



FIQ

Nombre: _____

Fecha: _____

INSTRUCCIONES: En las preguntas que van de la a a la i, por favor rodee con un círculo el número que mejor describa cómo se encontró en general durante la última semana. Si no tiene costumbre de realizar alguna de las siguientes actividades, tache la pregunta.

1. Usted ha sido capaz de:

	Siempre	La mayoría de las veces	En ocasiones	Nunca
a. Hacer la compra	0	1	2	3
b. Hacer la colada con lavadora	0	1	2	3
c. Preparar la comida	0	1	2	3
d. Lavar los platos y los cacharros de la cocina a mano	0	1	2	3
e. Pasar la fregona, la mopa o la aspiradora	0	1	2	3
f. Hacer las cmas	0	1	2	3
g. Caminar varias manzanas	0	1	2	3
h. Visitar a a migos/ parientes	0	1	2	3
i. Utilizar transporte público	0	1	2	3

2. ¿Cuántos días de la última semana se sintió bien?

1 2 3 4 5 6 7

3. ¿Cuántos días de la última semana faltó usted al trabajo por causa de su fibromialgia? (Si no trabaja usted fuera de casa, deje esta pregunta en blanco)

1 2 3 4 5



En las siguientes preguntas ponga una marca como esta I en el punto de la línea que mejor indique cómo se sintió en general durante la última semana

- | | | |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 4. | Cuando fue a trabajar, ¿Cuánta dificultad le causaron el dolor u otros síntomas de su fibromialgia en el desempeño de su trabajo? | |
| | Sin problema _____ | Mucha dificultad |
| 5. | ¿Cómo ha sido de fuerte el dolor? | |
| | Sin dolor _____ | Dolor muy fuerte |
| 6. | ¿Cómo se ha encontrado de cansada? | |
| | Nada cansada _____ | Muy cansada |
| 7. | ¿Cómo se ha sentido al levantarse por las mañanas? | |
| | Bien _____ | Muy cansada |
| 8. | ¿Cómo se ha notado de rígida o agarrotada? | |
| | Nada rígida _____ | Muy rígida |
| 9. | ¿Cómo se ha notado de nerviosa, tensa o angustiada? | |
| | Nada nerviosa _____ | Muy nerviosa |
| 10. | ¿Cómo se ha sentido de deprimida o triste? | |
| | Nada deprimida _____ | Muy deprimida |