

**TARJETA A: Códigos de frecuencia detallado**

En los últimos dos días .....	6
Hace 3 a 7 días.....	5
Hace 1 a 4 semanas .....	4
Hace 1 a 3 meses .....	3
Hace 4 a 12 meses .....	2
Hace más de 12 meses.....	1
Nunca.....	0

**TARJETA B: Códigos de frecuencia simple**

Último mes .....	3
Hace 2-12 meses.....	2
Hace 1 + años .....	1
Nunca .....	0

**TARJETA C: Códigos para el ambiente**

Ninguna  
Pocas  
Algunas  
Casi Todas  
Todas

<b>TARJETA E: Escala para necesitar ayuda</b>	
Inmediatamente .....	4
En los próximos 3 meses .....	3
Dentro de 3 meses o más a partir de hoy.....	2
Ya está recibiendo la ayuda que necesita .....	1
No necesita ayuda.....	0

<b>TARJETA F: Escala para estar listo</b>	
0% ---20% ---40% ---60% ---80% ---100%	
No está listo	Listo

<b>TARJETA G: Nivel de estrés</b>	
Nada .....	0
Algo .....	1
Considerablemente .....	2
Extremadamente .....	3