



Banco de instrumentos
y metodologías en Salud Mental

www.cibersam.es/bancoinstrumentos

www.cibersam.es

cibersam

Centro de Investigación Biomédica En Red
de **Salud Mental**

Escala de Control de los Impulsos “Ramón y Cajal”
(ECIRyC) Puntuación total

La conducta planteada me ocurre:	siempre	a menudo	rara vez	nunca
01. “Salto” a la menor provocación o cuando me llevan la contraria.	3	2	1	0
02. Me siento mejor cuando hago algo sin necesidad de meditarlo.	3	2	1	0
03. Soy una persona con mucha paciencia.	0	1	2	3
04. Tiendo a perder el control de mí mismo.	3	2	1	0
05. Las cosas que hacen los demás suelen dejarme satisfecho.	0	1	2	3
06. No puedo resistir el impulso de hacer algo inmediatamente después de que se me haya ocurrido; me pongo nervioso.	3	2	1	0
07. Mis reacciones son imprevisibles.	3	2	1	0
08. Me gusta quedar por encima de los demás.	3	2	1	0
09. Hago y digo cosas sin pensar en sus consecuencias.	3	2	1	0
10. He hecho cosas que me resultaban imposibles de resistir.	3	2	1	0
11. Creo que soy bastante impulsivo.	3	2	1	0
12. Si me excito sexualmente, necesito encontrar pronto la satisfacción.	3	2	1	0
13. Me alivia mucho conseguir con rapidez algo que necesite hacer irresistiblemente.	3	2	1	0
14. Mi carácter es “fuerte”, “temperamental”.	3	2	1	0
15. Mis méritos deben reconocerse inmediatamente, no con el paso del tiempo.	3	2	1	0
16. Me he colocado en situaciones de riesgo.	3	2	1	0
17. Puedo esperar largo tiempo para recibir cualquier cosa que me haya merecido.	0	1	2	3
18. Cuando hago o digo algo, espero que los resultados se vean pronto.	3	2	1	0
19. En líneas generales soy una persona bastante exigente.	3	2	1	0
20. Me coloco en algunas situaciones que suelen acelerarme el corazón al límite.	3	2	1	0

Escala de Control de los Impulsos “Ramón y Cajal”

(ECIRyC) Factor I: *Impulsividad*

La conducta planteada me ocurre:	siempre	a menudo	rara vez	nunca
01. “Salto” a la menor provocación o cuando me llevan la contraria.	3	2	1	0
02. Me siento mejor cuando hago algo sin necesidad de meditarlo.	3	2	1	0
03. Soy una persona con mucha paciencia.	0	1	2	3
04. Tiendo a perder el control de mí mismo.	3	2	1	0
05. Las cosas que hacen los demás suelen dejarme satisfecho.	0	1	2	3
06. No puedo resistir el impulso de hacer algo inmediatamente después de que se me haya ocurrido; me pongo nervioso.	3	2	1	0
07. Mis reacciones son imprevisibles.	3	2	1	0
08. Me gusta quedar por encima de los demás.	3	2	1	0
09. Hago y digo cosas sin pensar en sus consecuencias.	3	2	1	0
10. He hecho cosas que me resultaban imposibles de resistir.	3	2	1	0
11. Creo que soy bastante impulsivo.	3	2	1	0
12. Si me excito sexualmente, necesito encontrar pronto la satisfacción.	3	2	1	0
13. Me alivia mucho conseguir con rapidez algo que necesite hacer irresistiblemente.	3	2	1	0
14. Mi carácter es “fuerte”, “temperamental”.	3	2	1	0
15. Mis méritos deben reconocerse inmediatamente, no con el paso del tiempo.	3	2	1	0
16. Me he colocado en situaciones de riesgo.	3	2	1	0
17. Puedo esperar largo tiempo para recibir cualquier cosa que me haya merecido.	0	1	2	3
18. Cuando hago o digo algo, espero que los resultados se vean pronto.	3	2	1	0
19. En líneas generales soy una persona bastante exigente.	3	2	1	0
20. Me coloco en algunas situaciones que suelen acelerarme el corazón al límite.	3	2	1	0

Escala de Control de los Impulsos “Ramón y Cajal”
(ECIRyC) Factor II: *Inmediatez*

