

Health Anxiety Questionnaire – HAQ

Lucock e Morley, 1996

Adattamento italiano a cura di Melli, Coradeschi e Smurra, 2007

Questo questionario indaga gli atteggiamenti delle persone nei confronti della propria salute. Alcune domande hanno a che fare con sensazioni e sintomi fisici che possono riguardare dolori e malesseri, malattie, vertigini, difficoltà di respirazione, stanchezza, ecc.

Legga ogni domanda e segni la risposta che più le si addice, cercando di rispondere comunque, facendo riferimento a ciò che le accade abitualmente.

1 = Mai o raramente

2 = Qualche volta

3 = Spesso

4 = Quasi sempre

	Mai o raramente	Qualche volta	Spesso	Quasi sempre
1. Si preoccupa per la sua salute?	1	2	3	4
2. Si preoccupa che in futuro potrebbe contrarre una grave malattia?	1	2	3	4
3. Si spaventa al pensiero di avere una grave malattia?	1	2	3	4
4. Le è difficile pensare a qualcos'altro quando avverte una sensazione spiacevole nel suo corpo?	1	2	3	4
5. Esamina il suo corpo per vedere se c'è qualcosa che non va?	1	2	3	4
6. Se avverte un dolore o un malessere si preoccupa che potrebbe essere dovuto ad una grave malattia?	1	2	3	4
7. Trova difficile liberare la mente dalle preoccupazioni che riguardano la sua salute?	1	2	3	4
8. Si preoccupa quando avverte qualche sensazione spiacevole nel suo corpo?	1	2	3	4
9. La mattina, quando si sveglia, inizia subito a preoccuparsi per la sua salute?	1	2	3	4

	Mai o raramente	Qualche volta	Spesso	Quasi sempre
10. Inizia a preoccuparsi per la sua salute, quando sente parlare di una malattia o della morte di qualcuno che conosce?	1	2	3	4
11. Quando legge o sente parlare di una malattia alla TV o alla radio, le capita di pensare che potrebbe esserne affetta/o?	1	2	3	4
12. Quando avverte qualche spiacevole sensazione nel suo corpo, tende a chiedere rassicurazioni ad amici o familiari?	1	2	3	4
13. Tende a documentarsi su malattie o disturbi per valutare se può esserne affetto?	1	2	3	4
14. Ha paura delle notizie che le ricordano la morte (come funerali o necrologi)?	1	2	3	4
15. Si preoccupa di poter morire presto?	1	2	3	4
16. Ha paura di avere un cancro?	1	2	3	4
17. Ha paura di avere qualche problema cardiaco?	1	2	3	4
18. Ha paura di poter aver un'altra grave malattia?	1	2	3	4
19. I suoi sintomi fisici le hanno impedito di lavorare durante gli ultimi sei mesi?	1	2	3	4
20. I suoi sintomi fisici le hanno impedito di concentrarsi su quello che stava facendo?	1	2	3	4
21. I suoi sintomi fisici le hanno impedito di vivere serenamente?	1	2	3	4

Istruzioni di scoring e interpretazione dei punteggi

I punteggi che si ottengono dalla compilazione dell'Health Anxiety Questionnaire (HAQ) sono cinque: quattro per le subscale e un punteggio totale.

Gli item che compongono ciascuna subscale (e che vanno perciò sommati tra loro per calcolarne il punteggio) sono i seguenti:

Fattore 1 – paura della morte e delle malattie: item 15-16-17-14-18-2-10-6

Fattore 2 – interferenza con le attività quotidiane: item 19-20-21-9

Fattore 3 – preoccupazione per lo stato di salute: item 8-4-7-1-3

Fattore 4 – ricerca di rassicurazioni: item 13-11-5-12

Medie e deviazioni standard dei punteggi all'Health Anxiety Questionnaire (HAQ)

Punteggi	Maschi			Femmine		
	<i>M</i>	<i>DS</i>	<i>Cut-off</i>	<i>M</i>	<i>DS</i>	<i>Cut-off</i>
Totale	31,6	7,9	47,4	36	10,6	57,2
Paura morte e malattie	11,3	3,5	18,3	13,7	5,3	24,3
Interferenza quotidiana	5	1,5	8	5	1,5	8
Preoccupazione salute	9,1	2,7	14,5	10,1	3,1	16,3
Ricerca rassicurazioni	6,2	2	8,2	7,1	2,4	11,9