

PCL-5 en español

Lista de Verificación del Trastorno de Estrés Postraumático para DSM-5

Uso responsable

Este cuestionario de 20 ítems sirve para cribar síntomas y seguir su cambio. No confirma por sí solo un diagnóstico de TEPT. Una puntuación elevada requiere entrevista clínica, revisión del acontecimiento traumático, duración, deterioro funcional, riesgo y diagnóstico diferencial.

Datos de aplicación

Código o iniciales: _____ Fecha: ____ / ____ / ____

Evento de referencia (opcional): _____ Aplicador/a: _____

Instrucciones

A continuación hay una lista de problemas que algunas personas presentan después de una experiencia muy estresante. Lea cada problema y marque un número para indicar cuánto le ha molestado durante el último mes.

En el último mes, ¿cuánto le ha molestado...

Ítem	Nada 0	Un poco 1	Modera damente 2	Basta nte 3	Much ísimo 4
1. Tener recuerdos repetidos, perturbadores y no deseados de la experiencia estresante.	☐	☐	☐	☐	☐
2. Tener sueños repetidos y perturbadores de la experiencia estresante.	☐	☐	☐	☐	☐
3. Sentirse o actuar de repente como si la experiencia estresante volviera a suceder (como si realmente estuviera allí, reviviéndola).	☐	☐	☐	☐	☐
4. Sentirse muy disgustado cuando algo le recuerda la experiencia estresante.	☐	☐	☐	☐	☐
5. Tener reacciones físicas intensas cuando algo le recuerda la experiencia estresante (por ejemplo, palpitaciones, dificultad para respirar o sudoración).	☐	☐	☐	☐	☐
6. Evitar recuerdos, pensamientos o sentimientos relacionados con la experiencia estresante.	☐	☐	☐	☐	☐
7. Evitar estímulos externos relacionados con la experiencia estresante (por ejemplo, personas, lugares, conversaciones, actividades, objetos o situaciones).	☐	☐	☐	☐	☐

PCL-5 en español | Ítems 8 a 14

Ítem	Nada 0	Un poco 1	Modera dament e 2	Basta nte 3	Much ísimo 4
8. Tener dificultades para recordar partes importantes de la experiencia estresante.	☐	☐	☐	☐	☐
9. Tener fuertes creencias negativas sobre uno mismo, otras personas o el mundo (por ejemplo: 'No soy una buena persona', 'Hay algo seriamente malo en mí', 'No se puede confiar en nadie' o 'El mundo es muy peligroso').	☐	☐	☐	☐	☐
10. Culparse a sí mismo o a otra persona de la experiencia estresante o de lo que sucedió después.	☐	☐	☐	☐	☐
11. Tener fuertes sentimientos negativos, como miedo, terror, ira, culpa o vergüenza.	☐	☐	☐	☐	☐
12. Perder el interés en actividades que antes solía disfrutar.	☐	☐	☐	☐	☐
13. Sentirse distante o apartado de los demás.	☐	☐	☐	☐	☐
14. Tener dificultades para sentir emociones positivas (por ejemplo, ser incapaz de sentir alegría o amor hacia personas cercanas).	☐	☐	☐	☐	☐

PCL-5 en español | Ítems 15 a 20

Ítem	Nada 0	Un poco 1	Modera damente 2	Basta nte 3	Much ísimo 4
15. Tener conductas irritables, ataques de ira o actuar de manera agresiva.	☐	☐	☐	☐	☐
16. Tomar demasiados riesgos o hacer cosas que pudieran causarle daño.	☐	☐	☐	☐	☐
17. Estar muy alerta, vigilante o en guardia.	☐	☐	☐	☐	☐
18. Sentirse asustadizo o sobresaltarse con facilidad.	☐	☐	☐	☐	☐
19. Tener dificultades para concentrarse.	☐	☐	☐	☐	☐
20. Tener problemas para conciliar o mantener el sueño.	☐	☐	☐	☐	☐

Si responder activa malestar intenso

Detenga la aplicación, recupere orientación al presente y valore seguridad. La persona no necesita relatar detalles del evento para completar esta hoja. Si aparece riesgo de daño, ideación suicida o desorganización marcada, priorice la evaluación clínica inmediata sobre la puntuación.

Corrección e interpretación profesional

1. Puntuación total

Sume las respuestas de los 20 ítems. Cada respuesta vale entre 0 y 4, por lo que el total posible va de 0 a 80. Un puntaje mayor indica más síntomas informados, no mayor certeza diagnóstica.

Suma total	_____ / 80
------------	------------

2. Regla sintomática DSM-5 para diagnóstico provisional

Considere un síntoma presente cuando el ítem recibe 2 o más. La regla requiere al menos 1 ítem de intrusión (1 a 5), 1 de evitación (6 a 7), 2 de cogniciones o ánimo (8 a 14) y 2 de activación o reactividad (15 a 20). Esta regla solo cubre los clústeres sintomáticos. También deben evaluarse el acontecimiento índice, la duración mayor a un mes, el deterioro funcional y las exclusiones clínicas.

3. Punto de corte y seguimiento

El National Center for PTSD sitúa habitualmente el corte provisional entre 31 y 33, pero advierte que debe ajustarse a la población y al propósito. En una muestra clínica mexicana posterior a un terremoto, 27 optimizó sensibilidad y especificidad; ese valor no debe trasladarse automáticamente a otra población. Para seguimiento, el VA propone una reducción de 10 puntos como señal de respuesta. La entrevista clínica, como CAPS-5 o PSSI-5, sigue siendo necesaria para confirmar diagnóstico.

Límite de la validación española

La versión aquí transcrita fue validada por Haghish et al. (2024) en 233 personas atendidas en cuatro hospitales de España, seis meses después de una lesión cerebral traumática. Mostró alta consistencia interna, pero no se comparó con una entrevista diagnóstica estructurada. Su generalización a población chilena o a otros tipos de trauma requiere cautela.

Atribución y referencias

Transcripción de la traducción española publicada por Haghish et al. (2024), con correcciones tipográficas menores y sin cambios deliberados de significado. El PCL-5 original fue desarrollado por personal del National Center for PTSD y se declara de dominio público. El artículo de validación española se distribuye bajo licencia CC BY.

Bovin, M. J., Marx, B. P., Weathers, F. W., Gallagher, M. W., Rodriguez, P., Schnurr, P. P., & Keane, T. M. (2016). Psychometric properties of the PTSD Checklist for DSM-5 in veterans. *Psychological Assessment*, 28(11), 1379-1391. <https://doi.org/10.1037/pas0000254>

Haghish, E. F., Sahuquillo, J., Radoi, A., Pomposo, I., & Lozano, G. C. (2024). Validating the Spanish translation of the posttraumatic stress disorder checklist (PCL-5) in a sample of individuals with traumatic brain injury. *Frontiers in Psychology*, 15, 1216435. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1216435>

Martínez-Levy, G. A., et al. (2021). After a disaster: Validation of PTSD checklist for DSM-5 and abbreviated versions in mental health service users. *Psychiatry Research*, 305, 114197. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.114197>

Weathers, F. W., Litz, B. T., Keane, T. M., Palmieri, P. A., Marx, B. P., & Schnurr, P. P. (2013). *The PTSD Checklist for DSM-5 (PCL-5)*. National Center for PTSD. <https://www.ptsd.va.gov/professional/assessment/adult-sr/ptsd-checklist.asp>