



**INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR  
ZUBIRÁN**

Escala de Salud General. GHQ

Instrucciones: Lea cuidadosamente estas preguntas. Nos gustaría saber si usted ha tenido algunas molestias o trastornos y cómo ha estado de salud en las últimas semanas. Conteste a todas las preguntas. Marque con una cruz la respuesta que usted escoja. Queremos saber los problemas recientes y actuales, no los del pasado.

1) Ha podido concentrarse bien en lo que hace?

Mejor que lo habitual \_\_\_\_ Igual que lo habitual \_\_\_\_ Menos que lo habitual \_\_\_\_ Mucho menos que lo habitual \_\_\_\_

2) Sus preocupaciones le han hecho perder mucho sueño?

No, en absoluto \_\_\_\_ No más que lo habitual \_\_\_\_ Bastante más que lo habitual \_\_\_\_ Mucho más \_\_\_\_

3) Ha sentido que está jugando un papel útil en la vida?

Más que lo habitual \_\_\_\_ Igual que lo habitual \_\_\_\_ Menos útil que lo habitual \_\_\_\_ Mucho menos \_\_\_\_

4) Se ha sentido capaz de tomar decisiones?

Más capaz que lo habitual \_\_\_\_ Igual que lo habitual \_\_\_\_ Menos capaz que lo habitual \_\_\_\_ Mucho menos \_\_\_\_

5) Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión?



**INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR  
ZUBIRÁN**

No, en absoluto\_\_\_\_ No más que lo habitual\_\_\_\_ Bastante más que lo habitual\_\_\_\_ Mucho más\_\_\_\_

6) Ha sentido que no puede superar sus dificultades?

No, en absoluto\_\_\_\_ No más que lo habitual\_\_\_\_ Bastante más que lo habitual\_\_\_\_ Mucho más\_\_\_\_

7) Ha sido capaz de disfrutar sus actividades normales de cada día?

Más que lo habitual\_\_\_\_ Igual que lo habitual\_\_\_\_ Menos que lo habitual\_\_\_\_ Mucho menos\_\_\_\_

8) Ha sido capaz de hacer frente a sus problemas?

Más capaz que lo habitual\_\_\_\_ Igual que lo habitual\_\_\_\_ Menos capaz que lo habitual\_\_\_\_ Mucho menos\_\_\_\_

9) Se ha sentido poco feliz y deprimido?

No, en absoluto\_\_\_\_ No más que lo habitual\_\_\_\_ Bastante más que lo habitual\_\_\_\_ Mucho más\_\_\_\_

10) Ha perdido confianza en sí mismo?

No, en absoluto\_\_\_\_ No más que lo habitual\_\_\_\_ Bastante más que lo habitual\_\_\_\_ Mucho más\_\_\_\_

11) Ha pensado que usted es una persona que no vale para nada?



**INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR  
ZUBIRÁN**

No, en absoluto\_\_\_\_ No más que lo habitual\_\_\_\_ Bastante más que lo habitual\_\_\_\_ Mucho  
más\_\_\_\_

12) Se siente razonablemente feliz considerando todas las circunstancias?

Más feliz que lo habitual\_\_\_\_ Aproximadamente lo mismo que lo habitual\_\_\_\_ Menos feliz que lo  
habitual\_\_\_\_ Mucho menos que lo habitual\_\_\_\_