe en el (1).		
(8) Nunca he empleado **medidas contra el aumento de peso de ningún tipo** (régimenes, ayuno, vómitos etc.).	_____	_____

- **48. ¿Ha habido alguna época en la que Vd. reunía las siguientes 4 condiciones al mismo tiempo?:**
  1. Peso bajo (aproximadamente el peso mínimo indicado por Vd.)
  2. Miedo intenso o pánico a ganar peso
  3. La sensación de ser demasiado gordo/a o una clara dependencia de la autoestima de su figura o su peso o el hacer caso omiso de las posibles consecuencias negativas de su peso insuficiente
  4. El retraso de la primera menstruación o el retraso de la menstruación durante un mínimo de 3 meses o el sostenimiento de la menstruación solamente mediante hormonas (p.ej. la píldora) o irregularidades de la menstruación

	últimos 3 meses	antes
(0) no, nunca se han reunido las 4 condiciones al mismo tiempo		
(1) si, ha habido una época en la que se reunían las cuatro condiciones al mismo tiempo	_____	_____

En caso afirmativo, ¿qué edad tenía Vd., cuándo se reunieron Estas condiciones por primera vez al mismo tiempo? _____años

49.a <u>Durante</u> (un) <u>episodio(s) anoréxico(s)</u> (es decir, peso insuficiente, miedo a ganar peso, autoestima dependiente de figura y peso) <u>tuve "ataques de voracidad"</u> (más de 1000 kcal).

	últimos 3	antes
(0) nunca		
(1) si, pero no con regularidad		
(2) si, regularmente		
(3) ha habido tanto episodios anoréxicos, en los que tenía "ataques de voracidad", como episodios en los que no los tenía.		
(8) No ha sido el caso, porque nunca he sido anoréxico/a	_____	_____

49.b <u>Durante</u> (un) <u>episodio</u>(s) <u>anoréxico</u>(s) hacía con regularidad cosas con la intención de reducir mi peso, como p.ej. vomitar, tomar laxantes, medicamentos diuréticos, inhibidores del apetito, enemas, ipecacuana o medicamentos para aumentar la actividad del tiroides.

	últimos 3	antes
(0) nunca		
(1) si, pero no con regularidad		
(2) si, regularmente		
(3) ha habido tanto episodios anoréxicos en los que empleaba medidas contra el aumento de peso como las mencionadas, como episodios en los que no las usaba.		
(8) Se suprime, porque nunca he sido anoréxico/a	_____	_____

50. ¿Ha habido alguna época en la que Vd. reunía las siguientes 4 condiciones al mismo tiempo?:

.Ataques compulsivos de comer, durante los cuales Vd. ingería grandes cantidades de alimentos en poco tiempo, teniendo al mismo tiempo la sensación de haber perdido el control sobre la comida.

1. Empleo regular de medidas inadecuadas para impedir un aumento de peso, como p.ej. vómitos provocados, uso de laxantes, diuréticos, inhibidores del apetito, medicamentos para el aumento de la actividad del tiroides o revulsivos, descuido de un tratamiento de insulina siendo diabético, ayuno durante más de 24 horas, movimiento corporal excesivo, enemas.
2. Ataques compulsivos de comer o medidas para impedir un aumento de peso tuvieron lugar en el mismo espacio de tiempo de 3 meses y como mínimo 2 x por semana.
3. Mi autoestima dependía altamente de mi figura y peso.

	últimos 3 meses	antes
(0) no, nunca se han reunido las cuatro condiciones al mismo tiempo		
(2) si, ha habido una época en la que se reunían las cuatro condiciones al mismo tiempo	_____	_____

En caso afirmativo, ¿qué edad tenía Vd., cuando estas condiciones se reunieron por primera vez al mismo tiempo? _____años

51.a ¿Los "ataques compulsivos de comer" aparecían exclusivamente durante épocas en la que Vd. comía lo menos posible o intentaba mantener su peso lo más bajo posible?

