

Assessment of Life Habit

General Short Form

77 items

■ Translation in Spanish

SPECIMEN



Medición de Hábitos de Vida

(MHAVIDA 3.1)

Instrumento abreviado



Una realización de

Patrick Fougeyrollas
Luc Noreau

Con la colaboración de

Monique Beaulieu Céline Lepage Ginette St Michel
Sylvie-Anne Dion Marc Sévigny Julie Tremblay

Traductores

Samuel Morales Rojas, Claudia Pérez-Salas

Revisión

Camila Rodríguez

Version originale en français
Édition juin 2003

Versión original en francés
Edición de junio de 2003

SPECIMEN

RIPPH

525, boul. Wilfrid-Hamel Est, local F-117.4
Québec (Québec)
Canada G1M 2S8

Courriel : ripph@irdpq.qc.ca

© RIPPH, 2002 – Tous droits réservés

Dépôt légal, 2004

Bibliothèque nationale du Québec

Bibliothèque nationale du Canada

ISBN 2-922213-28-5 (Version original en francés)

Instrucciones

Lea las siguientes instrucciones con atención. Esto le permitirá familiarizarse con el cuestionario y su utilización.

En términos generales, este cuestionario tiene como objetivo recoger información sobre un conjunto de hábitos de vida que son característicos de una persona en su entorno (casa, trabajo, colegio y barrio).

Los **hábitos de vida** son *actividades cotidianas* (comer, comunicarse con otros, y desplazarse) y los *roles sociales* (mantener un trabajo, estudiar) que aseguran la sobrevivencia y bienestar de las personas en la sociedad a lo largo del tiempo. La realización de hábitos de vida depende de la edad de la persona, las expectativas de su medio ambiente, y de factores culturales.

En este cuestionario, se les solicita a las personas que indiquen cómo logran realizar cada hábito de vida en su vida cotidiana. Así, el propósito de este cuestionario es determinar la forma más frecuente en que el evaluado logra cumplir dichos hábitos de vida. Adicionalmente, se solicita indicar el nivel de satisfacción con que ellos cumplen el hábito de vida.

SPECIMEN

Nota a los encuestados

Por favor, responda libremente a cada pregunta, de acuerdo a sus propias percepciones, no hay respuestas correctas o incorrectas. Si no se siente cómodo para responder a algunos de los temas más personales, no dude en saltársela.

Para cada uno de los hábitos, usted debe responder a dos preguntas:

Pregunta 1

Permite determinar para cada hábito en la persona evaluada:

A El nivel de realización

y

B El tipo de ayuda requerida para realizarlos

Pregunta 2

Permite determinar el nivel de satisfacción con cada uno de los hábitos (evaluado, padres o profesional)

Por favor tenga en cuenta que las respuestas (A y B) están interrelacionadas.

Éste es el encabezado que usted encontrará en cada página del cuestionario

Responda las siguientes preguntas (marque las casillas apropiadas)		Pregunta 1					Pregunta 2									
		A Nivel de realización					B Tipo de ayuda requerida					Nivel de satisfacción				
1	Para cada uno de los siguientes hábitos, indique de qué forma los realiza y qué tipo de ayuda requiere.	Sin dificultad	Con dificultad	Realizado por sustitución	No realizable	No se aplica	Sin ayuda	Ayuda técnica	Adaptación o acondicionamiento	Ayuda humana adicional	Muy insatisfecho	Insatisfecho	+/- satisfecho	Satisfecho	Muy satisfecho	
2	Para cada uno de los siguientes hábitos, indique el nivel de satisfacción o insatisfacción con la forma en que los logra realizar.															

Niveles de realización

Pregunta 1-A

Para cada uno de los siguientes hábitos de vida, indique la manera en que la persona los logra realizar habitualmente.

Para esta sub-pregunta, por favor, marque solo una celdilla de **nivel de realización** para cada hábito de vida. A continuación encontrará las definiciones de cada nivel de realización.

Sin dificultad

La persona realiza el hábito de vida fácilmente o con poca dificultad, incluso si se requiere una adaptación *, ayuda técnica *, * o ayuda humana adicional, según el caso.

Con dificultad

La persona realiza el hábito de vida con dificultad (incomodidad, mucho esfuerzo, etc.), incluso si se requiere una adaptación, ayuda técnica, o ayuda humana adicional, según lo requiera.

Realizada por sustitución

La persona no puede participar activamente en la realización del hábito de vida debido a que su discapacidad es demasiado severa o los obstáculos son demasiado grandes. Ya que este hábito es esencial en la mayoría de los casos (bañarse, vestirse, desplazarse), este hábito es completamente realizado por otra persona.

No realizable

La persona no puede lograr el hábito de vida porque:

- 1) La discapacidad es demasiado grave o severa,
- 2) Los obstáculos son demasiado grandes, o
- 3) Hay una falta de ayuda.

Como se trata de hábitos no esenciales para la vida en la mayoría de los casos (por ejemplo, mantener un trabajo, ir al cine), no puede ser realizada por otra persona.

No aplica

Este hábito de vida no forma parte de la realidad cotidiana de la persona

- 1) Porque no ha sido necesario hacerlo (por ejemplo, volar en avión, planificar una mudanza, usar el transporte público),
- 2) la edad o el sexo (por ejemplo, para un niño planificar un presupuesto),
- 3) el medio ambiente (por ejemplo, utilizar el balcón o patio, si la familia no dispone de uno), o
- 4) por elección personal, familiares o socio-culturales (por ejemplo, tomar un curso si la persona no está en la escuela, realizar actividades artísticas, música, pintura, danza, etc.)

Tipo de ayuda requerida

Pregunta 1-B

Para cada uno de los siguientes hábitos de vida, indique el tipo de ayuda que necesita.

Usted puede seleccionar más de una casilla (Tipo de ayuda) si todos corresponden a la forma en que la persona cumple el hábito de vida. Aquí están las definiciones de cada tipo de ayuda:

Sin ayuda

La persona logra el hábito de vida por sí mismo sin ayuda técnica, adaptación o sin ayuda humana adicional. En esta situación, ninguna otra casilla debe ser llenada.

Ayuda técnica*

Cualquier apoyo (no humano) para ayudar a la realización de los hábitos tales como una silla de ruedas, ayuda visual, auditiva, asiento de baño, medicamentos, u otros accesorios. Generalmente, la persona trae consigo la ayuda técnica.

Adaptación o Acondicionamiento

Cualquier modificación en su entorno para facilitar la realización de sus hábitos, tales como una rampa de acceso, una puerta más amplia, modificación en la iluminación, la adaptación de las tareas, la modificación de los hábitos de vida, o el tiempo asignado para lograrlo (con más tiempo para completarlo). En términos generales, la persona no puede llevar las adaptaciones físicas con él/ella.

Ayuda humana adicional

Se define como cualquier persona que ayuda a que la persona realice los hábitos de vida, incluidos los familiares, amigos, personal médico, etc. Esto incluye ayuda física o supervisión, las claves verbales, el alentarle mientras realiza el hábito, etc. Esta asistencia debe ser necesaria debido a la discapacidad de la persona o los obstáculos del ambiente.

*** Nota 1**

la casilla de ayuda técnica sólo debe verificarse si la realización del hábito de vida de la persona exige su uso (por ejemplo, una silla de ruedas, un audífono).

Ejemplo de realización de algunos hábitos de vida

<p>Participar en la preparación de la comida</p>	Sin dificultad	Con dificultad	Realizado por sustitución	No realizable	No se aplica	Sin ayuda	Ayuda técnica	Adaptación o acondicionamiento	Ayuda humana adicional	Muy insatisfecho	Insatisfecho	+/- satisfecho	Satisfecho	Muy satisfecho
Si la persona logra fácilmente este hábito de vida, marque la casilla “sin dificultad”.	√													
Si es difícil para la persona preparar comidas, marque la casilla “con dificultad”.		√												
Si la persona no participa activamente en este hábito de vida a causa de discapacidades que son demasiado severas o que los obstáculos son demasiado grandes y otra persona lo hace por el joven, marque la casilla “realizado por sustitución”.			√											
Si la persona no puede tomar parte en la preparación de la comida a causa de la discapacidad que es demasiado severa o que los obstáculos son demasiado grandes, marque la casilla “no realizable”.				√										
Si la persona no tiene el hábito de participar en la preparación de la comida por elección y no a causa de los obstáculos o la discapacidad, entonces el hábito no es parte de sus actividades cotidianas. Se debe marcar la casilla “no aplica”.					√									
Si la persona no necesita ayuda para cumplir con estos hábitos de vida, marque la casilla de “no asistencia”. El hábito de vida debe lograrse sin asistencia, incluso si usted marcó con dificultad en la escala de realización.		√				√								
Si la persona utiliza dispositivos especiales (pinzas, ortopedia, etc.) para participar en la preparación de la comida, marque la casilla de “ayuda técnica”.							√							
Si la persona necesita más tiempo para cumplir con este hábito de vida, marque la casilla de “adaptación o acondicionamiento”.								√						
Si la persona necesita asistencia de otra persona para tomar parte en la preparación de la comida debido a su discapacidad o porque la cocina no se ha adaptado, marque la casilla de “ayuda humana adicional”.									√					

Ejemplo de realización de algunos hábitos de vida (continuación...)

	Sin dificultad	Con dificultad	Realizado por sustitución	No realizable	No se aplica	Sin ayuda	Ayuda técnica	Adaptación o acondicionamiento	Ayuda humana adicional	Muy insatisfecho	Insatisfecho	+/- satisfecho	Satisfecho	Muy satisfecho
<p>Tomar un baño o ducha</p> <p>Si la persona usa una ducha sentado para cumplir con este hábito, marque ayuda técnica. Si la persona requiere ayuda para cumplir este hábito, marque también ayuda humana adicional. Del mismo modo, si el baño de la persona está adaptado marque adaptación.</p>							√							
<p>Entrar y moverse en su residencia, lugares recreacionales del vecindario</p> <p>Si la persona se desplaza en silla de ruedas y desea tener acceso a un edificio, pero no puede (porque no tiene rampa) marque no realizado. Esto significa que el hábito no es realizado por obstáculos mayores o falta de asistencia.</p>				√										
<p>Si la persona una rampa para realizar el hábito, marque adaptación.</p>							√							
<p>El uso de un teléfono (en casa o en un entorno familiar)</p> <p>Si la persona utiliza un dispositivo auditivo para utilizar el teléfono, marque la casilla de ayuda técnica.</p>							√							

Ejemplo de realización de algunos hábitos de vida (continuación...)

	Sin dificultad	Con dificultad	Realizado por sustitución	No realizable	No se aplica	Sin ayuda	Ayuda técnica	Adaptación o acondicionamiento	Ayuda humana adicional	Muy insatisfecho	Insatisfecho	+/- satisfecho	Satisfecho	Muy satisfecho
<p>Uso de un ordenador (computador)</p> <p>Si la persona utiliza una ayuda visual (telescópico, la lectura de apoyo, puntero agrandado, letra amplificada, etc), marque la casilla de ayuda técnica.</p> <p>Si la persona necesita más tiempo para realizar esta actividad, marque la casilla de adaptación.</p> <p>Si la persona necesita instrucciones verbales o estímulo que no es requerido por una persona sin discapacidad de la misma edad, marque la casilla de ayuda humana adicional.</p>							✓	✓						
<p>Comunicación escrita (escribir una carta, un mensaje, etc.)</p> <p>Si la persona necesita más tiempo para realizar este hábito, marque la casilla de adaptación.</p>							✓							

Para ciertos hábitos de vida (por ejemplo, dormir), los niveles realizado por sustitución, no realizable, o no se aplica no pueden ser marcados. Esto se explica por el aspecto esencial de estos hábitos para la supervivencia.

Nota :

Los ejemplos se dan entre paréntesis para todos los hábitos de vida. Sin embargo, los ejemplos no son exhaustivos. Además, no es necesario cumplir todos los hábitos de vida, sólo aquellas que sean pertinentes para la persona o su estilo de vida.

Nivel de satisfacción

Pregunta 2

Para cada uno de los siguientes hábitos de vida, marque su nivel de satisfacción con la forma en que la persona lo logra.

Esta segunda pregunta se refiere a la evaluación del nivel de logro de los hábitos de vida por parte de la persona. Por favor, responda libremente basado en su experiencia personal y realidad diaria. La evaluación se refiere a la valoración que la persona que se identifica en la siguiente página hace de la satisfacción con la realización de los hábitos de vida. Si el encuestado es la persona que está siendo evaluada, esta pregunta evalúa su propia valoración del nivel de logro de sus hábitos de vida

El nivel de satisfacción “Más o menos satisfecho” significa que en ciertas situaciones o en ciertos días usted está satisfecho y otros está insatisfechos con el nivel de logro.

Cada nivel de satisfacción con los hábitos de vida es solo un indicador, para decidir la relevancia de una intervención para modificar ese hábito de vida. Así, esta herramienta no incluye una modalidad de integración para implementar el nivel de satisfacción dentro de resultados normalizados respecto del cumplimiento de hábitos de vida

SPECIMEN

Identificación de la persona

1 Nombre :

2 Fecha de nacimiento : DD MM AA
 / /

3 Género : mujer hombre

4 Fecha de evaluación : DD MM AA
 / /

5 Como fue resuelta la encuesta :

- autoadministrada
- entrevista

6 El encuestado es :

- una persona joven
 - un familiar
 - profesional (nombre y disciplina)
-
-

7 El nivel de satisfacción :

- la persona
- un ser cercano
- el profesional a cargo

Cuestionario

Responda las siguientes preguntas (marque las casillas apropiadas)

1 Para cada uno de los siguientes hábitos, indique de qué forma los realiza y qué tipo de ayuda requiere.

2 Para cada uno de los siguientes hábitos, indique el nivel de satisfacción o insatisfacción con la forma en que los logra realizar.

Pregunta 1					Pregunta 2								
A Nivel de realización		B Tipo de ayuda requerida			Nivel de satisfacción								
Sin dificultad	Con dificultad	Realizado por sustitución	No realizable	No se aplica	Sin ayuda	Ayuda técnica	Adaptación o acondicionamiento	Ayuda humana adicional	Muy insatisfecho	Insatisfecho	+/- satisfecho	Satisfecho	Muy satisfecho

Nutricion

Selecciona el tipo de alimentos de colaciones y comidas de acuerdo al sabor o necesidades específicas (cantidad, tipo de alimento, etc.)														1.1
Participa del proceso de preparación de los alimentos (que incluye el uso de algunos electrodomésticos)														1.2
Come (usa platos y cubiertos, tiene buenos modales en la mesa, etc.)														1.3.1
Sale a comer a restaurantes (servicio a la mesa y comida rápida)														1.3.2

Condicion física

Se acuesta y se levanta por sí solo														2.1
Duerme (cómodamente, de manera continua y el tiempo adecuado)														2.2
Realiza actividad física para mantener o mejorar la salud y condición física (caminando, ejercicios grupales o individuales)														2.3
Participa en actividades lúdicas que son relajantes o requieran de su atención para garantizar su bienestar psicológico o mental (yoga, meditación, crecimiento personal, ajedrez, etc)														2.4

Cuidado personal

Participa de su higiene personal (lavarse la cara, cepillarse los dientes, peinarse, ducharse, etc.)														3.1
Usa el baño y el inodoro de la casa (y otros dispositivos para evacuación)														3.2.1

Responda las siguientes preguntas (marque las casillas apropiadas)

1 Para cada uno de los siguientes hábitos, indique de qué forma los realiza y qué tipo de ayuda requiere.

2 Para cada uno de los siguientes hábitos, indique el nivel de satisfacción o insatisfacción con la forma en que los logra realizar.

	Pregunta 1					Pregunta 2									
	A Nivel de realización					B Tipo de ayuda requerida				Nivel de satisfacción					
	Sin dificultad	Con dificultad	Realizado por sustitución	No realizable	No se aplica	Sin ayuda	Ayuda técnica	Adaptación o acondicionamiento	Ayuda humana adicional	Muy insatisfecho	Insatisfecho	+/- satisfecho	Satisfecho	Muy satisfecho	
Usa el baño y el inodoro en otro lugar que no sea su propia casa (y otros dispositivos para evacuación)															3.2.2__
Se viste y desviste de la cintura hacia arriba (abrocharse los botones o cierres, y elegir la ropa)															3.3.1__
Se viste y se desviste de la cintura hacia abajo (vestirse, ponerse accesorios, incluyendo la elección de la ropa)															3.3.2__
Se pone, se saca y hace mantenimiento de los dispositivos de ayuda técnica (aparatos ortopédicos, audífonos, lentes, sillas de ruedas, etc.)															3.3.3__
Participa del cuidado de su salud (primeros auxilios, toma sus medicamentos, sigue instrucciones para un tratamiento, etc.)															3.4.1__
Usa servicios proporcionados por una clínica, hospital, centro de rehabilitación															3.4.2__
Comunicación															
Se comunica con otras personas en su casa o en su comunidad (expresa necesidades, mantiene una conversación, etc.)															4.1.1__
Se comunica con un grupo de personas en su casa o en su comunidad (expresa ideas, mantiene una conversación, etc.)															4.1.2__
Se comunica de manera escrita (escribe una carta, mensaje, etc.). <i>Nota: si usa lentes para leer, marque la casilla Ayuda técnica</i>															4.2.1__
Lee y entiende información escrita (diarios, libros, cartas, letreros, etc.)															4.2.2__
Usa el teléfono de la casa															4.3.1__
Usa el teléfono público o celular															4.3.2__
Usa el computador															4.3.3__
Usa el equipo de música, televisor o sistema de sonido															4.3.4__

Responda las siguientes preguntas (marque las casillas apropiadas)

1 Para cada uno de los siguientes hábitos, indique de qué forma los realiza y qué tipo de ayuda requiere.

2 Para cada uno de los siguientes hábitos, indique el nivel de satisfacción o insatisfacción con la forma en que los logra realizar.

Pregunta 1					Pregunta 2								
A Nivel de realización					B Tipo de ayuda requerida								
Nivel de satisfacción													
Sin dificultad	Con dificultad	Realizado por sustitución	No realizable	No se aplica	Sin ayuda	Ayuda técnica	Adaptación o acondicionamiento	Ayuda humana adicional	Muy insatisfecho	Insatisfecho	+/- satisfecho	Satisfecho	Muy satisfecho

Vivienda

Elige un tipo de vivienda que se ajuste a sus necesidades (casa, departamento, casas de acogida, etc.)														5.1
Participa de la limpieza de la casa (hacer aseo, lavar la ropa, reparaciones menores, etc.)														5.2.1
Participa del mantenimiento del patio y del jardín (cuidar el pasto, barrer las hojas, recoger la nieve, etc.)														5.2.2
Realiza tareas domésticas de mayor envergadura (aseo general, pintura de paredes, reparaciones mayores, etc.)														5.2.3
Entra y sale de la casa														5.3.1
Se desplaza dentro de la casa														5.3.2
Usa los muebles y otros aparatos de la casa (escritorios, termostatos, estufas, etc.)														5.3.3
Se desplaza fuera de la casa (patio, jardín)														5.3.4

Desplazamientos

Se desplaza en las calles y veredas (incluyendo cruzar calles)														6.1.1
Se desplaza en superficies resbaladizas o irregulares (nieve, hielo, pasto, piedras, etc.)														6.1.2
Maneja algún tipo de vehículo														6.2.1
Anda en bicicleta, patines o skate (como medio de transporte, como pasatiempo, etc.)														6.2.2
Usa vehículos como pasajero (automóvil, bus, taxi, etc.) Nota: En caso de transporte adaptado para minusválidos se debe marcar la casilla Adaptación o acondicionamiento														6.2.3

Responsabilidades

Reconoce el valor de monedas y billetes, además los usa de modo correcto														7.1.1
Utiliza tarjetas bancarias y el cajero automático														7.1.2

Responda las siguientes preguntas (marque las casillas apropiadas)

1 Para cada uno de los siguientes hábitos, indique de qué forma los realiza y qué tipo de ayuda requiere.

2 Para cada uno de los siguientes hábitos, indique el nivel de satisfacción o insatisfacción con la forma en que los logra realizar.

	Pregunta 1					Pregunta 2									
	A Nivel de realización					B Tipo de ayuda requerida				Nivel de satisfacción					
	Sin dificultad	Con dificultad	Realizado por sustitución	No realizable	No se aplica	Sin ayuda	Ayuda técnica	Adaptación o acondicionamiento	Ayuda humana adicional	Muy insatisfecho	Insatisfecho	+/- satisfecho	Satisfecho	Muy satisfecho	
Compra por sí solo (escoge, elige el modo de pago, compra por teléfono, etc)															7.1.3__
Planifica el presupuesto y cumple con el pago de deudas (gasta dinero, ahorra, paga cuentas, etc.)															7.1.4__
Asume su responsabilidad cívica con los demás y con la sociedad (respeto los derechos y la propiedad de los otros, vota, obedece las leyes, etc.)															7.2__
Asume responsabilidades personales y familiares															7.3.1__
Garantiza la educación de sus hijos															7.3.2__
Cuida a sus hijos (su salud, los alimenta, les compra ropa, etc.)															7.3.3__
Relaciones interpersonales															
Tiene una relación cercana con su pareja															8.1__
Tiene una relación cercana con sus hijos															8.2.1__
Tiene una relación cercana con sus padres															8.2.2__
Tiene una relación cercana con otros familiares (hermanas, hermanos, tíos, etc.)															8.2.3__
Tiene amistades															8.2.4__
Se relaciona socialmente con las personas de su entorno (vecinos, compañeros de trabajo, compañeros de curso, durante actividades de esparcimiento, etc.)															8.2.5__
Tiene una vida sexual activa (sana, apropiada, usa protección, etc.)															8.3__
Vida en comunidad															
Llega a los edificios públicos de la comunidad (edificios municipales, judiciales, bancos, correo, etc.)															9.1__

Responda las siguientes preguntas (marque las casillas apropiadas)

1 Para cada uno de los siguientes hábitos, indique de qué forma los realiza y qué tipo de ayuda requiere.

2 Para cada uno de los siguientes hábitos, indique el nivel de satisfacción o insatisfacción con la forma en que los logra realizar.

Pregunta 1					Pregunta 2									
A Nivel de realización					B Tipo de ayuda requerida					Nivel de satisfacción				

Sin dificultad	Con dificultad	Realizado por sustitución	No realizable	No se aplica	Sin ayuda	Ayuda técnica	Adaptación o acondicionamiento	Ayuda humana adicional	Muy insatisfecho	Insatisfecho	+/- satisfecho	Satisfecho	Muy satisfecho
----------------	----------------	---------------------------	---------------	--------------	-----------	---------------	--------------------------------	------------------------	------------------	--------------	----------------	------------	----------------

Entra y se desplaza en edificios públicos de la comunidad (edificios municipales, judiciales, bancos, correo, etc.)

Hace uso de los servicios públicos de la comunidad (municipales, judiciales, bancarios, portales, etc.)

Llega a establecimientos comerciales de la comunidad (supermercados, malls, negocios, etc.)

Entra y se desplaza en establecimientos comerciales de la comunidad (supermercados, malls, negocios, etc.)

Hace uso de los negocios del barrio (mimimarkets, almacenes, etc.)

Participa en grupos sociales o comunitarios (clubes, grupos religiosos, voluntariado, etc.)

Participa en actividades espirituales o religiosas

9.1.2____

9.1.3____

9.1.4____

9.1.5____

9.1.6____

9.2.1____

9.2.2____

Educacion

Participa en actividades educativas o de formación técnico profesional a nivel medio (cursos, tareas, actividades extracurriculares, etc.)

Prosigue estudios superiores (institutos profesionales, universidades, centro de formación técnica, etc.)

10.1____

10.2____

Trabajo

Elige una carrera o profesión

Busca empleo

Realiza un trabajo remunerado. *Nota: Si actualmente no tiene un trabajo, pero quiere trabajar, debe marcar la casilla No realizable*

Elige una carrera o profesión

11.1____

11.2____

11.3.1____

11.3.2____

Responda las siguientes preguntas (marque las casillas apropiadas)

1 Para cada uno de los siguientes hábitos, indique de qué forma los realiza y qué tipo de ayuda requiere.

2 Para cada uno de los siguientes hábitos, indique el nivel de satisfacción o insatisfacción con la forma en que los logra realizar.

