

## DDS, escala de distrès per diabetis

**INSTRUCCIONS:** Viure amb la diabetis de vegades pot ser dur. La diabetis pot anar acompanyada de problemes i inconvenients de gravetat molt variada. Els problemes abasten des d'inconvenients sense importància a dificultats vitals. A continuació trobareu enumerats 17 punts potencialment problemàtics per a persones amb diabetis. Considereu el grau amb què cadascun d'aquests elements us ha creat molèsties o inconvenients DURANT L'ÚLTIM MES i encercleu el número corresponent.

Fixeu-vos que us demanem que indiqueu el grau en què cada afirmació us afecta en la vostra vida. Si creieu que una afirmació concreta no us crea cap molèstia o problema, heu de marcar «1». Si us ha afectat molt, llavors heu de marcar «6».

|                                                                                                                                                                                                     | No és cap problema | És un problema lleu | És un problema moderat | És un problema relativament important | És un problema greu | És un problema molt greu |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------|------------------------|---------------------------------------|---------------------|--------------------------|
| 1. Sento que la diabetis se m'enduu molta energia física i mental cada dia.                                                                                                                         | 1                  | 2                   | 3                      | 4                                     | 5                   | 6                        |
| 2. Sento que el meu metge no sap prou de la diabetis ni de la cura que requereix la diabetis.                                                                                                       | 1                  | 2                   | 3                      | 4                                     | 5                   | 6                        |
| 3. Confio poc en la meua capacitat per gestionar la diabetis en el dia a dia.                                                                                                                       | 1                  | 2                   | 3                      | 4                                     | 5                   | 6                        |
| 4. Em sento enfadat, espantat i/o deprimat quan penso a conviure amb la diabetis.                                                                                                                   | 1                  | 2                   | 3                      | 4                                     | 5                   | 6                        |
| 5. Em fa la sensació que el meu metge no em dona pautes prou clares per gestionar la diabetis.                                                                                                      | 1                  | 2                   | 3                      | 4                                     | 5                   | 6                        |
| 6. Sento que no em mesuro prou sovint els nivells de sucre en sang.                                                                                                                                 | 1                  | 2                   | 3                      | 4                                     | 5                   | 6                        |
| 7. Sento que, faci el que faci, acabaré tenint complicacions greus a llarg termini.                                                                                                                 | 1                  | 2                   | 3                      | 4                                     | 5                   | 6                        |
| 8. Sento que sovint no compleixo les rutines pautades que exigeix viure amb la diabetis.                                                                                                            | 1                  | 2                   | 3                      | 4                                     | 5                   | 6                        |
| 9. Sento que no tinc prou suport dels amics o la família per mantenir els bons hàbits (p. ex. planifiquen activitats incompatibles amb la meua rutina o m'animen a prendre aliments «inapropiats»). | 1                  | 2                   | 3                      | 4                                     | 5                   | 6                        |
| 10. Sento que la diabetis controla la meua vida.                                                                                                                                                    | 1                  | 2                   | 3                      | 4                                     | 5                   | 6                        |

|                                                                                                    | No és cap problema | És un problema lleu | És un problema moderat | És un problema relativament important | És un problema greu | És un problema molt greu |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------|------------------------|---------------------------------------|---------------------|--------------------------|
| 11. Sento que el meu metge no es pren prou seriosament les meves preocupacions.                    | 1                  | 2                   | 3                      | 4                                     | 5                   | 6                        |
| 12. Sento que no segueixo prou acuradament un bon pla d'alimentació.                               | 1                  | 2                   | 3                      | 4                                     | 5                   | 6                        |
| 13. Sento que els amics o la família no valoren prou com de difícil pot ser viure amb la diabetis. | 1                  | 2                   | 3                      | 4                                     | 5                   | 6                        |
| 14. Em sento sobrepassat per les demandes que suposa viure amb la diabetis.                        | 1                  | 2                   | 3                      | 4                                     | 5                   | 6                        |
| 15. Sento que no tinc un metge que em pugui visitar amb prou regularitat per la diabetis.          | 1                  | 2                   | 3                      | 4                                     | 5                   | 6                        |
| 16. Sento falta de motivació per mantenir l'autogestió de la diabetis.                             | 1                  | 2                   | 3                      | 4                                     | 5                   | 6                        |
| 17. Sento que els amics o la família no em donen el suport emocional que m'agradaria.              | 1                  | 2                   | 3                      | 4                                     | 5                   | 6                        |

