



**Cuba Salud**

IV Convención  
Internacional de Salud  
17-21 de octubre, 2022

## **Validación de un Cuestionario para indagación sobre los estilos de vida.**

Gladys Alejandra Rojas Sánchez.<sup>1</sup>

Helena Liset Lorenzo Corrales.<sup>1</sup>

Yarabel Nápoles Prieto.<sup>1</sup>

Carlos Rafael Sebrango Rodríguez.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Faustino Pérez Hernández”. Universidad de Ciencias Médicas de Sancti Spíritus, Cuba. gladysr.ssp@infomed.sld.cu

<sup>1</sup> Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Faustino Pérez Hernández”. Universidad de Ciencias Médicas de Sancti Spíritus, Cuba. helena@infomed.sld.cu

<sup>1</sup> Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Faustino Pérez Hernández”. Universidad de Ciencias Médicas de Sancti Spíritus, Cuba. yarabel@infomed.sld.cu

<sup>2</sup> Universidad “José Martí Pérez” de Sancti Spíritus, Cuba. Email: sebrango@uniss.edu.cu

### ***Resumen:***

**Introducción:** Los estilos de vida tienen gran implicación en los problemas de salud, pero en este contexto se evidencia la falta de instrumentos para evaluarlos. **Objetivo:** Presentar el proceso de elaboración y de validación del cuestionario de estilos de vida atendiendo al constructo, contenido y consistencia interna. **Métodos:** Para evaluar la validez de constructo se utilizó el método de consulta a expertos, la validez de contenido se realizó por la metodología de Moriyama. La muestra utilizada para la validez de contenido fue de 300 personas, divididas en 149 aparentemente sanas y 151 pacientes diagnosticados con enfermedades crónicas, seleccionados incidentalmente en unidades de la atención primaria de salud y las consultas de seguimiento en el Hospital Camilo Cienfuegos de Sancti Spíritus. La consistencia interna se determinó a través de la fórmula 20 Kuder-Richardson, equivalente al coeficiente de alfa de Cronbach. **Resultados:** el proceso de elaboración del instrumento permitió el ajuste de las dimensiones (9) que participan del estilo de vida con sus ítems (46) y evidenció la necesidad de utilizar una entrevista semiestructurada. El índice de consistencia interna fue de ,705 y la validez de contenido permitió considerar que la formulación de los ítems es razonable, están claramente definidos, se justifica su presencia en el cuestionario y constituyen datos factibles de obtener. **Conclusiones:** Los resultados obtenidos por las formas de validez aplicadas fueron favorables por lo que se propone el uso del cuestionario para indagar sobre los estilos de vida en la APS y otros niveles de atención que se considere.

***Palabras clave:*** estilo de vida, cuestionarios, validación.

## I. INTRODUCCION

El estudio de los estilos de vida cobra gran importancia en el contexto de la promoción y de la prevención de la enfermedad, ya que la incorporación de comportamientos adecuados permite mantener la salud y un equilibrio en el control de los riesgos potenciales. También se hace necesario adecuarlos en caso de enfermedad.

La elevación sostenida en la incidencia de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) y su participación en la mortalidad de la población mundial evidencia la necesidad de trabajar sobre los estilos de vida, ya que se plantea que el control de estas enfermedades se garantiza en elevados porcentajes, si los pacientes modifican hábitos y conductas dañinas. La Atención Primaria de Salud (APS) se perfila como el escenario ideal para realizar esta labor. (1,2)

El estilo de vida relacionado con la salud se refiere a un conjunto de patrones de conducta relacionados con la salud, determinados por las elecciones que hacen las personas de las opciones disponibles acorde con las oportunidades que le ofrece su propia vida. Por tanto, resulta necesario referirse a las oportunidades que dependen en gran medida de los factores económicos, ambientales, culturales y sociales. (3) Esta comprensión del problema es de suma importancia para actuar sobre su modificación.

La presencia de las ECNT está determinada multifactorialmente, pero en la actualidad se destaca la contribución de los estilos de vida y se investiga cómo la alimentación, la práctica del ejercicio físico, el tabaquismo y la ingestión de alcohol influyen en su presencia y en su evolución. Algunos autores se refieren a la exploración de las prácticas sexuales.

