



## Escala de dismorfia corporal de Deenz (DBDS) Cuestionario

### Instrucciones

Escala de dismorfia corporal de Deenz (DBDS) contiene 20 elementos valorados en una escala de 5 puntos. Responde a cada pregunta con sinceridad, basándote en tus pensamientos, sentimientos y experiencias habituales. No hay respuestas correctas ni incorrectas.

#	Declaración	Nunca (0)	Rara vez (1)	A veces (2)	A menudo (3)	Casi siempre (4)
1	Con frecuencia noto cosas de mi apariencia que me molestan.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	A menudo comparo mi apariencia con la de los demás y me siento insatisfecho.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Me preocupa que los demás noten y juzguen mis supuestos defectos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Me siento angustiado si no puedo corregir u ocultar lo que percibo como defectos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Me miro en el espejo con frecuencia a lo largo del día.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Estoy constantemente preocupado por cómo me ven los demás.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Realizo rituales repetitivos de aseo personal para sentirme mejor con mi aspecto.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#	Declaración	Nunca (0)	Rara vez (1)	A veces (2)	A menudo (3)	Casi siempre (4)
8	Con frecuencia toco o examino ciertas partes de mi cuerpo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Me critico con frecuencia por no tener un aspecto determinado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Me cuesta ver cualquier aspecto positivo de mi aspecto físico.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	Me cuesta aceptar cumplidos sobre mi aspecto.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Me cuesta ver mi aspecto de forma positiva.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	Me siento incómodo al salir en fotos o vídeos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	Rechazo invitaciones a reuniones sociales para evitar que me juzguen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	Me cuesta conocer gente nueva por preocupaciones sobre mi aspecto.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	Me siento ansioso al salir a lugares públicos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	Me cuesta concentrarme en el trabajo por preocupaciones sobre mi aspecto.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	Mi preocupación por mi aspecto afecta a mi capacidad de concentración.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	Evito las relaciones sentimentales debido a la preocupación por mi aspecto.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#	Declaración	Nunca (0)	Rara vez (1)	A veces (2)	A menudo (3)	Casi siempre (4)
20	Me cuesta expresarme emocionalmente en las relaciones debido a la preocupación por mi aspecto.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## Instrucciones para la puntuación

Las respuestas deben sumarse siguiendo los procedimientos de puntuación de la evaluación.

Por lo general, las puntuaciones más altas indican una mayor expresión del constructo medido, salvo que se indique lo contrario.

## Claves de puntuación de las dimensiones

Dimensión	Artículos	Número de artículos
Obsesión por la apariencia	1, 2, 3, 4	4
Comportamientos repetitivos	5, 6, 7, 8	4
Imagen negativa de mí mismo	9, 10, 11, 12	4
Evitación social	13, 14, 15, 16	4
Deterioro funcional	17, 18, 19, 20	4

## Intervalos de puntuación bruta

---

Escala	Artículos	Rango posible
Obsesión por la apariencia	4	0–16
Comportamientos repetitivos	4	0–16
Imagen negativa de mí mismo	4	0–16
Evitación social	4	0–16
Deterioro funcional	4	0–16
<b>Puntuación global</b>	<b>20</b>	<b>0–80</b>

## Fuente

---

Dar, Deen Mohd, [Desarrollo y validación de la Escala de Dismorfia Corporal de Deenz \(DBDS-20\)](#). ScienceOpen Preprints, 11 de marzo de 2024.

---

Elaborado por [Drdeenz](#)

Versión interactiva: [Escala de dismorfia corporal de Deenz \(DBDS\)](#)