

NOTTINGHAM HEALTH PROFILE

La siguiente lista se refiere a algunos problemas que han de afrontar muchas personas en su vida diaria. Lea con atención la lista y marque SÍ o NO según su estado actual. Responda todas las preguntas, incluso cuando no le parezcan totalmente adecuadas a su caso. En caso de duda, marque la que mejor corresponde a su estado actual.

¿Su estado de salud le ocasiona problemas en su:

Actividad profesional (empleo remunerado)?	Sí	No
Actividad doméstica (limpieza, cocina, etc)?	Sí	No
Vida social (salida, citas, ir a un bar)?	Sí	No
Vida familiar (relación con los demás miembros del hogar)?	Sí	No
Vida sexual?	Sí	No
Entretenimiento (deportes, artes, hobbies)?	Sí	No
Vacaciones?	Sí	No

Responda cada frase con SÍ o No

Siempre estoy cansado	Sí	No
Siento dolores por la noche	Sí	No
Estoy cada vez más desanimado	Sí	No
Sufro dolores insoportables	Sí	No
Tomo medicamentos para dormir	Sí	No
Nada me causa placer	Sí	No
Me siento nervioso y en tensión	Sí	No
Sufro dolores al cambiar de posición	Sí	No
Me siento solo	Sí	No
Sólo puedo caminar dentro de casa	Sí	No

Responda cada frase con Sí o No

Tengo dificultades para inclinarme hacia delante (anudar el calzado, levantar un objeto)	Sí	No
Cualquier cosa representa un esfuerzo para mí)	Sí	No
Me despierto temprano por la mañana y me cuesta dormir)	Sí	No
Soy totalmente incapaz de caminar)	Sí	No
Tengo dificultades para relacionarme con los demás)	Sí	No
Los días me resultan interminables)	Sí	No
Tengo dificultades para subir o bajar escaleras)	Sí	No
Me cuesta estirar el brazo (para agarrar objetos)	Sí	No
Sufro cuando camino	Sí	No
Últimamente me enfurezco con facilidad	Sí	No
Me parece que no tengo alguien de confianza con quien hablar	Sí	No
Permanezco despierto gran parte de la noche	Sí	No
Me cuesta enfrentarme a los acontecimientos	Sí	No
Siento dolores al estar de pie	Sí	No
Me cuesta vestirme o desvestirme	Sí	No
Me canso con rapidez	Sí	No
Me cuesta mantenerme mucho tiempo en pie	Sí	No
Siento dolores de forma permanente	Sí	No
Tardo mucho tiempo en dormirme	Sí	No
Tengo la sensación de ser una carga para los demás	Sí	No
Las preocupaciones me impiden dormir	Sí	No
Siento que la vida no merece ser vivida	Sí	No
Duermo mal de noche	Sí	No
Me cuesta ponerme de acuerdo con los demás	Sí	No
Necesito ayuda para caminar fuera de casa (bastón Alguien que me sostenga)	Sí	No

El NHP consta de dos partes, la primera está formada por 38 ítems pertenecientes a seis dimensiones de la salud: Energía (3 ítems), Dolor (8 ítems), Movilidad física (8 ítems), Reacciones emocionales (9 ítems), Sueño (5 ítems), y Aislamiento social (5 ítems). Los ítems representan diferentes estados de salud. Los individuos que contestan deben indicar para cada uno de ellos si son aplicables a su persona mediante respuesta "Sí/No". La segunda parte consiste en siete preguntas sobre la existencia de limitaciones a causa de la salud en siete actividades funcionales de la vida diaria: en el trabajo, las tareas domésticas, la vida social, la vida familiar, la vida sexual, las aficiones y el tiempo libre.

En la primera parte del cuestionario, las respuestas positivas (síes) de cada dimensión se multiplican por un valor ponderal, obtenido por el método de comparación de parejas de Thurstone. Así, la puntuación 0 se obtiene cuando la persona interrogada contesta negativamente a todos los ítems de la dimensión y no padece ningún problema de los que ésta refleja. La puntuación 100 indica que los padece todos. Se obtienen así 6 puntuaciones diferentes, correspondientes a cada una de las dimensiones del cuestionario, que proporcionan un perfil del estado de salud percibida de los individuos que responden. Los autores originales desaconsejan la obtención de una puntuación total del perfil, aunque algunos estudios lo han utilizado. Este método de puntuación ha sido reproducido por los investigadores que han adaptado el NHP en Suecia, Francia y España. De todas maneras también es posible utilizar la primera parte del NHP sin un previo escalamiento de sus ítems, simplemente considerando el porcentaje de respuestas afirmativas. Es decir, se dividirá el total de respuestas positivas en una dimensión por el total de ítems en esa dimensión y se multiplicará por 100. Ello da un recorrido de 0 a 100 con la misma interpretación.