

Cuestionario de Camuflaje de Rasgos Autistas (CAT-Q)

El CAT-Q es un cuestionario autoaplicado diseñado para medir las estrategias de camuflaje social en personas con rasgos autistas. Explora las formas en que una persona enmascara, compensa o adapta su comportamiento social para ajustarse mejor a las expectativas neurotípicas. Aporta información clínica valiosa sobre el coste psicológico de la adaptación social, la fatiga social, la identidad autista y los posibles desajustes entre el funcionamiento observado y la vivencia subjetiva.

Número de preguntas	25 preguntas
Duración estimada	6 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Camouflaging Autistic Traits Questionnaire
Población destinataria	Adolescentes y adultos
Autores	Hull, Mandy, Lai, Baron-Cohen, Allison, Smith y Petrides (2019); adaptación española: Conde-Pumpido Zubizarreta, Lois-Mosquera, Tubío-Fungueiriño, Alemany-Navarro, Hull, Carracedo et al. (2025) (2019)
Categoría	TEA

Vista previa de las 25 preguntas

Cuando interactúo con alguien, copio intencionadamente su lenguaje corporal o sus expresiones faciales.

Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Algo en desacuerdo | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | Algo de acuerdo | De acuerdo | Muy de acuerdo

Controlo mi lenguaje corporal o expresiones faciales para parecer relajado/a.

Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Algo en desacuerdo | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | Algo de acuerdo | De acuerdo | Muy de acuerdo

No suelo sentir la necesidad de interpretar un papel para hacer frente a una situación social.

Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Algo en desacuerdo | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | Algo de acuerdo | De acuerdo | Muy de acuerdo

He desarrollado un guion para seguir en situaciones sociales (por ejemplo, una lista de preguntas o temas de conversación).

Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Algo en desacuerdo | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | Algo de acuerdo | De acuerdo | Muy de acuerdo

Repito frases que he escuchado exactamente de la misma manera que las escuché por primera vez.

Muy en desacuerdo | En desacuerdo | Algo en desacuerdo | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | Algo de acuerdo | De acuerdo | Muy de acuerdo

Administra tus cuestionarios en línea

Envía un enlace a tu paciente: responde desde el móvil o el ordenador, y recibes los resultados corregidos por email.

Ver el cuestionario en mentaal.org ›

Corrección e interpretación

El CAT-Q consta de 25 ítems valorados en una escala tipo Likert de 7 puntos (de 1 = «Muy en desacuerdo» a 7 = «Muy de acuerdo»). Los resultados se dividen en tres subescalas: compensación, enmascaramiento y asimilación. Una puntuación global alta refleja un uso amplio del camuflaje social. Las puntuaciones pueden interpretarse en relación con las medias descritas en población general y en población clínica.

Ejemplo de corrección

Corrección

Puntuación total: 111/175

Puntuaciones medias de referencia

	Autistas	Neurotípicas
Mujeres	124.35	90.87
Hombres	109.64	96.89
No binarias	122.00	109.44

Compensación: 35/63

Estrategias desarrolladas para superar las dificultades sociales (guiones, imitación, aprendizaje explícito de las normas sociales).

Puntuaciones medias de referencia

	Autistas	Neurotípicas
Mujeres	41.85	27.18
Hombres	36.81	30.06
No binarias	43.50	35.48

Enmascaramiento: 36/56

Esfuerzos por ocultar o suprimir los rasgos autistas para dar una apariencia neurotípica.

Puntuaciones medias de referencia

	Autistas	Neurotípicas
Mujeres	37.87	34.69
Hombres	32.90	36.34
No binarias	36.06	38.70

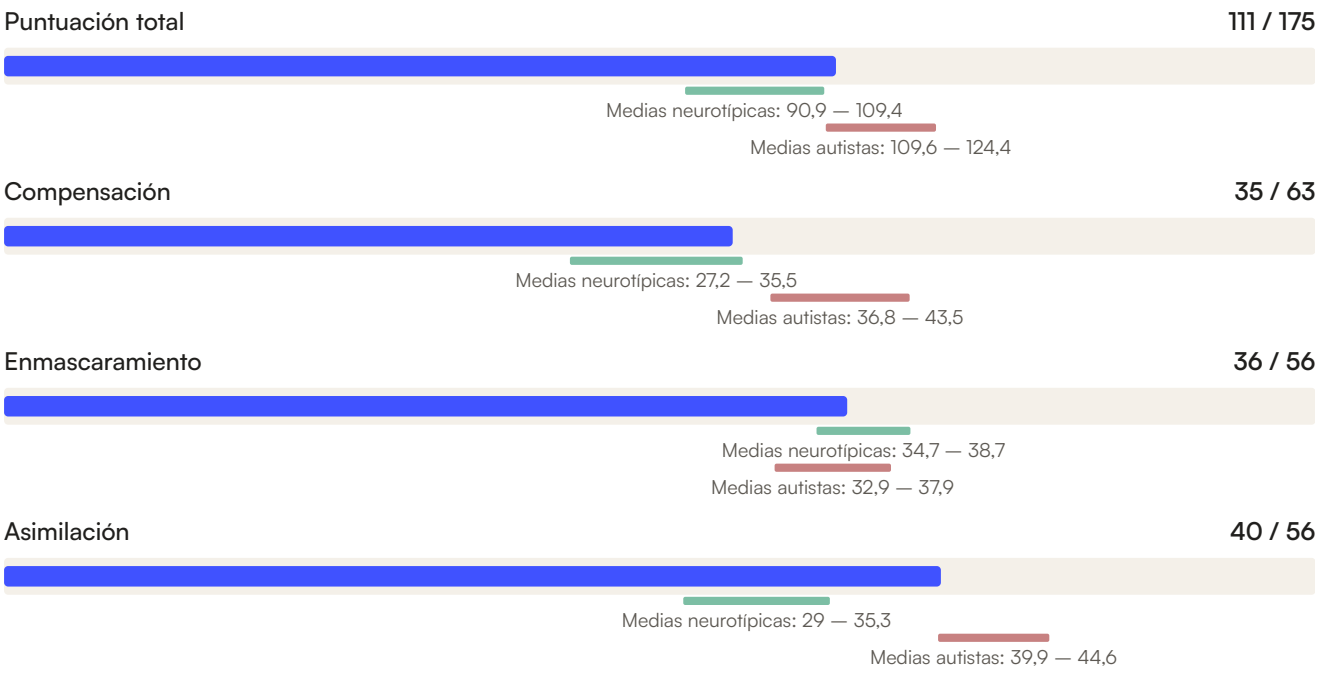
Asimilación: 40/56

Intentos de encajar en las situaciones sociales evitando destacar o forzando las interacciones.

Puntuaciones medias de referencia

	Autistas	Neurotípicas
Mujeres	44.63	29.00
Hombres	39.93	30.48
No binarias	39.88	35.26

Unas puntuaciones altas en compensación y enmascaramiento, junto con una asimilación elevada, pueden indicar un agotamiento ligado al camuflaje social.



Referencias: rango de las medias publicadas, todos los sexos combinados. En enmascaramiento los dos rangos se solapan: esta subescala discrimina poco.

¿Eres profesional de la psicología?

Con Mentaal, obtén información útil para acompañar a tus pacientes.

- Tests estandarizados
- Corrección automática
- Resultados por correo electrónico

Probar gratis

Ver todos los cuestionarios

★★★★★

“Uso Mentaal desde hace 2 meses y esta herramienta ha revolucionado mi forma de ver la terapia, ¡y mi agenda!”

 Romane L. - Psicóloga cognitivo-conductual online