## Full de puntuació de distrès per diabetis (DSS1.1)

### INSTRUCCIONS PER A LA PUNTUACIÓ

El DDS17 proporciona una puntuació total de distrès per diabetis i, a més, 4 puntuacions per a 4 subescales, cadascuna de les quals explora un distrès diferent.<sup>1</sup> Per obtenir la puntuació, només cal sumar les respostes del pacient en els ítems adequats i dividir-les pel nombre d'ítems d'aquella escala.

La recerca actual<sup>2</sup> suggereix que si la mitjana d'ítems està entre 2,0 i 2,9, cal considerar-la «distrès moderat», i si la mitjana d'ítems  $\geq 3,0$ , s'ha de considerar «distrès alt». La recerca també indica que les associacions entre la puntuació global DDS i el control comportamental i les variables biològiques (p. e. A1C) apareixen quan la puntuació és  $\geq 2,0$ . Els metges poden considerar si el distrès moderat o alt mereix atenció clínica segons el context clínic.

També suggerim repassar totes les respostes del pacient independentment de les puntuacions mitjanes. Pot resultar d'ajuda per obtenir més informació o iniciar una conversa a partir de qualsevol ítem que hagi obtingut una puntuació  $\geq 3$ .

|                                    |                                              |         |
|------------------------------------|----------------------------------------------|---------|
| Puntuació global DDS               | a. Suma de la puntuació dels 17 ítems        | _____   |
|                                    | b. Dividida entre                            | __17__  |
|                                    | c. Mitjana total dels ítems                  | _____   |
|                                    | Distrès moderat o superior? (mitjana $> 2$ ) | Sí_ No_ |
| A. Càrrega emocional               | a. Suma de 5 ítems (1, 4, 7, 10, 14)         | _____   |
|                                    | b. Dividida entre                            | __ 5__  |
|                                    | c. Mitjana dels ítems                        | _____   |
|                                    | Distrès moderat o superior? (mitjana $> 2$ ) | Sí_ No_ |
| B. Distrès relacionat amb el metge | a. Suma de 4 ítems (2, 5, 11, 15)            | _____   |
|                                    | b. Dividida entre                            | __ 4__  |
|                                    | c. Mitjana dels ítems                        | _____   |
|                                    | Distrès moderat o superior? (mitjana $> 2$ ) | Sí_ No_ |
| C. Distrès per la dieta            | a. Suma de 5 ítems (6, 8, 3, 12, 16)         | _____   |
|                                    | b. Dividida entre                            | __ 5__  |
|                                    | c. Mitjana dels ítems                        | _____   |
|                                    | Distrès moderat o superior? (mitjana $> 2$ ) | Sí_ No_ |

|                          |                                                 |           |
|--------------------------|-------------------------------------------------|-----------|
| D. Distrès interpersonal | a. Suma de 3 ítems (9, 13, 17)                  | _____     |
|                          | b. Dividida entre                               | ___ 3 ___ |
|                          | c. Mitjana dels ítems                           | _____     |
|                          | Distrès moderat o superior? (mitjana $\geq 2$ ) | Sí_ No_   |

1. Polonsky, W.H., Fisher, L., Esarles, J., Dudl, R.J., Lees, J., Mullan, J.T., Jackson, R. (2005). Assessing psychosocial distress in diabetes: Development of the Diabetes Distress Scale. *Diabetes Care*, 28, 626-631.
2. Fisher, L., Hessler, D.M., Polonsky, W.H., Mullan, J. (2012). When is diabetes distress clinically meaningful? Establishing cut-points for the Diabetes Distress Scale. *Diabetes Care*, 35, 259-264.