

## **Cuestionario. ¿Cómo te ha afectado la crisis del coronavirus?**



Queremos hacer un estudio sobre cómo afecta la crisis del coronavirus a las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo y sus familias.

Te animamos a participar.

Solo tienes que rellenar este cuestionario.

La encuesta tiene preguntas fáciles de responder.

Es importante que contestes

a todas las preguntas.

También te animamos a compartir esta encuesta en redes sociales.

Si quieres participar, tienes que responder a la encuesta

**antes del 30 de junio.**

### **¿Te apetece contestar esta encuesta?**

Sí                       No

Si contestas que no, no podemos hacer más preguntas.

Para poder seguir tienes que marcar 'Sí'.

## **INSTRUCCIONES**

Como habrás escuchado,  
el coronavirus está en todo el mundo.  
También en España.

El coronavirus es un pequeño ser vivo  
que produce una enfermedad.

El coronavirus se contagia de forma muy fácil.

Contagiar es cuando una enfermedad  
pasa de una persona a otra.

Mucha gente está enferma.

El Gobierno intenta parar los contagios.

Por eso hay que evitar el contacto entre personas.

El Gobierno permite a las personas  
con discapacidad intelectual y del desarrollo  
salir a dar un paseo.

Así no están todo el día  
en su casa o en su residencia.

Vamos a hacerte varias preguntas  
sobre cómo vives esta situación del coronavirus.  
Queremos saber cómo te sientes.

Piensa cómo te ha hecho sentir  
la situación del coronavirus.  
Responde lo que quieras.

No tengas miedo al opinar.  
Tu opinión es importante.

Hay 2 bloques de preguntas:

- **Bloque 1.** Tiene 17 preguntas generales.
- **Bloque 2.** Tiene 8 preguntas sobre la calidad de vida.

Es decir: si tu vida es mejor, igual o peor  
por el coronavirus.

Si quieres que volvamos  
a contactar contigo en un futuro  
para ver qué tal estás,  
escribe aquí una dirección de correo electrónico  
a la que podamos escribirte:

## Bloque 1. Preguntas generales

Para contestar a las preguntas,  
marca la casilla que corresponda.

A veces te pediremos que escribas tú la respuesta.

En ese caso, verás un rectángulo como este para que  
escribas tu respuesta

1. ¿Puedes decirnos quién está contestando la encuesta?

- Yo (persona con discapacidad intelectual y del desarrollo)
- Yo (persona con discapacidad intelectual y del desarrollo) con ayuda de un familiar u otra persona
- Soy un profesional contestando como intérprete de una persona con discapacidad intelectual y del desarrollo
- Soy un familiar contestando como intérprete de persona con discapacidad intelectual y del desarrollo

2. ¿Cuántos años tienes?

3. ¿En qué provincia vives?

4. ¿Eres hombre o mujer?

- Hombre  Mujer

5. ¿Dónde vives normalmente?

- Con mi familia
- Casa propia
- Piso tutelado o vivienda que comparto con  
compañeros o amigos
- Residencia
- En otro lugar. Escribe cuál:

6. ¿Has tenido que cambiar el lugar donde vives por el coronavirus?

- No
- Sí

Si has contestado que sí has tenido que cambiar de lugar, ¿Puedes decirnos dónde vives ahora?

- Con mi familia
- Casa propia

Piso tutelado o vivienda que comparto con  
compañeros o amigos

Residencia

En otro lugar. Escribe cuál:

7. ¿Has recibido información sobre el coronavirus?

No

Sí.

¿Quién te la ha dado?

¿Ha sido fácil de entender la información que has  
recibido?

No

Sí.

8. ¿Has entendido por qué el Gobierno ha decidido que no  
podamos salir de casa durante unas semanas?

Sí.

No

9. ¿Has tenido miedo por el coronavirus?

Sí

No

10. ¿Te has puesto más nervioso por el coronavirus?

