

Cuestionario de la calidad de su vida

Utilicen el siguiente esquema para indicar su nivel de satisfacción con su vida diaria. Escoja cualquier numero entre 1 y 9 e indica lo que escogió abajo.

1= extremadamente insatisfecho
2= muy insatisfecho
3= moderadamente insatisfecho
4= medio insatisfecho
5= neutral

6= medio satisfecho
7= moderadamente satisfecho
8= muy satisfecho
9= súper feliz

1. _____ humor (sentimientos de tristeza, preocupación, felicidad)
2. _____ Auto estima
3. _____ comodidad en situaciones sociales
4. _____ energía y el sentirse saludable
5. _____ apariencia general
6. _____ problemas de salud
7. _____ apariencia general
8. _____ tiempo libre y actividades recreativas
9. _____ habilidad de moverse y actividad física
10. _____ hábitos de comer
11. _____ imagen del cuerpo
12. _____ calidad de su vida

