

Anexo 1

Nombre: _____

ENCUESTA (Marque con una x)

1. Edad:

_____ 19-34

_____ 41- 60

_____ \geq 60

2. Sexo:

_____ Femenino

_____ Masculino

3. Alteraciones gastrointestinales (tienes mala digestión a repetición o padeces de gastritis, presentas antecedentes de giardiásis).

a. Sí _____

b. No _____

4. ¿Eres alérgico?

a. Sí _____

b. No _____

En caso afirmativo especificar tipo de alergia _____

5. ¿Eres diabético?

a. Sí _____

b. No _____

6. ¿Presentas carencia o déficit de vitaminas?

a. Sí _____

b. No _____

c. No sé _____

7. Localización de las aftas.

a) Labio _____

b) Carrillo _____

c) Encía _____

d) Paladar _____

e) Lengua _____

f) Suelo de boca _____

8. Tiempo de evolución de las aftas.

a. 7-10 días _____

b. 14 días _____

c. 6 semanas o más _____

INVENTARIO DE SÍNTOMAS DE ESTRÉS (versión INOR-2,1998)

Edad _____ Sexo _____ Estado Civil _____

Institución _____ Tiempo en ella _____ Fecha _____

INSTRUCCIONES: Marque con una X los signos de malestar que ha padecido en los últimos 12 meses y la frecuencia con que los ha presentado.

Malestares	Nunca	Rara vez	En Ocasiones	Frecuentemente	Muy frecuente	Siempre
1. Depresión						
2. Fuertes latidos del corazón.						
3. Resequedad en la boca.						
4. Explosiones de ira.						
5. Imperiosa necesidad de esconderse.						
6. Muchas ganas de llorar.						
7. Imposibilidad de concentrarse.						
8. Debilidad, mareos.						
9. Fatiga.						
10. Sentirse atado.						
11. Tics nervioso.						
12. Asustarse con pequeños ruidos.						
13. Risa nerviosa.						
14. Tartamudeo						
15. Rechinar los dientes.						
16. Mandíbulas apretadas.						
17. Insomnio						
18. Dolores de cabeza por tensión.						
19. Migraña.						
20. Sudación excesiva.						
21. Necesidad frecuente de orinar.						
22. Indigestión.						
23. Tensión premenstrual. O irregularidades.						
24. Dolor de cuello o espalda.						
25. Pérdida de apetito.						
26. Ganas de comer a todas horas.						
27. Aumento en cantidad diaria de cigarrillos.						
28. Aumento en dosis de tranquilizantes.						

29. Aumento en la ingestión de alcohol.						
30. Pesadillas.						
31. Ansiedad.						
32. Propensión a accidentes.						
33. Imperiosa necesidad de estarse moviendo.						
34. Estreñimiento						
35. Gripes frecuentes.						
36. Manos y pies fríos.						
37. Alergias.						
38. Gastritis.						
39. Colitis.						
40. Úlcera.						
41. Hipertensión.						
42. Temblores.						