

Cuestionario de Sensaciones Corporales (BSQ)

El Cuestionario de Sensaciones Corporales (BSQ) es un instrumento diseñado para medir la intensidad y la frecuencia de las sensaciones corporales que las personas asocian a la ansiedad. Evalúa los miedos somáticos que se observan a menudo en pacientes con trastorno de pánico y otros trastornos de ansiedad.

Número de preguntas	17 preguntas
Duración estimada	4 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Body Sensations Questionnaire
Población destinataria	Adultos
Autores	David L. Chambless (1984)
Categoría	Ansiedad

Vista previa de las 17 preguntas

¿Cuánto miedo le produce esta sensación?

Palpitaciones

No me asusta en absoluto | Me asusta algo | Me asusta moderadamente | Me asusta mucho | Me asusta extremadamente

¿Cuánto miedo le produce esta sensación?

Presión o sensación de pesadez en el pecho

No me asusta en absoluto | Me asusta algo | Me asusta moderadamente | Me asusta mucho | Me asusta extremadamente

¿Cuánto miedo le produce esta sensación?

Entumecimiento en los brazos o las piernas

No me asusta en absoluto | Me asusta algo | Me asusta moderadamente | Me asusta mucho | Me asusta extremadamente

¿Cuánto miedo le produce esta sensación?

Hormigueo en las yemas de los dedos

No me asusta en absoluto | Me asusta algo | Me asusta moderadamente | Me asusta mucho | Me asusta extremadamente

¿Cuánto miedo le produce esta sensación?

Entumecimiento en otra parte del cuerpo

No me asusta en absoluto | Me asusta algo | Me asusta moderadamente | Me asusta mucho | Me asusta extremadamente

Corrección e interpretación

Cada ítem se valora en una escala tipo Likert (de 0 a 4). Las puntuaciones altas indican una mayor sensibilidad a las sensaciones corporales que generan ansiedad. Los resultados pueden utilizarse para identificar objetivos terapéuticos concretos o para seguir la evolución a lo largo del tratamiento.