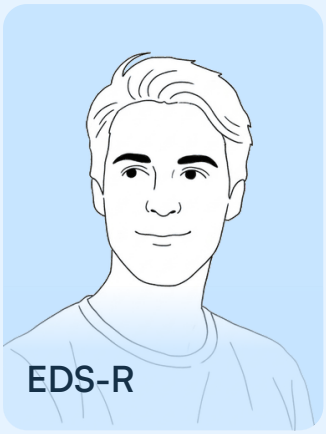


Escala de Dependencia del Ejercicio Revisada (EDS-R)

La Escala de Dependencia del Ejercicio Revisada (EDS-R) es un cuestionario autoaplicado diseñado para identificar los comportamientos y síntomas asociados a la dependencia del ejercicio físico. Se utiliza principalmente en contextos clínicos y de investigación para comprender mejor las conductas compulsivas relacionadas con una actividad física excesiva, en particular en deportistas o en personas que practican deporte de forma intensa.

Número de preguntas	21 preguntas
Duración estimada	5 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Exercise Dependence Scale - Revised
Categoría	Adicciones

Vista previa de las 21 preguntas

Realizo una o varias actividades físicas para evitar estar irritable.

1 - Nunca | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Siempre

Sigo haciendo ejercicio a pesar de tener problemas físicos repetidos.

1 - Nunca | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Siempre

Aumento continuamente la intensidad de mi actividad física para conseguir los efectos o beneficios que deseo.

1 - Nunca | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Siempre

Soy incapaz de reducir el tiempo que dedico a la actividad física.

1 - Nunca | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Siempre

Prefiero hacer esta actividad (estas actividades) a pasar tiempo con mi familia o mis amigos.

1 - Nunca | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Siempre

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 ›

¿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

★★★★★

“Es un verdadero valor añadido en consulta para evaluar al paciente y una base de diálogo muy rica para profundizar en el trabajo clínico.”

Elodie C. - Psicóloga cognitivo-conductual