Sí

No

11. ¿Has echado algo de menos estos días en los que no hemos podido salir?

Sí.

¿Qué has echado de menos?

No

12. ¿Qué hacías antes de que no pudiéramos salir por el coronavirus?

Por ejemplo: dinos si trabajabas o estudiabas.

Estudiaba

Trabajaba

Estudiaba y trabajaba

No estudiaba y no trabajaba. Hacía otra cosa distinta.

¿Puedes decirnos qué hacías?

13. Si estabas estudiando cuando llegó el coronavirus  
¿Puedes decirnos dónde estudiabas? No hace falta que  
contestes a esta pregunta si no estudiabas

Iba a un colegio de educación especial, con otros  
compañeros con discapacidad

Iba a un colegio con otros compañeros con y sin  
discapacidad

Estudiaba en otro sitio. ¿Puedes decirnos en qué sitio  
estudiabas?

14. Si estabas estudiando cuando llegó el coronavirus,  
¿Puedes decirnos cómo llevas las clases o tareas desde  
casa? No hace falta que contestes a esta pregunta si no  
estudiabas

Bien, puedo seguir las clases y las tareas sin  
problemas.

Puedo seguir las clases y las tareas, pero tengo  
dificultades porque no tengo ordenador o solo hay uno  
en casa.

Puedo seguir las clases y las tareas, pero tengo  
dificultades para entender las explicaciones del  
profesor.

Mal, no me entero de las clases y de las tareas.



15. ¿Te ayuda alguien a estudiar o a hacer las tareas de clase? No hace falta que contestes a esta pregunta si no estudias

Sí.

¿Quién te ayuda?

No

16. Si trabajabas antes de que llegara el coronavirus, ¿sigues haciendo lo mismo? No hace falta que contestes a esta pregunta si no trabajabas.

Sí

No.

¿Qué ha cambiado? ¿Qué haces ahora?

17. ¿Te ayuda alguien a llevar mejor esta situación de no poder salir?

Sí.

¿Quién te ayuda?

No

18. ¿Tú has ayudado a alguien a que lleve mejor esta situación de no poder salir?

Sí.

¿A quién has ayudado?

¿Cómo le has ayudado?

No

19. ¿Crees que has tenido coronavirus?

No

No lo sé

Sí

¿Te han hecho alguna prueba para saber si tenías coronavirus?

Sí

No

20. ¿Has tenido que estar aislado por tener coronavirus?

No

Sí

21. ¿Cómo te has sentido al estar aislado? Contesta sólo si has tenido que estar aislado por tener coronavirus

- Bien
- Regular
- Mal

22. ¿Has tenido que ir al hospital o al centro de salud por el coronavirus?

Sí

¿Te han tratado bien?

- Sí
- No

No he tenido que ir al hospital o centro de salud

## **Bloque 2. Preguntas sobre la calidad de vida**

Ahora queremos saber cómo el coronavirus ha afectado a tu calidad de vida.




Son preguntas de 8 partes de tu vida que son importantes para estar bien.

Piensa en cada pregunta:

- ¿Has tenido la enfermedad por el coronavirus?
- ¿Has podido o no hacer tus actividades de antes?

Tienes 3 opciones para responder  
a cada pregunta y solo puedes elegir una.

Las opciones de respuesta son:

	Me siento <b>mejor</b> que antes.
	Me siento <b>igual</b> que antes.
	Me siento <b>peor</b> que antes.

Recuerda que te animamos a responder lo que piensas.

Tómate el tiempo que necesites.

Si no entiendes algo, pregunta a tu familiar

o a alguna persona de confianza.

¡Mucho ánimo!

## Pregunta 1. ¿Cómo te sientes sobre tu bienestar emocional?

El bienestar emocional es cuando sientes alegría o tristeza.

Algunos ejemplos:




- Estás contento si tienes ganas de reír.
- Sientes seguridad en ti mismo.
- Disfrutas de las cosas que haces.

