

Pain Self-Efficacy Questionnaire (PSEQ)

Por favor indique como de **seguro** está Ud. de poder hacer las siguientes actividades en el presente, **independientemente del dolor**. Seleccione un valor entre 0= No seguro hasta 6= completamente seguro.

Recuerde, este cuestionario no pregunta sobre si ha estado Ud. realizando estas actividades, sino **como de seguro está Ud. de poder hacerlas en el presente, independientemente del dolor**

1. Puedo disfrutar de las cosas, a pesar del dolor

0 _____ 1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5 _____ 6

2. Puedo realizar la mayoría de las tareas del hogar (recoger, lavar los platos...) a pesar del dolor

0 _____ 1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5 _____ 6

3. Puedo socializar con amigos y familia tanto como solía hacer, a pesar del dolor

0 _____ 1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5 _____ 6

4. Puedo gestionar mi dolor en la mayoría de las situaciones

0 _____ 1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5 _____ 6

5. Puedo realizar alguna forma de trabajo a pesar del dolor (incluye trabajo doméstico, remunerado y no remunerado)

0 _____ 1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5 _____ 6

6. Todavía puedo hacer muchas cosas que disfruto hacer, como hobbies o actividades de ocio, a pesar del dolor

0 _____ 1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5 _____ 6

7. Puedo gestionar mi dolor sin medicación

0 _____ 1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5 _____ 6

8. Todavía puedo alcanzar la mayoría de mis objetivos en la vida a pesar del dolor

0 _____ 1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5 _____ 6

9. Puedo tener un estilo de vida normal a pesar del dolor

0 _____ 1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5 _____ 6

10. Puedo volverme más activo gradualmente a pesar del dolor

0 _____ 1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5 _____ 6