

ESCALA EUROPEA DE AUTOCUIDADO EN INSUFICIENCIA CARDÍACA
 (European Heart Failure Self-care Behaviour scale) by Jaarsma, Stromberg, Martenson & Dracup

Nombre del paciente:

Fecha:

Responda con sinceridad a las siguientes afirmaciones. Haga un círculo en el número 1 si está completamente de acuerdo con la afirmación (es decir si hace siempre lo que se comenta). Haga un círculo en el 5 si está completamente en desacuerdo con la afirmación (es decir si no hace nunca lo que se comenta). Haga un círculo en los números del 2 al 4 para respuestas intermedias. Aunque no esté seguro por completo en alguna cuestión marque la respuesta que crea más ajustada a su situación:

		Completamente de acuerdo/ Siempre				Completamente en desacuerdo/ Nunca
		1	2	3	4	5
1	Me peso cada día					
2	Si siento ahogo (disnea) me paro y descanso					
3	Si mis pies/piernas comienzan a hincharse más de lo habitual, contacto con mi doctor o enfermera					
4	Si aumento 2 Kg. en una semana, contacto con mi doctor o enfermera					
5	Limito la cantidad de líquidos que bebo (no más de 1½-2 litros)					
6	Si experimento aumento de fatiga (cansancio), contacto con mi doctor o enfermera					
7	Realizo una dieta baja en sal					
8	Tomo toda la medicación como me han indicado					
9	Hago ejercicio regularmente					

TOTAL