Queremos saber cómo te sientes en este tema desde que ha empezado la situación del coronavirus.

Piensa para responder a la pregunta:

- ¿Has podido o no ver a tus seres queridos y amigos?
- ¿Te has sentido bien estando en casa?
- ¿Has podido pasear o no has salido?

Elige cómo es tu bienestar emocional:

<input type="checkbox"/>		Me siento <b>mejor</b> que antes
<input type="checkbox"/>		Me siento <b>igual</b> que antes
<input type="checkbox"/>		Me siento <b>peor</b> que antes

## Pregunta 2. ¿Cómo te sientes sobre tu bienestar físico?

El bienestar físico es cómo te encuentras de salud.

Algunos ejemplos:




- Tienes una buena alimentación.
- Haces ejercicio físico.
- Tienes una buena higiene.
- Tomas las medicinas que necesitas, cuando las necesitas.
- Duermes bien y descansas lo suficiente.

Queremos saber cómo te sientes en este tema desde que ha empezado la situación del coronavirus.

Piensa para responder a la pregunta:

- ¿Has podido salir o hacer ejercicio en casa o no?
- ¿Has comido bien?

Elige cómo es tu bienestar físico:

<input type="checkbox"/>		Me siento <b>mejor</b> que antes
<input type="checkbox"/>		Me siento <b>igual</b> que antes
<input type="checkbox"/>		Me siento <b>peor</b> que antes

### **Pregunta 3. ¿Cómo te sientes sobre tu bienestar material?**

El bienestar material es la cantidad de cosas que tú tienes y las condiciones del sitio en el que vives o trabajas.

Algunos ejemplos de bienestar material son:




- Tener dinero para comprar lo que necesitas.
- Vivir en un lugar bueno y agradable.
- Disfrutar de tecnologías como el teléfono móvil o internet.
- Tener un trabajo.

Queremos saber cómo te sientes en este tema desde que ha empezado la situación del coronavirus.

Piensa para responder a la pregunta:

- ¿Has podido tener las cosas que tenías antes?
- ¿Has podido estar en casa como antes?

Elige cómo es tu bienestar material:

<input type="checkbox"/>		Me siento <b>mejor</b> que antes
<input type="checkbox"/>		Me siento <b>igual</b> que antes
<input type="checkbox"/>		Me siento <b>peor</b> que antes

## Pregunta 4. ¿Cómo te sientes sobre tus relaciones con otras personas?

Las relaciones entre personas son la cantidad de relaciones que tienes con otras personas cada día.

Algunos ejemplos de relaciones entre personas son:




- Tener amigos.
- Llevarse bien con las personas con las que vives o trabajas.
- Tener alguna persona en la que confiar tus secretos o cómo te sientes.

Queremos saber cómo te sientes en este tema desde que ha empezado la situación del coronavirus.

Piensa para responder a la pregunta:

- ¿Has podido o no ver a tus seres queridos y amigos?
- ¿Has podido salir de casa o no?

Elige qué sientes sobre tus relaciones con otras personas:

<input type="checkbox"/>		Me siento <b>mejor</b> que antes
<input type="checkbox"/>		Me siento <b>igual</b> que antes
<input type="checkbox"/>		Me siento <b>peor</b> que antes



## **Pregunta 5. ¿Cómo te sientes con tu inclusión social?**

La inclusión social es si participas de forma activa con otras personas en distintos lugares.

Por ejemplo: tu casa, el trabajo o el vecindario.

También significa si te sientes aceptado o aceptada.

Algunos ejemplos de inclusión social son:




- Participar en conversaciones con otras personas sobre temas interesantes.
- Sentirte aceptado en tu grupo de trabajo o de amigos.
- Tener oportunidades para hacer actividades con personas sin discapacidad.
- Las personas que te rodean tienen una imagen positiva de ti.

Queremos saber cómo te sientes en este tema desde que ha empezado la situación del coronavirus.