	últimos 3 meses	antes
(0) no		
(1) si		
(8) no ha sido el caso (sin "ataques de voracidad")	_____	_____

51.b ¿Ha empleado Vd. medidas inadecuadas con la intención de combatir un aumento de peso exclusivamente en épocas en las que comía lo menos posible o que intentaba mantener su peso lo más bajo posible? (véase también pregunta 49.b)

	últimos 3 meses	antes
(0) no		
(1) si		
(8) no ha sido el caso (sin medidas contra el aumento de peso)	_____	_____

52. ¿Ha habido alguna época en la que Vd. reunía las siguientes 5 condiciones <u>al mismo tiempo</u>?:

1. <u>Ataques compulsivos de comer,</u> durante los cuales Vd. ingería grandes cantidades de alimentos en poco tiempo, teniendo al mismo tiempo la sensación de haber perdido el control sobre la comida.
2. Con respecto a mis ataques compulsivos de comer, al menos tres de las siguientes características son ciertas: comía inusualmente rápido; comía hasta que apareciera una sensación de saturación desagradable; comía grandes cantidades sin sentir físicamente hambre; comía sólo/a; después de los ataques me sentía asqueado/a, deprimido/a o culpable.
1. Me sentía preocupado/a incluso despesperado/a por mis ataques
2. Los ataques compulsivos de comer aparecían como mínimo en dos días de la semana distintos y durante un mínimo de 6 meses.
4. No utilizaba ninguna medida para evitar un aumento de peso durante este período(ni vómitos, ni laxantes, etc.)

	últimos 3 meses	antes
(0) no, nunca se han reunido las cinco condiciones al mismo tiempo		
(1) si, ha habido una época en la que se reunían las cinco condiciones al mismo tiempo	_____	_____

En caso afirmativo, ¿qué edad tenía Vd., cuando estas condiciones se reunieron por primera vez al mismo tiempo? _____años

53. Mi rendimiento en clase y en el trabajo o en el hogar disminuyó en el curso del trastorno alimenticio y/o el mismo rendimiento me costó más esfuerzo/energía.

	últimos 3 meses	máximo perjuicio antes
(0) ningún perjuicio del rendimiento		
(1) el mismo rendimiento que antes, pero con más aplicación y esfuerzo		
(2) rendimiento claramente disminuido		
(3) rendimiento notablemente disminuido		
(4) rendimiento muy notablemente disminuido o incapacidad total de trabajar	_____	_____

54.a Tenía _____años, cuando empezó el trastorno alimenticio. _____años

54.b Tenía _____años, cuando tuve por primera vez ataques compulsivos de comer. _____**años**

54.c Entonces, inicialmente se presentaron los siguientes síntomas:

_____
_____
_____

55. Sufría estreñimiento.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no		
(1) raramente		
(2) repetidamente		
(3) frecuentemente		
muy frecuentemente	_____	_____

56. Había cosas o actos que tenía que repetir o controlar compulsivamente, porque me ponía inquieto/a o tenso/a, si no lo hacía (p.ej. revisar puertas o interruptores una y otra vez o tocar o contar determinadas cosas una y otra vez).

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no era el caso		
(1) era ligeramente el caso		
(2) era claramente el caso		
(3) era intensamente el caso		
(4) era muy intensamente el caso	_____	_____

57. Me lavaba repetidamente o limpiaba compulsivamente una y otra vez, aunque en realidad debería haber estado limpio desde hace mucho.

	últimos 3 meses antes	máximo desarrollo
(0) no		
(1) ligeramente		
(2) claramente		
(3) intensamente		
(4) muy intensamente	_____	_____

58. A veces tenía ideas fijas (aparte de la comida) que aparecían contra mi voluntad y de las que no me podía liberar fácilmente.

	últimos 3 meses antes	máximo desarrollo
(0) no era el caso		
(1) era ligeramente el caso		
(2) era claramente el caso		
(3) era intensamente el caso		
(4) era muy intensamente el caso	_____	_____

59. Tenía costumbres de comida fijas y me irritaba el que se me impidiera cumplirlas.

	últimos 3 meses antes	máximo desarrollo
(0) no era el caso		
(1) era ligeramente el caso		
(2) era claramente el caso		
(3) era intensamente el caso		
(4) era muy intensamente el caso	_____	_____

60. Me ocupaban la mente muchas cosas que tenían que ver con la comida, los alimentos, la cocina y las calorías.

	últimos 3 meses antes	máximo desarrollo
(0) no era el caso		
(1) era ligeramente el caso		
(2) era claramente el caso		
(3) era intensamente el caso		
(4) era muy intensamente el caso	_____	_____

61. Mis pensamientos giraban mucho alrededor de cómo podía adelgazar (o mantenerme delgado/a) y de cómo me veían los demás.