Tomando en cuenta lo anterior se comprende la necesidad de ampliar estos estudios en busca de otros elementos integrados al estilo de vida, así Grau (3) hace referencia a los rasgos de personalidad de los sujetos, ya que los comportamientos que de ellos se estructuran pueden identificar riesgos afectivo emocionales y actitudinales que se impliquen en la presencia de una enfermedad, aquí cabe mencionar la forma que asumen las relaciones interpersonales, el apoyo social, la recreación, el uso del tiempo libre, entre otros.

Un problema que se aprecia en la revisión del tema es el relativo a la variedad de instrumentos utilizados para evaluar los estilos de vida, la mayoría sin la debida validación y no exhaustivos de la categoría que abordan. (4,5,6)

Este trabajo se propone como objetivo la validación de un cuestionario de estilos de vida para uso en población de jóvenes y adultos lo que permitirá a los equipos de salud trabajar con mayor eficiencia y precisión en su determinación e intervención.

## II. MÉTODO

El producto que se presenta forma parte de las tareas de un proyecto de investigación titulado “Intervención sobre los estilos de vida en pacientes con enfermedades crónicas no trasmisibles asociadas a las primeras causas de mortalidad en el municipio de Sancti Spíritus”, aprobado en la Universidad de Ciencias Médicas y llevado a cabo por profesoras del Departamento de Psicología de la institución.

La metodología que se siguió en la elaboración y validación del cuestionario cumplió fases que se describen a continuación:

### A. Construcción del cuestionario.

1. Se procedió a la búsqueda y revisión de instrumentos sobre estilos de vida utilizados en la literatura científica publicada. Se encontraron 5 instrumentos con autoría identificada, aplicados a jóvenes, a jóvenes

universitarios y a adultos de cualquier edad. Estos son: Construcción de un instrumento sobre estilos de vida saludables en estudiantes universitarios de Muchotrigo, G. y Pilar, M. Univ. San Martín de Porres; Cuestionario sobre hábitos y Estilos de Vida de Ortega R, Virginia Sánchez V., Ortega Rivera J.; el Cuestionario de EV-II. SN de Walker K. y Sechrist, N. Pender; y la Guía para el estudio del Estilo de Vida, modelo elaborado para su estudio en el contexto de las Ciencias Médicas. Estos instrumentos fueron analizados y precisadas sus bondades y dificultades.

2. Elaboración del cuestionario en su primera versión por el equipo del proyecto. Este se sometió a varias revisiones a partir de ser evaluado por especialistas de Medicina General Integral y psicólogos de la APS (consulta a expertos).

3. Aplicación piloto del cuestionario a 30 personas. Análisis de los inconvenientes y reelaboración.

4. Elaboración de entrevista semiestructurada para la ampliación y completamiento de las dimensiones según las respuestas a estas de las personas sanas y pacientes.

5. El cuestionario finalmente cuenta con 9 dimensiones que evalúan diferentes aspectos del estilo de vida: condición física, hábitos alimentarios, consumo de tabaco alcohol y otras drogas, sexualidad, autocuidado y cuidado médico, uso del tiempo libre, comportamientos asociados a rasgos psicológicos, afrontamiento y apoyo social, y sistema de relaciones (Anexo 1).

B. Proceso de validación del constructo. Se realizó a través de criterios de especialistas en Medicina Familiar (3), psicólogos (5), e internistas (2).

Se pidió evaluar la posibilidad real de que las afirmaciones sobre los comportamientos abordados respondieran a la construcción teórica del estilo de vida. También debieron opinar sobre el lenguaje utilizado y la comprensión de lo expresado.

C. Validación del contenido. Se utilizó la metodología de Moriyama, (7,8) para evaluar la calidad de su construcción y la correspondencia de los ítems en las diferentes dimensiones. Para ello participaron un total de 10 expertos: 5 Médicos Generales Integrales, 2 especialistas de Medicina Interna, 1 Licenciada en Enfermería y 2 psicólogos especializados en Psicología de la Salud. Los expertos analizaron el cuestionario teniendo en cuenta las cinco categorías establecidas y respondieron a través de la escala ordinal: Mucho, Poco y Nada. El ítem se considera bueno cuando al menos el 70% de los expertos lo evalúa en la categoría Mucho.

D. Evaluación de la consistencia interna: El cuestionario fue aplicado a 300 personas, 149 aparentemente sanas y 151 pacientes diagnosticados con enfermedades crónicas, que asistieron a consultas de seguimiento en el Hospital General Provincial Camilo Cienfuegos y a través de la dispensarización en las áreas de salud, de septiembre de 2019 a enero de 2021. Las personas encuestadas se encontraban entre los 19 y 82 años de edad. Estos datos se registraron en Excel y el procesamiento estadístico se realizó por la fórmula 20 de Kuder-Richardson equivalente al Alfa de Cronbach que se utiliza en escalas ordinales.

