

Fobia, Pánico y Ansiedad Generalizada (PPAG)

El test Fobia, Pánico y Ansiedad Generalizada (PPAG) es un instrumento psicométrico diseñado para evaluar la presencia y la intensidad de los trastornos de ansiedad. Identifica los síntomas relacionados con las fobias específicas, caracterizadas por miedos irracionales a determinados objetos o situaciones. También mide el trastorno de pánico, marcado por crisis de pánico repentinas, y el trastorno de ansiedad generalizada (TAG), que se manifiesta como una preocupación excesiva y persistente. La escala puede repetirse para comparar una situación inicial, un periodo de tratamiento y un seguimiento. Corresponde a los criterios diagnósticos del DSM-IV.

Número de preguntas	20 preguntas
Duración estimada	5 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Phobia, Panic, and Generalized Anxiety
Población destinataria	Adultos
Autores	J. Cottraux (1993)
Categoría	Fobias, Ansiedad

Vista previa de las 20 preguntas

Indique las dos principales situaciones fóbicas que cambiarían considerablemente su vida si se curara de ellas

Para su fobia n.º 1, valore la intensidad de su ansiedad y su grado de evitación

0 - Ningún malestar en esta situación | 1 | 2 - Siento malestar, pero no evito la situación | 3 | 4 - Tengo claramente miedo y tiendo a evitar la situación | 5 | 6 - Tengo un miedo intenso a la situación y la evito todo lo posible | 7 | 8 - Tengo un miedo extremo a la situación y la evito siempre

Para su fobia n.º 2, valore la intensidad de su ansiedad y su grado de evitación

0 - Ningún malestar en esta situación | 1 | 2 - Siento malestar, pero no evito la situación | 3 | 4 - Tengo claramente miedo y tiendo a evitar la situación | 5 | 6 - Tengo un miedo intenso a la situación y la evito todo lo posible | 7 | 8 - Tengo un miedo extremo a la situación y la evito siempre

Durante la última semana, ¿ha tenido ataques de pánico espontáneos en los que de repente se sintió aterrorizado/a sin motivo aparente?

Estos ataques se producen fuera de las situaciones que suele evitar. Son de corta duración: de un minuto a dos horas como máximo. La intensidad máxima se alcanza en menos de diez minutos.

0 - Nunca | 1 | 2 - Al menos una vez | 3 | 4 - A veces | 5 | 6 - Una vez al día | 7 | 8 - Varias veces al día

Durante estos ataques de pánico, ¿ha tenido el siguiente síntoma?

Falta de aire, sensación de ahogo

Sí | No

Corrección e interpretación

La primera parte identifica las dos principales situaciones que generan fobia y valora el nivel de ansiedad y de evitación en una escala de 9 puntos. La segunda parte evalúa la frecuencia de las crisis de pánico (escala de 0 a 8) y el número de síntomas del trastorno de pánico según el DSM-IV (de 0 a 13). La tercera parte evalúa la intensidad de la ansiedad generalizada (escala de 0 a 8).