	últimos 3 meses antes	máximo desarrollo
(0) no era el caso		
(1) era ligeramente el caso		
(2) era claramente el caso		
(3) era intensamente el caso		
(4) era muy intensamente el caso	_____	_____

62. Tenía la sensación de encontrarme desamparado/a, hallarme en un callejón sin salida y de mi propia insuficiencia, ya que nada de lo que pudiera hacer cambiaría nada realmente.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no era el caso		
(1) era ligeramente el caso		
(2) era claramente el caso		
(3) era intensamente el caso		
(4) era muy intensamente el caso	_____	_____

63. A veces tenía la impresión que apenas me daba cuenta de, si tenía hambre o no, o si me dolía algo.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no era el caso		
(1) era ligeramente el caso		
(2) era claramente el caso		
(3) era intensamente el caso		
(4) era muy intensamente el caso	_____	_____

64. Me sentía triste y mi estado de ánimo era depresivo.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no era el caso		
(1) era ligeramente el caso		
(2) era claramente el caso		
(3) era intensamente el caso		
(4) era muy intensamente el caso	_____	_____

65. Tendía a pensar en términos extremos (p.ej. si no apruebo el examen, seré un/a absoluto/a fracasado/a) y de ser muy sensible ante la crítica de los demás.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no era el caso		
(1) era ligeramente el caso		
(2) era claramente el caso		
(3) era intensamente el caso		
(4) era muy intensamente el caso	_____	_____

66. Me faltaba confianza en mis propias capacidades, p.ej. de llevar a cabo tareas pendientes o de poder saber desenvolverme en el contacto con otras personas.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no era el caso		
(1) era ligeramente el caso		
(2) era claramente el caso		
(3) era intensamente el caso		
(4) era muy intensamente el caso	_____	_____

67. Me sentía inferior o que no valía nada y tenía una autoestima muy baja.

	últimos 3 meses	antes
(0) no era el caso		
(1) era ligeramente el caso		
(2) era claramente el caso		
(3) era intensamente el caso		
(4) era muy intensamente el caso	_____	_____

68. Tenía pensamientos de quitarme la vida.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) nunca		
(1) raramente/poco concreto		
(2) ocasionalmente/más bien concreto		
(3) frecuentemente/concreto		
(4) muy frecuentemente/muy concreto	_____	_____

69. He llegado a hacer el intento de quitarme la vida (intento de suicidio).

	últimos 3 meses	antes
(0) nunca		
(1) intentos débiles, que pasaron desapercibidos por los demás y sin consecuencias		
(2) un intento serio o varios débiles		
(3) hasta 3 intentos serios		
(4) más de 3 intentos serios	_____	_____

70. He llegado a herirme intencionadamente con un objeto afilado o puntiagudo o a provocarme daño físico de otra forma.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) nunca		
(1) raramente/ligeramente		
(2) ocasionalmente hasta repetidamente/claramente		
(3) frecuentemente/gravemente		
(4) muy frecuentemente/muy gravemente	_____	_____

71. He tomado alcohol.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no		
(1) a veces, p.ej. una copa de vino/cerveza		
(2) un promedio diario de p.ej. una copa de vino/cerveza		
(3) un promedio diario de p.ej. 1l de vino/2 l de cerveza		
(4) un promedio diario de p.ej. más de 1l de vino/2 l de cerveza	_____	_____

72. He tomado medicamentos tranquilizantes de receta obligatoria.

	últimos 3 meses	máximo antes
(0) nunca		
(1) exactamente según prescripción médica		
(2) ocasionalmente o en dosis bajas		
(3) frecuentemente o en dosis altas		
(4) muy frecuentemente o en dosis muy altas.		
¿Cuáles?:	_____	_____

73. He llegado a tomar las siguientes drogas sin indicación médica:

	últimos 3 meses	antes
- Alucinógenos (p.ej. hachís, LSD)		
(0) no		
(1) si, ¿cuáles?: _____	_____	_____
- Estimulantes (p.ej. anfetaminas)		
(0) no		
(1) si, ¿ cuáles?: _____	_____	_____
- Morfinatos (p.ej. heroína, morfina)		
(0) no		
(1) si, ¿ cuáles?: _____	_____	_____

Si ha tomado alucinógenos, estimulantes o morfiatos, ¿con qué frecuencia?:

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) nunca		
(1) raramente		
(2) ocasionalmente o dosis bajas		
(3) frecuentemente o dosis altas		
(4) muy frecuentemente o dosis muy altas	_____	_____

74. ¿Ha tenido alguna vez una cita con un joven/hombre (o una joven/mujer) o ha llegado a intimar físicamente con él/ella?