En la aplicación se tuvieron en cuenta los preceptos éticos, se solicitó consentimiento informado a los participantes y el proceder fue aprobado por la comisión de ética de la institución médica.

### III. RESULTADOS

Validez de constructo. Los evaluadores estuvieron de acuerdo en cuanto a los elementos abordados para la indagación de la categoría estilo de vida, realizaron tres recomendaciones dirigidas a sustituir palabras por otras más comunes y cambiar la sintaxis en una pregunta de la dimensión utilización del tiempo libre.

**Confiabilidad interna.**

Validación del contenido. La validez de contenido expresa el grado en que el instrumento es capaz de medir la mayor parte de las dimensiones del constructo, en este caso el estilo de vida. (5) Los resultados de la valoración realizada arrojaron los siguientes elementos:

- Razonable: todos los ítems alcanzaron puntuaciones por encima del 90 %
- Discrimina variaciones: todos los ítems alcanzan puntuaciones mayores o iguales al 70%
- Justificable: todos los ítems puntuaron entre el 80 y 85 %.
- Claramente definido: todos los ítems alcanzaron puntuaciones de 90 % y más
- Datos factibles de obtener: todos los ítems alcanzaron puntuaciones superiores al 85 %

Como se puede apreciar la formulación de los ítems se consideró razonable, con poder de discriminación de las variaciones, aunque en este aspecto un 20 % de los expertos consideró la respuesta al ítem 3 de la dimensión 9 ya estaba contenida en el ítem 1 de esta dimensión. Los ítems se consideraron justificables y claramente definidos, además de factibles de obtener. No obstante, los expertos realizaron algunas sugerencias que fueron tenidas en cuenta en la formulación de preguntas como el ítem 3 de la dimensión 4 y el ítem 1 de la dimensión 7. La mayoría de las sugerencias dadas se resuelven con el uso de la entrevista que permite profundizar en las respuestas al cuestionario (Anexo 2).

**Consistencia interna**

El cuestionario pide respuestas de Si y No, pero para su valoración se tiene en cuenta que estas sean favorables o no al estilo de vida.

La confiabilidad de tipo consistencia interna se refiere al grado en que los ítems, puntos o reactivos que hacen parte de una escala se correlacionan entre ellos, la magnitud en que miden el mismo constructo.

Para medir la consistencia interna del cuestionario se eliminó el puntaje correspondiente al ítem a analizar y con la correlación ítem total y el coeficiente de determinación, el cual ofrece información acerca del grado de homogeneidad entre las dimensiones que integran el cuestionario. Se trabajó con 46 ítems que integran las 9 dimensiones, ya que se eliminó el ítem 3 de la dimensión 9 por la razón antes expuesta.

Tabla 1. Estadística de fiabilidad analizada a través del Alfa de Cronbach en el Cuestionario de Estilos de vida.

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>		
	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos de
Alfa de Cronbach	,705	,720
		46

Como se observa en la tabla 1, el índice de consistencia interna Alfa de Cronbach obtenido para esta muestra fue de ,705.

El Alpha de Cronbach para cada uno de los ítems, si éstos se suprimen, adquiere valores entre ,690 y hasta ,715, y en el caso de la Dimensión 1 esta supresión permite que se eleve el coeficiente a ,718. Todo esto

indica que existe un aceptable nivel de consistencia entre los ítems, pues sus valores sobrepasan el ,69. Si se eliminan algunos ítems como el 3 de la dimensión 6, el 5 de la dimensión 2 y el 2 de la dimensión 1, la confiabilidad del instrumento aumenta discretamente.

#### IV.CONCLUSIONES

La validación del cuestionario de estilos de vida elaborado tomando en cuenta la validez de constructo, de contenido y su consistencia interna, demostró las posibilidades del instrumento para ser utilizado en la práctica médica y la investigación científica, lo que contribuye a elevar la eficiencia, el rigor y la calidad de la atención, así como de las acciones de prevención.

