

ESCALA DE HOROWITZ PARA EVALUAR EL TRAUMA:

Por favor juzgue el grado en que los siguientes signos y síntomas describen los síntomas sólo en los últimos siete días. No pierda demasiado tiempo decidiendo sobre un artículo. Base sus juicios en la historia que se informa o en sus propias observaciones. Marque la línea apropiada para cada artículo. Si no tiene absolutamente ninguna información para un artículo en particular, y la respuesta no está presente podría describir de manera incorrecta la condición del sujeto, entonces use la respuesta sin información, pero úsela con moderación. Los puntajes se basan en el grado de presencia con

0 = no presente

1 = menor

3 = moderado

5 = máximo.

1. Hipervigilancia: excesivamente alerta, escaneando el entorno circundante, demasiado excitado en la búsqueda perceptiva, muy tenso.
2. Reacciones de sobresalto: parpadeo después de ruidos, reacciones de orientación inusuales, palidez o reacción a estímulos que generalmente no justifican tales respuestas.
3. Ilusiones o percepciones erróneas: una valoración errónea de una persona, objeto o escena como algo u otra persona (por ejemplo, un arbusto es visto por un momento como persona; una persona es reconocida erróneamente como otra persona).
4. Pensamientos o imágenes intrusivas al tratar de dormir: contenidos mentales desagradables e inesperados que pueden ser difíciles de disipar; incluyen cadenas de pensamiento que comienzan voluntariamente pero que se vuelven fuera de control.
5. Malos sueños: cualquier sueño experimentado como desagradable, no solo la pesadilla clásica con despertares ansiosos
6. Alucinaciones, pseudoalucinaciones: una reacción emocional a estímulos imaginarios, experimentados como si fueran reales, independientemente de la creencia de la persona en su realidad. Se incluyen "pseudopresencias" de los demás, así como sensaciones de olfato, gusto, tacto, movimiento, sonido y visión, junto con experiencias extracorporales.
7. Imágenes intrusivas mientras se está despierto: sensaciones inesperadas que ocurren de manera no volitiva, ya sea en sistemas visuales u otros sistemas sensoriales. El conocimiento de estas imágenes no es deseado y ocurre repentinamente.
8. Pensamientos o sentimientos intrusivos mientras está despierto: entradas involuntarias de ideas simples o trenes de pensamiento y sentimiento que toman direcciones involuntarias.
9. Recreaciones: Se recuerda cualquier comportamiento que repite aspectos del evento traumático, desde pequeños movimientos y gestos similares como tics, hasta la actuación en movimientos y secuencias principales, incluido el recuerdo del evento. Representaciones repetidas de las respuestas personales dadas durante evento, ya sea que realmente ocurrieran o no en el momento.
10. Rumiación o preocupación: conciencia consciente continua sobre el evento y asociaciones con el evento que van más allá del pensamiento ordinario. La característica clave es una sensación de repetición incontrolada.
11. Dificultad para disipar pensamientos y sentimientos: una vez que un pensamiento o sentimiento viene a la mente, incluso si fue deliberado, no se puede detener.
12. Punzadas de emoción: una ola de sentimientos que aumenta y luego disminuye en lugar de permanecer constante.
13. Miedos o sensaciones de perder el control corporal: sensaciones de orinar, vomitar o defecar involuntariamente, miedo a asfixiarse, miedo a no poder controlar el

comportamiento voluntario, así como respuestas somáticas como sudoración, diarrea y taquicardia.

14. Falta de atención, aturdimiento
15. Fallo de memoria: incapacidad para almacenar detalles, secuencias de eventos o eventos específicos.
16. Pérdida de la cadena de pensamiento: lapsos temporales o micro momentáneos en la comunicación, o incapacidad para concentrarse en una cadena de pensamientos.
17. Entumecimiento: sentido de no tener sentimientos o ser "insensible".
18. Sentido de irrealidad: experiencias de despersonalización, desrealización o sentido alterado de tiempo y lugar.
19. Retirada: sentimientos o acciones que indican aislamiento social, o experiencias de estar aislado y desapegado.
20. Desvío de sentimientos: desplazamiento de sentimientos positivos o negativos.
21. Uso excesivo de alcohol o drogas: evitar las implicaciones del evento por un mayor uso de estupefacientes. Como uso excesivo de alcohol. Drogas: abuso de medicamentos recetados, así como abuso de otras drogas, legales e ilegales.
22. Inhibición del pensamiento: intenta bloquear el pensamiento sobre el evento.
23. Distorsión poco realista de los significados de lo ocurrido: los efectos del evento en la vida cotidiana se evalúan de manera inexacta.
24. Sueño excesivo: evitar las implicaciones del evento al aumentar el sueño y simplemente quedarse en la cama.
25. Evitar recordatorios: mantenerse alejado de ciertos lugares, alimentos o actividades; evitando visitas, fotografías u otros recuerdos.
26. Buscar estimulación o actividad que distraiga: evitar las implicaciones del evento buscando una exposición excesiva a estímulos externos o actividades tales como televisión, música alta, conducción rápida, actividad sexual excesiva, lectura voraz u otras distracciones.
27. Hiperactividad: inquietud, ritmo de actividad notablemente aumentado, incapacidad para disminuir o detener secuencias de acciones; períodos de actividad frenética.
28. Espacio alterado de las acciones: retraso psicomotor; aclaración, ya sea continua o episódica, del pensamiento o el comportamiento.
29. Tics: incluso alrededor de los ojos y la boca. (Nota: la base de temblor o tic no tiene base neurológica).
30. Torpeza o descuido: dejar caer objetos, chocar con muebles.
31. Hiperactivación SNA: sudoración, palpitaciones, micción frecuente, alteración del color de la piel, alteración del tamaño de la pupila u otros signos autonómicos.
32. Problemas de sueño: incapacidad para conciliar el sueño y permanecer dormido; malos sentimientos sobre o durante el sueño.
33. Inquietud o agitación: informe de sensaciones internas de agitación o acción y comportamiento inquieto o agitado.
34. Estados excitados: el pensamiento y la acción están dominados por una tasa de excitación alta, procesamiento de información y expresión excesivamente alta. Puede incluir niveles excesivamente altos de sexualidad, creatividad, productividad, ejercicio.
35. Odio a sí mismo: preocupación o gestos suicidas incontrolables, u hostilidad hacia una parte del cuerpo.
36. Ira contra los demás: hostilidad e ira incontrolables, incluso si el objetivo no está claro.
37. Pánico o desintegración: períodos de alta presión, confusión, caos, ansiedad y falta de propósito.
38. Tristeza o pena incontrolable; inundaciones de desesperación, anhelo, aflicción o desesperanza.
39. Culpa o vergüenza: experiencia fuera de control de remordimiento, sensación de maldad o exposición de maldad o debilidad personal.

40. Irritabilidad: relaciones con compañeros, niños o extraños que pueden ser irritantes, bruscos, y hostiles.

Mardi J. Horowitz - Stress Response Syndromes_ PTSD, Grief, Adjustment, and Dissociative Disorders-Jason Aronson, Inc. (2011).

[I](#)