Piensa para responder a la pregunta:

- ¿Has podido o no ver a tus seres queridos y amigos?
- ¿Te han tratado bien cuando has salido de casa?

Elige qué sientes sobre tu inclusión social:

<input type="checkbox"/>  Me siento <b>mejor</b> que antes
<input type="checkbox"/>  Me siento <b>igual</b> que antes
<input type="checkbox"/>  Me siento <b>peor</b> que antes

## **Pregunta 6. ¿Cómo te sientes sobre tu desarrollo personal?**

El desarrollo personal son las oportunidades y las ayudas que tienes en tu día a día para aprender nuevas cosas y para ser independiente.

Algunos ejemplos de desarrollo personal son:




- Aprender cosas nuevas que te interesan.
- Aprender cosas que te hacen ser más independiente.
- Recibir las ayudas necesarias para poder resolver problemas.
- Tener los apoyos que necesitas para comunicarte con el resto de personas.  
Por ejemplo: pictogramas o un teclado adaptado.

Queremos saber cómo te sientes en este tema desde que ha empezado la situación del coronavirus.

Piensa para responder a la pregunta:

- ¿Has podido o no ver a tus seres queridos y amigos?
- ¿Has podido salir de casa o no?

Elige qué sientes sobre tu desarrollo personal:

<input type="checkbox"/>		Me siento <b>mejor</b> que antes
<input type="checkbox"/>		Me siento <b>igual</b> que antes
<input type="checkbox"/>		Me siento <b>peor</b> que antes

## **Pregunta 7. ¿Cómo te sientes en relación con tu autodeterminación?**

La autodeterminación es si tienes la libertad de elegir y tomar decisiones sobre cómo vivir tu vida.

Algunos ejemplos de autodeterminación son:




- Decidir quién entra en tus espacios de intimidad. Por ejemplo, en tu habitación o el baño.
- Elegir la ropa que compras y vistes.
- Poder hacer tus planes para los proyectos que te interesan.
- Participar en las decisiones que se toman en tu vida y en donde vives.

Queremos saber cómo te sientes en este tema desde que ha empezado la situación del coronavirus.

Piensa para responder a la pregunta:

- ¿Has podido o no ver a tus seres queridos y amigos?
- ¿Has podido salir de casa o no?

Elige qué sientes sobre tu autodeterminación:

<input type="checkbox"/>		Me siento <b>mejor</b> que antes
<input type="checkbox"/>		Me siento <b>igual</b> que antes
<input type="checkbox"/>		Me siento <b>peor</b> que antes

## **Pregunta 8. ¿Cómo te sientes en relación con tus derechos?**

Los derechos nos garantizan vivir una vida buena.

Con ellos podemos ser libres

y tratamos a todas las personas igual.

Algunos ejemplos para saber

que tus derechos se respetan son:

- Puedes participar en el diseño de tu plan individual.  
Es un documento que explica qué quieres conseguir.
- Tienes un lugar  
en el que poder estar tranquilo si lo deseas.
- Te piden permiso para usar tus cosas.
- Te han explicado de forma clara  
cuáles son tus derechos y cómo defenderlos.




Queremos saber cómo te sientes en este tema

desde que ha empezado la situación del coronavirus.

Piensa para responder a la pregunta:

- ¿Has podido o no ver a tus seres queridos y amigos?
- ¿Has podido salir de casa o no?

Elige qué sientes sobre tus derechos:

<input type="checkbox"/>  Me siento <b>mejor</b> que antes
<input type="checkbox"/>  Me siento <b>igual</b> que antes
<input type="checkbox"/>  Me siento <b>peor</b> que antes

¿Qué ayudas has tenido para sentirte bien durante estas últimas semanas?

¿Te ha faltado alguna ayuda para sentirte bien estas semanas?

Sí.

¿Nos puedes decir qué ayudas te han faltado?

No.

**¡Muchas gracias por participar!**