#### REFERENCIAS

1. Córdova R, Camarelles F, Muñoz E, Gómez J, Díaz D, Ramírez JI, López A, Cabezas C. Recomendaciones sobre el estilo de vida. Actualización PAPPS 2014. Rev Aten Primaria [Internet]. 2014 [citado 2021 feb 17]; 46 (Supl 4): 16-23. Disponible en: <https://www.enfermeriaaps.com/portal/wp-content/uploads/2016/08/recomendaciones-sobre-el-estilo-de-vida.pdf>
2. Córdova R, Camarelles F, Muñoz E, Gómez JM, Joaquin San José J, Ramírez JI, Martín C, del Campo M, Revenga J. Recomendaciones sobre el estilo de vida. Actualización PAPPS 2018. Rev Aten Primaria [Internet]. 2018 May [citado 2021 feb 17]; (supl 1):29-40. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-recomendaciones-sobre-el-estilo-vida--S012656718303615>
3. Grau JA. Enfermedades crónicas no transmisibles: un abordaje desde los factores psicosociales. Rev Salud & Sociedad [Internet]. 2016 May-agos [citado 2021 Feb 09]; 7(2): 138-166. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439747576002>
4. Martín Carbonell M. Elaboración y validación de un instrumento para la evaluación de los factores psicológicos que intervienen en el curso de las enfermedades crónicas: PSICRON. Psicología.com [Internet]. 2004 [citado 2022 ene 25]; 8(2). Disponible en: [https://www.researchgate.net/profile/Marta-Martin/publication/260079556\\_Elaboracion\\_y\\_validacion\\_de\\_un\\_instrumento\\_para\\_la\\_evaluacion\\_de\\_los\\_factores\\_psicologicos\\_que\\_intervienen\\_en\\_el\\_curso\\_de\\_las\\_enfermedades\\_cronicas\\_PSICRON/links/555e1a6408ae8c0cab2c608e/Elaboracion-y-validacion-de-un-instrumento-para-la-evaluacion-de-los-factores-psicologicos-que-intervienen-en-el-curso-de-las-enfermedades-cronicas-PSICRON.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Marta-Martin/publication/260079556_Elaboracion_y_validacion_de_un_instrumento_para_la_evaluacion_de_los_factores_psicologicos_que_intervienen_en_el_curso_de_las_enfermedades_cronicas_PSICRON/links/555e1a6408ae8c0cab2c608e/Elaboracion-y-validacion-de-un-instrumento-para-la-evaluacion-de-los-factores-psicologicos-que-intervienen-en-el-curso-de-las-enfermedades-cronicas-PSICRON.pdf)
5. Ramada-Rodilla JM, Serra-Pujadas C, Delclós-Clanchet GL. Adaptación cultural y validación de cuestionarios de salud: revisión y recomendaciones metodológicas. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0036-36342013000100009](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342013000100009)
6. Leyton M, Lobato S, Batista M, Aspano MI, Jiménez R. Validación del cuestionario de estilo de vida saludable (EVS) en una población española. Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte [Internet]. 2018 [citado 2022 may 20];13(1):23-31. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311153534002.pdf>

7. Moriyama IM. Indicador of social change. Problems in the measurements of health status. New York: Russell Sage Foundation; 1968.
8. Suárez Velasco JE, Huaraca Vera LE, Paladines GV. La validación de instrumentos en investigaciones en la esfera del turismo. Revista Publicando [Internet]. 2017 [citado 2021 ene 10]; 4(12): 402-412. ISSN 1390-9304

**Anexo 1.**

**Cuestionario de Estilos de Vida.**  
**(Grupo de Proyecto de Psicología-UCM)**

**Datos generales:**

Edad:                      Sexo:                      Escolaridad:                      Ocupación:

Consultorio:                      Área de Salud:                      Percepción de salud: B-R-M

Padecimientos crónicos y fecha aproximada del inicio:

El presente cuestionario recoge áreas de su forma habitual de comportarse que pueden favorecer o no su estado de salud. Al responder con sinceridad Ud está contribuyendo a perfeccionar el conocimiento que se tiene acerca del estilo de vida de la población del municipio de Sancti Spíritus, lo que resulta de gran interés para planificar acciones preventivas y promotoras de salud.

