

## Back Pain Attitudes Questionnaire – 10 item

Por favor responda todas las preguntas

#

Marque su respuesta de la siguiente manera:



Si comete un error haga esto: luego haga un tilde en la respuesta correcta



### ESTAS PREGUNTAS SON ACERCA DE SU PROPIA ESPALDA

Por favor puntúe de la siguiente manera

Falso Tal vez falso Incierto Tal vez verdadero Verdadero

1 Su espalda es una de las partes más fuertes de su cuerpo

2 Podría lesionar su espalda si no tiene cuidado

### ESTAS PREGUNTAS SON ACERCA DEL DOLOR DE ESPALDA EN GENERAL

Por favor puntúe de la siguiente manera

Falso Tal vez falso Incierto Tal vez verdadero Verdadero

3 El dolor de espalda significa que se ha lesionado su espalda

4 Un pinchazo en la espalda puede ser el primer signo de una lesión seria

### ESTAS PREGUNTAS SON ACERCA DE LO QUE DEBERÍA HACER SI TIENE DOLOR DE ESPALDA

Por favor puntúe de la siguiente manera

Falso Tal vez falso Incierto Tal vez verdadero Verdadero

5 Si tiene dolor de espalda debería evitar hacer ejercicio

6 Si tiene dolor de espalda debería tratar de mantenerse activo

### ESTAS PREGUNTAS SON ACERCA DE LA RECUPERACIÓN DEL DOLOR DE ESPALDA

Por favor puntúe de la siguiente manera

Falso Tal vez falso Incierto Tal vez verdadero Verdadero

7 Concentrarse en cosas más allá de su espalda, ayuda en la recuperación del dolor de espalda

8 La expectativa de que el dolor mejore ayuda en la recuperación del dolor de espalda

9 Una vez que ha tenido dolor de espalda siempre queda alguna debilidad

10 Existen muchas probabilidades de que un episodio de dolor de espalda no se resuelva