

Escala de malestar por la diabetes DDS

INSTRUCCIONES: A veces, vivir con diabetes puede ser difícil. Puede haber muchos problemas y molestias con relación a la diabetes, y estos pueden variar considerablemente en cuanto a su gravedad. Los problemas pueden variar desde molestias menores hasta grandes dificultades en la vida. A continuación se enumeran 17 posibles áreas problemáticas que pueden experimentar las personas con diabetes. Considere el grado en que cada uno de los 17 elementos le ha causado angustia o molestia DURANTE EL ÚLTIMO MES y marque con un círculo el número correspondiente.

Tenga en cuenta que le pedimos que indique en qué medida cada elemento le molesta en su vida, NO si el elemento es simplemente aplicable a usted. Si considera que un elemento en particular no le molesta ni le supone un problema, marque con un círculo el número "1". Si le resulta muy molesto, puede marcar con un círculo el número "6".

| | No es un problema | Es un problema ligero | Es un problema moderado | Es un problema algo grave | Es un problema grave | Es un problema muy grave |
|--|-------------------|-----------------------|-------------------------|---------------------------|----------------------|--------------------------|
| 1. Siento que cada día la diabetes me está consumiendo demasiada energía física y mental. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 2. Siento que mi médico no sabe lo suficiente sobre la diabetes y su cuidado. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 3. No me siento seguro de mi capacidad para controlar mi diabetes día a día. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 4. Me siento enojado, asustado o deprimido cuando pienso en vivir con diabetes. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 5. Siento que mi médico no me da instrucciones lo suficientemente claras sobre cómo controlar mi diabetes. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 6. Siento que no estoy midiendo mi nivel de azúcar en sangre con la frecuencia suficiente. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7. Siento que voy a acabar teniendo complicaciones graves a largo plazo, haga lo que haga. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 8. Siento que muchas veces no cumplo con mi rutina para controlar la diabetes. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

| | No es un problema | Es un problema ligero | Es un problema moderado | Es un problema algo grave | Es un problema grave | Es un problema muy grave |
|---|--------------------------|------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|-----------------------------|---------------------------------|
| 9. Siento que mis amigos o mi familia no apoyan lo suficiente los esfuerzos por cuidarme (por ejemplo, planear actividades que entran en conflicto con mi horario, animándome a comer alimentos “inadecuados”). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 10. Siento que la diabetes controla mi vida. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 11. Siento que mi médico no toma mis preocupaciones con la suficiente seriedad. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 12. Siento que no estoy apegándome lo suficiente a un buen plan de alimentación. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 13. Siento que los amigos o familiares no aprecian lo difícil que puede ser vivir con diabetes. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 14. Me siento abrumado por las exigencias de vivir con diabetes. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 15. Siento que no tengo un médico al que pueda acudir con la suficiente regularidad para tratar mi diabetes. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 16. No me siento motivado para seguir controlando mi diabetes. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 17. Siento que mis amigos o familiares no me brindan el apoyo emocional que me gustaría recibir. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |