

### **Clase Práctica No 4.**

Asignatura: Psicología Médica II.

Asunto: Técnicas Psicodiagnósticas de utilidad para el médico general básico.

Sumario: Inventario de ansiedad de riesgos y estados. (IDARE)

Objetivos: Que al finalizar la actividad los estudiantes sean capaces de:

- Argumentar para qué se utiliza esta técnica psicológica.
- Aplicar y calificar la técnica.
- Vincular la teoría con la práctica.

FOD: Clase Práctica.

Método: Elaboración conjunta y Trabajo Independiente.

Medios de enseñanza: Pizarra y Test (IDARE).

FDP: Vinculación de la teoría con la práctica.

INTRODUCCION: (10 min aproximadamente).

- Control de asistencia
- Escribir asunto y sumario en el pizarrón
- Rememorar contenido que sirva de base a la clase práctica
- Comentar los objetivos de la actividad

DESARROLLO: (80 min aproximadamente)

Se explicará la forma en que se va a realizar la actividad dividiéndose el grupo en dúos, un estudiante aplicará el test al otro integrante y después intercambiarán las pruebas para su aplicación.

Seguidamente el profesor explicará la forma en que se califica la prueba y cada estudiante evaluará la prueba que aplicó a su compañero.

Posteriormente el docente explicará los aspectos teóricos de la prueba que permitan realizar el análisis de los resultados.

Bibliografía:

Psicología Médica I. Fernando Núñez de Villavicencio. p. 251-253

Aclaración: Esta actividad docente no ha sido precedida de conferencia, por lo que deberás ir directamente a revisar el texto anteriormente indicado. En él se refieren algunos aspectos de las técnicas para el diagnóstico psicológico, por lo que tendrás en cuenta las condiciones para su aplicación, sus limitaciones y valor como medio auxiliar de apoyo en la clínica.

Referirás que una de las técnicas Psicodiagnósticas más utilizadas es el IDARE.

Consta de 40 preguntas: 20 para conocer si existe ansiedad como estado en los momentos en que se aplica el test, mientras que de la 21 a la 40 se utilizan para conocer si la ansiedad constituye un rasgo en el investigado.

## **El Test IDARE**

Se ha comprobado en la práctica asistencial y en las investigaciones, que los sujetos que tienen alta calificación en ansiedad como rasgo, son más propensos ante situaciones de estrés, a tener una evaluación alta en ansiedad como estado. Los sujetos que presentan una alta ansiedad como estado, no tienen por qué presentar una patología psiquiátrica, pueden ser sujetos normales sometidos a situaciones conflictivas o estresantes de manera situacional.

Existe una forma abreviada del IDARE para adolescentes y adultos, así como un IDARE-C para niños, básicamente entre 9 y 12 años.

**Áreas de aplicación:** Ha sido sometido a numerosos procesos de validación y es una de las pruebas que más se utiliza actualmente para la evaluación de la ansiedad, tanto en personas “sanas”, como en pacientes psiquiátricos y personas con problemas de enfermedades crónicas o dolor. Se reportan numerosos estudios en contextos clínicos en los que usualmente es complicado realizar una evaluación psicológica, como son las unidades de cuidados intensivos, los salones de operaciones, el paciente encamado, etc.

La validación en Cuba fue realizada en 1986 por *Castellanos, Grau y Martín*. Desde entonces, se utiliza en la asistencia cotidiana en casi todas las instituciones de salud del país, así como en la docencia y en la investigación.

**Corrección e Interpretación:** Para calificar se debe conocer el puntaje alcanzado en cada ítem. Se debe utilizar la clave, a manera de saber que grupos de anotaciones se suman, a partir de que algunas proposiciones están formuladas de manera directa, como evaluando la ansiedad (Ej. Estoy nervioso) y otras de manera inversa (Ej. Estoy calmado). Se utiliza posteriormente una fórmula, cuyo resultado final permite ubicar al sujeto en distintos niveles de ansiedad para cada escala, siendo Baja, Moderada o Alta.

Proporciona una puntuación de ansiedad como estado y otra de ansiedad como rasgo, que toman valores de 20 a 80 pts. En algunas versiones al español, no existen puntos de corte propuestos, sino que las puntuaciones directas que se obtienen se transforman en centiles en función del sexo y la edad, sin embargo, en la validación que se realizó en población cubana en 1986, se pudo establecer la puntuación 45 como punto de corte para la ansiedad alta, tanto estado como rasgo.

### **Resumen: Estrategia de calificación IDARE**

#### **A. Estado**

$$3+4+6+7+9+12+13+14+17+18= A$$

$$1+2+5+8+10+11+15+16+19+20= B$$

$$(A-B)+50=$$

\_\_\_ Alto ( $> = 45$ )

\_\_\_ Medio (30-44)

\_\_\_ Bajo ( $< = 30$ )

#### **A. Rasgo**

$$22+23+24+25+28+29+31+32+34+35+37+38+40 = A$$

$$21+26+27+30+33+35+39 = B$$

$$(A-B)+35=$$

\_\_\_ Alto ( $> = 45$ )

\_\_\_ Medio (30-44)

\_\_\_ Bajo ( $< = 30$ )

## IDARE INVENTARIO DE AUTOVALORACIÓN

Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

**INSTRUCCIONES:** Algunas expresiones que las personas usan para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y encierre en un círculo el número que indique **cómo se siente ahora mismo**, o sea, en estos momentos.

No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

	NO	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
1. Me siento calmado	1	2	3	4
2. Me siento seguro	1	2	3	4
3. Estoy tenso	1	2	3	4
4. Estoy contrariado	1	2	3	4
5. Me siento a gusto	1	2	3	4
6. Me siento alterado	1	2	3	4
7. Estoy alterado por algún posible contratiempo	1	2	3	4
8. Me siento descansado	1	2	3	4
9. Me siento ansioso	1	2	3	4
10. Me siento cómodo	1	2	3	4
11. Me siento con confianza en mí mismo	1	2	3	4
12. Me siento nervioso	1	2	3	4
13. Estoy agitado	1	2	3	4
14. Me siento "a punto de explotar"	1	2	3	4
15. Me siento relajado	1	2	3	4
16. Me siento satisfecho	1	2	3	4
17. Estoy preocupado	1	2	3	4
18. Me siento muy excitado y aturdido	1	2	3	4
19. Me siento alegre	1	2	3	4
20. Me siento bien	1	2	3	4

## IDARE INVENTARIO DE AUTOVALORACIÓN

**INSTRUCCIONES:** Algunas expresiones que las personas usan para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y encierre en un círculo el número que indique **cómo se siente generalmente**. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero describa cómo se siente generalmente.

	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUEN- TEMENTE	CASI SIEMPRE
21. Me siento bien	1	2	3	4
22. Me canso rápidamente	1	2	3	4
23. Siento ganas de llorar	1	2	3	4
24. Quisiera ser tan feliz	1	2	3	4
25. Me pierdo cosas por no poder decidirme rápidamente	1	2	3	4
26. Me siento descansado	1	2	3	4
27. Soy una persona “tranquila serena y sosegada”	1	2	3	4
28. Siento que las dificultades se amontonan al punto de no poder soportarlas	1	2	3	4
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	1	2	3	4
30. Soy feliz	1	2	3	4
31. Me inclino a tomar las cosas muy a pecho	1	2	3	4
32. Me falta confianza en mí mismo	1	2	3	4
33. Me siento seguro	1	2	3	4
34. Trato de evitar enfrentar una crisis o dificultad	1	2	3	4
35. Me siento melancólico	1	2	3	4
36. Estoy satisfecho	1	2	3	4
37. Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente	1	2	3	4
38. Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	1	2	3	4
39. Soy una persona estable	1	2	3	4
40. Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado	1	2	3	4

## IDARE

### Hoja de Respuesta

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

ESTADO					RASGO				
	No	Un poco	Bastante	Mucho		Casi Nunca	Algunas veces	Frecuente-mente	Casi siempre
1.					1.				
2.					2.				
3.					3.				
4.					4.				
5.					5.				
6.					6.				
7.					7.				
8.					8.				
9.					9.				
10.					10.				
11.					11.				
12.					12.				
13.					13.				
14.					14.				
15.					15.				
16.					16.				
17.					17.				
18.					18.				
19.					19.				
20.					20.				

---