<b>Condición Física:</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1. Hace Ud. Ejercicios físicos o practica algún deporte, al menos por 30 minutos, tres o más veces a la semana.		
2. Su peso es adecuado para su altura y sexo		
3. Camina y sube escaleras frecuentemente		
4. Pasa la mayor parte del tiempo sentado en casa		
5. Su actividad diaria exige estar sentado la mayor parte del tiempo		

<b>Hábitos Alimentarios</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1. Ingiere preferentemente comidas subidas de sal		
2. Consume con frecuencia productos dulces y/o añade azúcar a los alimentos		
3. Su dieta semanal incluye vegetales y frutas		
4. Limita Ud el consumo de de grasas saturadas (manteca animal, mantequilla, queso crema)		
5. Come Ud. Pescado y aves más frecuentemente que las carnes rojas		
6. Limita Ud el consumo de huevos, hígado y otras vísceras		
7. Su dieta habitualmente incluye granos (frijoles, chícharos)		

<b>Consumo de tabaco y alcohol y otras drogas</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1. Fuma Ud cigarros o tabacos habitualmente		
2. Consume Ud. bebidas alcohólicas con frecuencia		
3. Regularmente utiliza medicamentos autoindicados		

<b>Sexualidad</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1. Tiene Ud. pareja		
2. Tiene cambios frecuentes de pareja		
3. Realiza prácticas sexuales protegidas o seguras		

<b>Autocuidado y Cuidado Médico</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1. Se lava Ud. los dientes después de cada comida (3 veces)		
2. Se efectúa chequeo médico al menos 1 vez al año		
3. Asiste al médico siempre que se siente enfermo ó aparece algún síntoma		
4. Duerme al menos 8 horas diarias		
5. Siente que descansa cuando duerme		
6. Tiene su vacunación actualizada		

<b>Uso del tiempo Libre</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1. Utiliza Ud. Parte de su tiempo para recrearse y entretenerse		
2. Las actividades que realiza en su tiempo libre le proporcionan satisfacción		
3. Prefiere las actividades pasivas (leer, escuchar música) a la acción (bailar, nadar, hacer deporte) para recrearse		
4. Se siente atraído(a) por actividades recreativas		



<b>Rasgos personológicos</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1. Reprime sus sentimientos de disgusto, no acostumbra a expresarlos		
2. Tiene sentido del humor y le es fácil reír		
3. Puede tomar decisiones con un mínimo de tensión		
4. Generalmente se siente tenso y nervioso		
5. Cuando ocurre algo desagradable logra controlarse		
6. Establece relaciones y comunicación con muchas personas		

<b>Afrontamiento y apoyo social</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1. Cuando tiene un problema actúa directamente sobre él para resolverlo		
2. Ante los problemas se pone nervioso y toma tabletas o cocimientos		
3. Prefiere reflexionar sobre los problemas para buscar la mejor solución		
4. Es incapaz de resolver solo un problema		
5. Generalmente puede contar con su familia u otras personas para resolver un problema		
6. Los problemas lo ahogan a punto de no saber qué hacer		

<b>Sistema de relaciones</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1. Prefiere estar en grupo		
2. Habitualmente comparte actividades variadas con su familia		
3. Prefiere los espacios públicos a los familiares		
4. Tiene muchos amigos y/o vecinos en los que puede confiar		
5. Tiene buenas relaciones con sus compañeros de trabajo o estudio		

## **Anexo 2.**

## Guía de Entrevista como complemento al cuestionario de EV.

1. Tiene Ud en estos momentos algún problema de salud?. Describa cuál o cuáles.
2. Tiene padecimientos crónicos diagnosticados anteriormente?. Cuáles?
  - Hipertensión arterial. \_\_\_\_\_ Tiempo de padecimiento\_\_\_\_\_
  - Diabetes Mellitus \_\_\_\_\_ Tiempo de padecimiento\_\_\_\_\_
  - Enfermedad del corazón \_\_\_\_Cuál\_\_\_\_\_ Tiempo de padecimiento\_\_\_\_\_.
  - Epilepsia\_\_\_\_\_ Tiempo de padecimiento\_\_\_\_\_
  - Enfermedad cerebro vascular \_\_\_\_Cuál\_\_\_\_\_ Tiempo de padecimiento\_\_\_\_\_.
  - Cáncer \_\_\_\_\_ Tipo \_\_\_\_\_ Tiempo de padecimiento\_\_\_\_\_.
  - Alteraciones del sistema óseo o de las articulaciones \_\_\_\_\_Cuál\_\_\_\_\_ Tiempo de padecimiento\_\_\_\_\_.
  - Otras\_\_\_\_\_Cuál (es) \_\_\_\_\_ Tiempo de padecimiento\_\_\_\_\_.

3. En caso de padecer enfermedad crónica cómo se encuentra ahora:

Controlada \_\_\_\_\_ No controlada \_\_\_\_\_

### 4. Sobre condición física:

¿Es Ud. ¿Una persona activa o pasiva?

