ALS

Escala de Labilidad Afectiva (ALS)

La ALS es un cuestionario autoaplicado diseñado para medir la labilidad afectiva, es decir, la tendencia a experimentar cambios de humor rápidos, marcados y difíciles de regular. Explora la frecuencia y la intensidad de las oscilaciones emocionales, en particular entre estados como la ansiedad, la tristeza, la ira y el estado de ánimo elevado. La ALS se utiliza en la práctica clínica y en investigación para documentar la inestabilidad emocional, en particular en los trastornos de la personalidad, algunos trastornos del estado de ánimo y los problemas de desregulación emocional. No es una herramienta diagnóstica por sí sola, pero proporciona una medida útil de la gravedad de la labilidad afectiva y de su repercusión clínica.

Número de preguntas	54 preguntas
Duración estimada	10 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Affective Lability Scale
Población destinataria	Adultos
Autores	Philip D. Harvey, Barbara R. Greenberg, Mark R. Serper (1989)
Categoría	Trastornos del estado de ánimo, Regulación emocional

Vista previa de las 54 preguntas

Mis patrones de sueño cambian de épocas en las que duermo perfectamente a épocas en las que tengo insomnio y no consigo dormir bien en absoluto.

- Nada característico de mí, no me describe en absoluto
- Poco característico de mí, me describe poco
- Bastante característico de mí, me describe bastante bien
- Muy característico de mí, me describe totalmente

Hay momentos en los que me siento muy inquieto/a y, poco después, no me siento nada inquieto/a.

- Nada característico de mí, no me describe en absoluto
- Poco característico de mí, me describe poco
- Bastante característico de mí, me describe bastante bien
- Muy característico de mí, me describe totalmente

Hay momentos en los que estoy tan nervioso/a que me siento aturdido/a o mareado/a y, poco después, me siento tan triste que me cuesta motivarme para hacer cualquier cosa.

Nada característico de mí, no me describe en absoluto | Poco característico de mí, me describe poco

Bastante característico de mí, me describe bastante bien | Muy característico de mí, me describe totalmente

Con frecuencia paso de preocuparme más que los demás a no preocuparme mucho más que cualquier otra persona.

Nada característico de mí, no me describe en absoluto | Poco característico de mí, me describe poco

Bastante característico de mí, me describe bastante bien | Muy característico de mí, me describe totalmente

A veces me siento tan relajado/a como cualquiera y, en cuestión de minutos, me pongo tan nervioso/a que me siento aturdido/a y mareado/a.

Nada característico de mí, no me describe en absoluto | Poco característico de mí, me describe poco

Bastante característico de mí, me describe bastante bien | Muy característico de mí, me describe totalmente

Corrección e interpretación

Cada ítem se puntúa en una escala tipo Likert de 4 puntos, de 0 a 3, según en qué medida la afirmación describe a la persona. La puntuación total es la suma de los ítems; también pueden calcularse subpuntuaciones para las dimensiones definidas por la versión utilizada. Una puntuación alta indica una mayor inestabilidad emocional y cambios de humor más frecuentes o más intensos. No existe un punto de corte diagnóstico universal; la interpretación debe basarse en las normas disponibles, el contexto clínico y una evaluación global.