(0) no		
(1) si	_____	_____

75. **Mi deseo sexual estaba alterado.**	últimos 3 meses	máxima disminución antes
(0) no (deseo sexual correspondiente a la edad)		
(1) ligera disminución del deseo sexual		
(2) clara disminución del deseo sexual		
(3) ausencia de deseo sexual		
(4) deseo sexual aumentado	_____	_____

76. Era reservado/a y miedoso/a, cuando tenía que entrar en contacto íntimo (caricias, besos, petting, acto sexual)

	últimos 3 meses	reserva antes
(0) no era el caso		
(1) era ligeramente el caso		
(2) era claramente el caso		
(3) era intensamente el caso		
(4) era muy intensamente el caso	_____	_____

77. Tengo o he tenido una relación de pareja estable.

	últimos 3 meses	antes
(0) si, estrecha relación estable		
(1) si, relación estable con muchas tensiones y conflictos o con ligero distanciamiento		
(2) cambio frecuente o largos períodos sin pareja o claro distanciamiento		
(3) muy raramente o gran distanciamiento		
(4) sin relación de pareja	_____	_____

78. He tenido contactos sexuales antes.

	últimos 3 meses	estado más limitado antes
(0) relaciones sexuales con acto sexual		
(1) sin acto sexual, pero frecuentemente petting		
(2) ocasionalmente caricias, raramente petting		
(3) relación de pareja sin contacto corporal		
(4) ninguna relación cercana a una pareja	_____	_____

79. ¿En qué medida ha aprovechado Vd. activamente su tiempo libre? (p.ej. hobbies, clubes, partidos, deporte, excursiones, paseos, exposiciones, bares, leer, escuchar música, etc.)

	últimos meses	estado más limitado antes
(0) variada y activamente (constantemente realizo alguna actividad)		
(1) ligera limitación de las actividades de tiempo libre (casi siempre, realizo alguna actividad)		
(2) clara limitación de las actividades de tiempo libre (a veces, realizo alguna actividad)		
(3) actividades de tiempo libre notablemente limitadas (raramente, realizo alguna actividad)		
(4) actividades de tiempo libre muy notablemente limitadas (nunca realizo actividad alguna)	_____	_____

80. He tenido contactos con amigos y conocidos y salía con ellos.

	últimos 3 meses	estado más limitado antes
(0) especialmente muchos contactos sociales		
(1) muchos contactos sociales		
(2) pocos contactos sociales		
(3) especialmente pocos contactos sociales		
(4) prácticamente ningún contacto social	_____	_____

81. Tenía a alguien en quien confiar absolutamente. Tenía a alguien que sabía que siempre estaría, si necesitara su ayuda, apoyo o consuelo.

	últimos 3 meses	situación más solitaria antes
(0) amistad muy estrecha y de confianza		
(1) hay amistad, posibilidad de conversar sobre temas personales		
(2) amistad menos estrecha, excepcionalmente conversaciones sobre temas personales		
(3) sólo relación de conocidos, excluyendo conversaciones sobre temas personales		
(4) ni relación de amistad, ni de conocidos	_____	_____

82. Tendía a evitar el contacto con otras personas y a retirarme.

	últimos 3 meses	retiro más acentuado antes
(0) no era el caso		
(1) era ligeramente el caso		
(2) era claramente el caso		
(3) era intensamente el caso		
(4) era muy intensamente el caso	_____	_____

83. Tendía a esconder o disminuir la importancia de mi trastorno alimenticio ante otras personas.

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no era el caso		
(1) era ligeramente el caso		
(2) era claramente el caso		
(3) era intensamente el caso		
(4) era muy intensamente el caso	_____	_____

84. ¿Cómo valora Vd. en general la gravedad de su trastorno alimenticio?

	últimos 3 meses	máximo desarrollo antes
(0) no tengo trastorno alimenticio		
(1) ligero trastorno alimenticio. Los problemas de la vida pueden resolverse sin tratamiento		
(2) claro trastorno alimenticio, para el cual es suficiente una terapia ambulatoria		
(3) grave trastorno alimenticio. Requiere tratamiento hospitalario o ambulatorio muy intenso		
(4) trastorno alimenticio muy grave. Imprescindible tratamiento hospitalario	_____	_____

85. He llegado a visitar a un psiquiatra o neurólogo.

	últimos 3 meses	antes
(0) no		
(1) si	_____	_____

¿Cuál fue su diagnóstico?: ¿qué problema tenía Vd.?

_____

_____

86. Tengo una enfermedad física grave.

	últimos 3 meses	antes
(0) no		
(1) si	_____	_____

¿Cuál? _____

_____

87. He tomado psicofármacos (p.ej. antidepresivos) de receta obligatoria .

	últimos 3 meses	antes
(0) no		
(1) si	_____	_____

¿Cuáles? _____

_____