

Questionnaire Session 0

Buenos días, a continuación llevaremos a cabo una serie de preguntas que debe contestar. Si tiene cualquier duda pregunte a la persona encargada de esta evaluación y se la resolverá.

Muchas gracias!

1) Subject ID

([pre_intervention_arm1][screen_id])

Escala de depresión geriátrica

A continuación, le vamos a realizar una serie de preguntas sobre cómo se ha sentido usted la semana pasada.

	No	Si
2) ¿Se ha encontrado usted, básicamente satisfecho con su vida?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3) ¿Ha abandonado muchas de sus actividades e intereses?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4) ¿Ha sentido que su vida está vacía?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5) ¿Se ha aburrido usted, a menudo?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6) ¿Se ha encontrado optimista sobre el futuro?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7) ¿Ha estado preocupado por pensamientos que no puede quitarse de la cabeza?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8) ¿Ha estado de buen humor la mayor parte del tiempo?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9) ¿Ha tenido miedo de que le fuera a ocurrir algo malo?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10) ¿Se ha sentido feliz la mayor parte del tiempo?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11) ¿Se ha sentido desamparado o indefenso a menudo?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12) ¿Ha estado a menudo intranquilo y nervioso?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13) ¿Ha preferido quedarse en casa más que salir y hacer cosas nuevas?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14) ¿Se ha preocupado frecuentemente por el futuro?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15) ¿Ha pensado que ha tenido más problemas de memoria que los demás?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16) ¿Ha pensado que es maravilloso estar vivo?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17) ¿Se ha sentido a menudo desanimado y triste?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18) ¿Se ha sentido usted inútil?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19) ¿Se ha preocupado por cosas del pasado?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20)		

- | | | |
|---|-----------------------|-----------------------|
| ¿Le ha parecido que la vida es emocionante? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 21) ¿Ha encontrado duro empezar nuevos proyectos? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 22) ¿Se ha sentido usted, lleno de energía? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 23) ¿Cree que su situación es desesperada? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 24) ¿Ha pensado que muchas personas se encuentran en mejor situación que usted? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 25) ¿Se ha preocupado, frecuentemente, por cosas sin importancia? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 26) ¿Ha sentido, frecuentemente, ganas de llorar? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 27) ¿Ha tenido problemas para concentrarse? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 28) ¿Se ha encontrado alegre al levantarse por la mañana? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 29) ¿Ha preferido evitar grupos de gente? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 30) ¿Ha sido fácil para usted, tomar decisiones? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 31) ¿Ha sentido que su mente ha estado tan clara como antes? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

32)

33)

Cuestionario lateralidad (mano predominante de uso frecuente para diferentes actividades)**¿Qué mano utiliza para...**

	Mano derecha y me resulta imposible o muy difícil hacerlo con la otra mano	Mano izquierda y me resulta imposible o muy difícil hacerlo con la otra mano	Mano derecha de manera preferente	Mano izquierda de manera preferente	Lo puedo hacer tan bien con una como con otra mano
34) 1. Escribir	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
35) 2. Dibujar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
36) 3. Lanzar un objeto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
37) 4. Lavarse/Cepillarse los dientes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
38) 5. Utilizar un cuchillo (sin tenedor)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
39) 6. Cortar con tijeras	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
40) 7. Comer con la cuchara	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
41) 8. La mano que coloca en la parte superior de la escoba para barrer	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
42) 9. Rascar (encender) una cerilla	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
43) 10. Levantar la tapa de una caja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

44) Puntuación para coeficiente lateralidad: Right

45) Puntuación para coeficiente lateralidad: Left

46) Coeficiente de lateralidad (LQ)

Cuestionario de autoevaluación de la condición física Por favor, piensa sobre tu nivel de condición física (Comparado con tus amigos) y elige la opción más adecuada.

	Muy mala	Mala	Aceptable	Buena	Muy buena
47) 1. Mi condición física general es	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
48) 2. Mi condición física cardio-respiratoria (capacidad para hacer ejercicio, por ejemplo, correr durante mucho tiempo) es:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
49) 3. Mi fuerza muscular es:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
50) 4. Mi velocidad / agilidad es:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
51) 5. Mi flexibilidad es:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>