

Identificación ..... Fecha .....

**Evalúe el grado en que evita cada una de las situaciones y lugares que se le muestran a continuación, tanto cuando está solo como cuando está acompañado, debiendo dejar en blanco los ítems no aplicables en su caso, según los siguientes criterios:**

1 = nunca evito    2 = evito alguna vez    3 = evito la mitad de las veces    4 = evito casi siempre    5 = evito siempre

	SOLO					ACOMPANADO									
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
<b>Lugares:</b>															
1. Teatros	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
2. Supermercados	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
3. Clases	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
4. Grandes almacenes	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
5. Restaurantes	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
6. Museos	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
7. Ascensores	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
8. Auditorios o estadios	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
9. Aparcamientos o garajes	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
10. Lugares altos (especificar e indicar la altura)	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
11. Espacios cerrados (ej.: túneles)	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
12. Espacios amplios: Exterior (campo, calles amplias, patios)	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
13. Espacios amplios: Interior (habitaciones grandes, pasillos)	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
<b>Viajar en:</b>															
14. Autobuses	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
15. Trenes	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
16. Metro	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
17. Aviones	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
18. Barcos	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
<b>Conducir o viajar en coche:</b>															
19. Siempre	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
20. Por calles con mucho tráfico	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
<b>Situaciones:</b>															
21. Estar en fila	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
22. Cruzar puentes	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
23. Fiestas o encuentros sociales	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
24. Caminar por la calle	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
25. Estar en casa solo	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
26. Estar lejos de casa	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
27. Otras situaciones (especificar) .....	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

**Indicar el número total de ataques de pánico que se han tenido en los 7 últimos días, teniendo en cuenta que se define un ataque de pánico como:**

- (1) un alto nivel de ansiedad **acompañado de:**
- (2) reacciones corporales intensas (palpitaciones de corazón, sudoración, temblores musculares, mareos náuseas) **con:**
- (3) pérdida transitoria de la capacidad de planificar, pensar o razonar **y:**
- (4) un intenso deseo de escapar o huir de la situación.

**NÚMERO DE ATAQUES**

E.S.

E.A.