¿Qué hace para mejorar su condición física?

¿Le interesa conservar una figura saludable?

¿Ud. Está bajo peso, normopeso o sobrepeso?. Precisar esto por parte del médico.

### 5. Sobre hábitos alimentarios

Describa los alimentos que Ud. Consume con más frecuencia y la cantidad en que habitualmente lo hace

---

---

---

¿Se preocupa Ud. Por incorporar alimentos saludables a su dieta diaria? ¿Por qué?

¿Qué alimentos evita comer? ¿Por qué?

¿Ingiere grandes cantidades de alimentos hasta sentirse lleno o prefiere comer una ración limitada?

¿Tiene Ud. Buenas digestiones o padece de algún trastorno en este sentido (repletos, acidez, diarreas, ingestas etc)?

### 6. Sobre consumo de tabaco, alcohol y otras drogas

Si fuma: Con qué frecuencia: Todos los días, algunas veces, ocasionalmente etc.

¿Cuántos cigarrillos fuma en esas ocasiones?

Si bebe: ¿Con qué frecuencias bebe?. Todos los días, los fines de semana, los días festivos, cuando hay un acontecimiento que celebrar, es decir ocasionalmente etc.

¿Qué cantidad de alcohol ingiere habitualmente cuando bebe?: una o varias copas, una botella, un “planchao”, etc.

Si se aprecia que se trata de un bebedor se debe precisar con qué cantidad ingerida pierde el control de su conducta.

Consumo de medicamentos: Precisar con qué frecuencia utiliza medicamentos autoindicados, en qué cantidad y de qué tipos de medicamentos se trata.

### **Sobre la sexualidad**

En el caso de existir cambios frecuentes de pareja se debe precisar por qué, si hay promiscuidad sexual.

Precisar orientación sexual y preferencias sexuales si se estima que existan elementos que puedan afectar la salud.

Precisar medios de protección que utiliza en las prácticas sexuales, si siempre se protege o solo en determinadas circunstancias.

### **Sobre autocuidado y cuidado médico**

Si en los ítems 1, 2 y 3 la respuesta en NO se debe profundizar por qué.

Evaluar la cantidad y calidad del sueño si en 4 y 5 la respuesta es NO.

Revisar lo concerniente a la vacunación si esta no está actualizada.

### **Uso del tiempo libre**

Las respuestas SI en 1, 2 y 4 hablan a favor de una persona que diversifica su actividad y propicia la generación de emociones positivas.

En el ítem 3 se puede profundizar en los intereses recreativos del sujeto pero ambas respuestas (SI y NO) se consideran adecuadas.

El ítem 4 si se responde NO se debe profundizar en las causas.

### **Rasgos personológicos**

Las respuestas SI en los ítems 1 y 4 requieren profundizarse por el médico:

¿Siempre ha reprimido sus sentimientos, o esto ocurre de un tiempo para acá? ¿Desde cuándo?.

¿Ha vivido situaciones difíciles que ha guardado para Ud.? ¿Sin pedir ayuda a comunicárselo a alguien? ¿Qué tiempo hace que esto ocurrió?

En la pregunta 4 se debe precisar si la tensión y el nerviosismo le acompañan siempre o son manifestaciones ocasionales relacionadas con ciertas situaciones.

Los rasgos resultantes matizan la adopción de EV saludables con un **perfil protector** o por el contrario de **riesgo para la salud**.

### **Afrontamiento y apoyo social**

Los estilos de afrontamiento se imbrican directamente en los EV.

Si responde NO al ítem 1 y 5 estos deben ser profundizados, de manera que se pueda establecer relación entre los comportamientos saludables o no y sus afrontamientos. El ítem 5 se refiere específicamente al apoyo social con que cuenta el sujeto.

La respuesta SI al ítem 2 habla de sujetos inseguros, con afrontamientos indirectos que influyen negativamente en sus EV.

Se debe precisar cuáles de estos comportamientos predominan en el sujeto.

### **Sistema de relaciones**

Esta dimensión ofrece información sobre los comportamientos sociales habituales del sujeto.

Las respuestas NO en los ítems 2, 4 y 5 informan de dificultades en la integración familiar y social y tal vez de la existencia de estilos comunicativos deficientes. Se debe precisar en estos pues el aislamiento o la mala relación con otros forman parte del EV ocasionando dificultades, además de que se imbrican en la falta de apoyo social.