	Pregunta 1					Pregunta 2									
	A Nivel de realización					B Tipo de ayuda requerida					Nivel de satisfacción				
	Sin dificultad	Con dificultad	Realizado por sustitución	No realizable	No se aplica	Sin ayuda	Ayuda técnica	Adaptación o acondicionamiento	Ayuda humana adicional	Muy insatisfecho	Insatisfecho	+/- satisfecho	Satisfecho	Muy satisfecho	
Participa de actividades no remuneradas (voluntariado)															11.4.1__
Llega al lugar de ocupación principal (trabajo, escuela, centro de voluntariado, etc.)															11.4.2__
Entra y se desplaza en su lugar de ocupación principal (trabajo, escuela, centro de voluntariado, etc.)															11.4.3__
Usa los servicios en el lugar de ocupación principal, ya sea en el trabajo o la escuela (casino, cafetería, comedor, otros servicios para el personal o los estudiantes, etc.)															11.4.4__
Recreación															
Realiza actividades deportivas o recreativas (deportes, juegos, actividades al aire libre, etc.)															12.1__
Practica alguna actividad relacionada a la cultura, las artes o las manualidades (música, danza, arte, artesanías, etc.)															12.2.1__
Asiste a eventos deportivos (fútbol, basquetbol, etc.)															12.2.2__
Asiste a eventos de tipo artístico-cultural (conciertos, películas, obras de teatro, etc.)															12.2.3__
Participa de actividades turísticas (como viajar, visitar sitios históricos o naturales, etc.)															12.2.4__
Realiza actividades al aire libre (caminatas, acampar, etc.)															12.2.5__
Usa dependencias recreativas locales (como bibliotecas, centros municipales destinados a la recreación, etc.)															12.2.6__

Comentarios

Use las siguientes líneas para comentarios generales o relacionados específicamente a uno o más de los siguientes temas en relación con la persona:

- a) El nivel de realización
- b) El tipo de asistencia requerida
- c) El nivel de satisfacción

O para comentarios generales pertinentes a algunos de los otros aspectos de este cuestionario.

SPECIMEN

Resumen de los resultados

SPECIMEN

Escala de realización de los hábitos de vida		
Calificación	Nivel de dificultad	Tipo de asistencia
9	Nivel de dificultad	Tipo de asistencia
8	Sin dificultad	Sin asistencia
7	Sin dificultad	Ayuda técnica
6	Con dificultad	Sin asistencia
5	Con dificultad	Ayuda técnica
4	Sin dificultad	Ayuda humana adicional
3	Sin dificultad	ayuda técnica o ayuda humana adicional
2	Con dificultad	Ayuda humana adicional
1	Con dificultad	
0	Realizado por sustitución	
N/A	No realizada	

Formula: calcular el nivel de realización
(Σ puntuación por 10) dividido (numero de hábitos de vida aplicables por 9)

ejemplo: calcular el nivel de realización
(Hábitos de vida, forma corta 3.1)

Categorías	Puntuación		Ejemplo		
	Numero de hábitos de vida aplicables	Puntuación (rango)	Numero de hábitos de vida aplicables	Puntuación total	Promedio puntuación
Nutrición	4	0-36	4	26	7,2
Condición física	4	0-36	4	15	4,2
Cuidado personal	8	0-72	8	36	5
Comunicación	8	0-72	8	60	8,3
Vivienda	8	0-72	8	48	6,7
Desplazamiento	5	0-45	4	24	6,7
Responsabilidades	8	0-72	7	28	4,4
Relaciones interpersonales	7	0-63	7	50	7,9
Vida en comunidad	8	0-72	8	42	5,8
Educación	2	0-18	2	16	8,9
Trabajo	8	0-72	8	55	7,6
Recreación	7	0-63	7	43	6,8
Total	77	0-693	75	443	6,6 / 10

Nivel de realización de las categorías de los hábitos de vida

Nivel de realización: 0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10

Categorías de hábitos de vida

Nutrición	7,2	Responsabilidades	4,4
Condición física	4,2	Relaciones interpersonales	7,9
Cuidado personal	5	Vida en comunidad	5,8
Comunicación	8,3	Educación	8,9
Vivienda	6,7	Trabajo	7,6
Desplazamiento	6,7	Recreación	6,8