La conducta planteada me ocurre:	siempre	a menudo	rara vez	nunca
01. “Salto” a la menor provocación o cuando me llevan la contraria.	3	2	1	0
02. Me siento mejor cuando hago algo sin necesidad de meditarlo.	3	2	1	0
03. Soy una persona con mucha paciencia.	0	1	2	3
04. Tiendo a perder el control de mí mismo.	3	2	1	0
05. Las cosas que hacen los demás suelen dejarme satisfecho.	0	1	2	3
06. No puedo resistir el impulso de hacer algo inmediatamente después de que se me haya ocurrido; me pongo nervioso.	3	2	1	0
07. Mis reacciones son imprevisibles.	3	2	1	0
08. Me gusta quedar por encima de los demás.	3	2	1	0
09. Hago y digo cosas sin pensar en sus consecuencias.	3	2	1	0
10. He hecho cosas que me resultaban imposibles de resistir.	3	2	1	0
11. Creo que soy bastante impulsivo.	3	2	1	0
12. Si me excito sexualmente, necesito encontrar pronto la satisfacción.	3	2	1	0
13. Me alivia mucho conseguir con rapidez algo que necesite hacer irresistiblemente.	3	2	1	0
14. Mi carácter es “fuerte”, “temperamental”.	3	2	1	0
15. Mis méritos deben reconocerse inmediatamente, no con el paso del tiempo.	3	2	1	0
16. Me he colocado en situaciones de riesgo.	3	2	1	0
17. Puedo esperar largo tiempo para recibir cualquier cosa que me haya merecido.	0	1	2	3
18. Cuando hago o digo algo, espero que los resultados se vean pronto.	3	2	1	0
19. En líneas generales soy una persona bastante exigente.	3	2	1	0
20. Me coloco en algunas situaciones que suelen acelerarme el corazón al límite.	3	2	1	0

Escala de Control de los Impulsos “Ramón y Cajal”
(ECIRyC) Factor III: *Imposición*

La conducta planteada me ocurre:	siempre	a menudo	rara vez	nunca
01. “Salto” a la menor provocación o cuando me llevan la contraria.	3	2	1	0
02. Me siento mejor cuando hago algo sin necesidad de meditarlo.	3	2	1	0
03. Soy una persona con mucha paciencia.	0	1	2	3
04. Tiendo a perder el control de mí mismo.	3	2	1	0
05. Las cosas que hacen los demás suelen dejarme satisfecho.	0	1	2	3
06. No puedo resistir el impulso de hacer algo inmediatamente después de que se me haya ocurrido; me pongo nervioso.	3	2	1	0
07. Mis reacciones son imprevisibles.	3	2	1	0
08. Me gusta quedar por encima de los demás.	3	2	1	0
09. Hago y digo cosas sin pensar en sus consecuencias.	3	2	1	0
10. He hecho cosas que me resultaban imposibles de resistir.	3	2	1	0
11. Creo que soy bastante impulsivo.	3	2	1	0
12. Si me excito sexualmente, necesito encontrar pronto la satisfacción.	3	2	1	0
13. Me alivia mucho conseguir con rapidez algo que necesite hacer irresistiblemente.	3	2	1	0
14. Mi carácter es “fuerte”, “temperamental”.	3	2	1	0
15. Mis méritos deben reconocerse inmediatamente, no con el paso del tiempo.	3	2	1	0
16. Me he colocado en situaciones de riesgo.	3	2	1	0
17. Puedo esperar largo tiempo para recibir cualquier cosa que me haya merecido.	0	1	2	3
18. Cuando hago o digo algo, espero que los resultados se vean pronto.	3	2	1	0
19. En líneas generales soy una persona bastante exigente.	3	2	1	0
20. Me coloco en algunas situaciones que suelen acelerarme el corazón al límite.	3	2	1	0

Escala de Control de los Impulsos “Ramón y Cajal”
(ECIRyC) Factor IV: *Riesgo*

La conducta planteada me ocurre:	siempre	a menudo	rara vez	nunca
01. “Salto” a la menor provocación o cuando me llevan la contraria.	3	2	1	0
02. Me siento mejor cuando hago algo sin necesidad de meditarlo.	3	2	1	0
03. Soy una persona con mucha paciencia.	0	1	2	3
04. Tiendo a perder el control de mí mismo.	3	2	1	0
05. Las cosas que hacen los demás suelen dejarme satisfecho.	0	1	2	3
06. No puedo resistir el impulso de hacer algo inmediatamente después de que se me haya ocurrido; me pongo nervioso.	3	2	1	0
07. Mis reacciones son imprevisibles.	3	2	1	0
08. Me gusta quedar por encima de los demás.	3	2	1	0
09. Hago y digo cosas sin pensar en sus consecuencias.	3	2	1	0
10. He hecho cosas que me resultaban imposibles de resistir.	3	2	1	0
11. Creo que soy bastante impulsivo.	3	2	1	0
12. Si me excito sexualmente, necesito encontrar pronto la satisfacción.	3	2	1	0
13. Me alivia mucho conseguir con rapidez algo que necesite hacer irresistiblemente.	3	2	1	0
14. Mi carácter es “fuerte”, “temperamental”.	3	2	1	0
15. Mis méritos deben reconocerse inmediatamente, no con el paso del tiempo.	3	2	1	0
16. Me he colocado en situaciones de riesgo.	3	2	1	0
17. Puedo esperar largo tiempo para recibir cualquier cosa que me haya merecido.	0	1	2	3
18. Cuando hago o digo algo, espero que los resultados se vean pronto.	3	2	1	0
19. En líneas generales soy una persona bastante exigente.	3	2	1	0
20. Me coloco en algunas situaciones que suelen acelerarme el corazón al límite.	3	2	1	0