

Questionnaire

Over the last 2 weeks, how often have you been bothered by the following problems?

	Not at all	Several Days	More than half of the days	Nearly Every Day
1. Feeling nervous, anxious or on edge				
2. Not being able to stop or control worrying				
3. Worrying too much about different things				
4. Trouble relaxing				
5. Being so restless that it is hard to sit still				
6. Becoming easily annoyed or irritable				
7. Feeling afraid as if something awful might happen				
If you checked off any problems above, how difficult have these problems made it for you to do your work, take care of things at home, or get along with other people?				
Not difficult at all []	Somewhat difficult []	Very difficult []	Extremely difficult []	

	Not at all	Several Days	More than half of the days	Nearly Every Day
8. Little interest or pleasure in doing things.				
9. Feeling down, depressed, or hopeless				
10. Trouble falling or staying asleep, or sleeping too much				
11. Feeling tired or having little energy				
12. Poor appetite or overeating				
13. Feeling bad about yourself — or that you are a failure or have let yourself or your family down				
14. Trouble concentrating on things, such as reading the newspaper or watching television				
15. Moving or speaking so slowly that other people could have noticed? Or the opposite — being so fidgety or restless that you have been moving around a lot more than usual.				
16. Thoughts that you would be better off dead or of hurting yourself in some way				

Questionnaire

Durante las últimas 2 semanas, ¿qué tan seguido le han afectado cualquiera de los siguientes problemas?

Detección del estado de animo	Para nada (0)	Algunos días (1)	Más de la mitad de los días (2)	Casi todos los días (3)
1. Sentirse nervioso(a), ansioso(a), o inquieto?				
2. No poder parar o controlar la preocupación?				
3. Preocuparse mucho sobre diferentes cosas?				
4. Tener problemas para relajarse?				
5. Sentirse tan agitado que no se puede sentarse quieto(a)?				
6. Enojarse o molestarse muy fácilmente?				
7. Sentirse con miedo, como si algo muy malo fuera a suceder?				
Si dijo si a alguno de estos problemas ¿qué tanto estos problemas le han hecho difícil su trabajo, hacerse cargo de su casa o relacionarse con otras personas?				
Nada Difícil []	Algo Difícil []	Muy Difícil []	Extremadamente Difícil []	

	Para nada (0)	Algunos días (1)	Más de la mitad de los días (2)	Casi todos los días (3)
8. Poco interés o placer en hacer las cosas				
9. Se ha sentido decaído(a), deprimido(a), o sin esperanzas				
10. Dificultad para dormir o permanecer dormido(a), o ha dormido demasiado				
11. Se ha sentido cansado(a) o con poca energía				
12. Con poco apetito o ha comido en exceso				
13. Se ha sentido mal con usted mismo(a) – o que es un fracaso o que ha quedado mal con usted mismo(a) o con su familia				
14. Ha tenido dificultad para concentrarse en cosas tales como leer el periódico o ver televisión				
15. ¿Se ha estado moviendo o hablando tan lento que otras personas podrían notarlos?, o por el contrario – ha estado tan inquieto(a) o agitado(a), que se ha estado moviendo mucho más de lo normal				
16. Ha pensado que estaría mejor muerto(a) o se le ha ocurrido lastimarse de alguna manera				