Document downloaded from http://www.elsevier.es, day 23/08/2025. This copy is for personal use. Any transmission of this document by any media or format is strictly prohibited.

ANEXO 1. VERSIÓN ACORTADA DE LA ESCALA DE EFICACIA EN CAÍDAS (Short FES-I)

Instrucciones: Ahora nos gustaría hacerle unas preguntas en relación a cuan preocupada/o está usted de la posibilidad de caerse. Para cada una de las siguientes actividades, por favor haga una cruz en la frase que más se aproxime a su opinión que muestre la medida en que está preocupado/a que pueda caerse si hiciera esta actividad. Por favor conteste pensando en la manera habitual que tiene de realizar la actividad. Si Ud. no realiza actualmente actividad (ej., si alguien compra por usted), por favor conteste en relación a mostrar si usted estaría preocupado/a de caerse SI usted realizará dicha actividad

USTED ESTÁ PREOCUPADO QUE PUEDA CAERSE AL:	En absoluto preocupado/a	Algo preocupado/a	Bastante preocupado/a	Muy preocupado/a
1. Vestirse o desvestirse	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
2. Bañarse o ducharse	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
3. Sentarse o levantarse de una silla	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
4. Subir o bajar escaleras	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
5. Tomar algo que está en altura (por encima de su cabeza) o que está en el suelo	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
6. Subir y bajar superficies inclinadas (por ejemplo, una rampa)	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
7. Salir a un evento social (ej. religioso, reunión familiar, reunión social)	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
PUNTAJES:	Sumar todos los 1	Sumar todos los 2	Sumar todos los 3	Sumar todos los 4
PUNTAJE TOTAL				

RESULTADO
7 – 8: preocupación baja; 9 – 13: preocupación moderada; 14 – 28: preocupación alta **Mínima puntuación: 7 / Máxima puntuación: 28 puntos**