**INVESTIGACIÓN**

Validación de la Escala de Celiaquía y Autoeficacia (ECA)

El Equipo de Investigación integrado por los profesores de la Universidad de Zaragoza Dra. Rosa Magallón Botaya (Médico de familia), el Dr. Santiago Gascón Santos (psicólogo) y Ricardo Fueyo Díaz (psicólogo) están investigando los aspectos psicosociales de la adherencia a una dieta sin gluten.

Como parte de esta investigación se ha planteado el objetivo de *“diseñar y validar un cuestionario que mida la confianza para mantener la dieta sin gluten en los individuos afectados por esta enfermedad en distintas situaciones”.*

El ECA tiene por objetivo evaluar los niveles de confianza de la persona celíaca en los siguientes ámbitos:

* + Comer con otras personas en casa
  + Comer con otras personas fuera de casa
  + Viajes
  + Compra
  + Trabajo (o estudios)

Con este cuestionario se pretende estudiar cómo condiciona esta confianza la adherencia a una dieta sin gluten al objeto de diseñar, en un futuro intervenciones más eficaces para las personas con Enfermedad Celíaca.

La persona que conteste a este cuestionario debe cumplir dos condiciones:

* Ser celíaco/a o tener prescrita por el médico una estricta dieta sin gluten.
* Tener 12 o más años.

Para ello requerimos de su participación voluntaria en esta investigación contestando a los cuestionarios que se le presentan como parte de un proceso de validación de la escala.

La cumplimentación y entrega de los cuestionarios supone que presta el consentimiento informado para participar en esta estudio, pudiendo abandonarlo en cualquier momento facilitando el código de identificación que se le asigna.

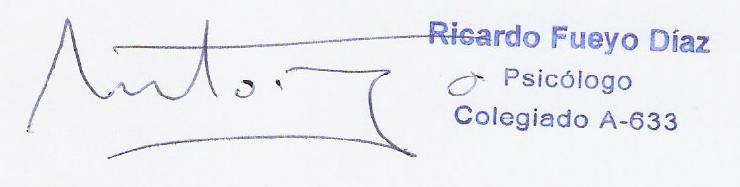
Aunque los cuestionarios son anónimos, puede proporcionarnos una dirección de correo electrónico por si fuese necesario contactar en un futuro dentro de la investigación.

Si tiene alguna duda sobre el estudio o necesita más información puede contactar directamente con el investigador principal en la siguiente dirección: [rfueyo@ricardofueyo.com](mailto:rfueyo@ricardofueyo.com) o en [www.ricardofueyo.com](http://www.ricardofueyo.com).

Los resultados y conclusiones finales, una vez publicados, estarán en la Asociación Celíaca Aragonesa a disposición de quien desee consultarlos.

Muchas gracias por su colaboración.

Zaragoza, a 4 de junio de 2014

**

Ricardo Fueyo

Investigador principal

Instrucciones:

Para facilitar el tratamiento anónimo de los datos, asigne un código de identificación de 6 dígitos consistente en sus dos primeras letras de su tercer apellido, seguido de sus dos primeros números del DNI y por último sus dos últimas cifras de su año de nacimiento.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Código de identificación: |  | Fecha de hoy: |  |
| Aunque el cuestionario es anónimo, les estaríamos muy agradecidos si nos facilitase una dirección de correo electrónico por si fuese necesario contactar en un futuro | | Correo electrónico |  |

* Una vez cumplimentado puede remitirlo a [rfueyo@ricardofueyo.com](mailto:rfueyo@ricardofueyo.com) o a su asociación de celíacos.

|  |  |
| --- | --- |
| He sido suficientemente informado acerca de esta investigación y presto mi consentimiento para participar: | Sí  No |
| ¿Debe seguir una estricta dieta sin gluten para toda la vida por prescripción médica? | Sí  No |
| ¿Motivos?: | Celíaco/a  Sensibilidad al gluten Otros (Cuál)..………………………….…. |
| ¿Se encuentra asociado en la actualidad? | Sí  No |
| Año de diagnóstico: |  |
| Edad actual: |  |
| Sexo: | Varón Mujer |
| Código postal de residencia: |  |

ESCALA DE AUTOEFICACIA GENERAL

Conteste, por favor, a cada una de las 10 cuestiones acerca de su confianza en general.

|  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| PREGUNTA | INCORRECTO | APENAS CIERTO | MÁS BIEN CIERTO | CIERTO |
| 1. Puedo encontrar la forma de obtener lo que quiero aunque alguien se me oponga. |  |  |  |  |
| 1. Puedo resolver problemas difíciles si me esfuerzo lo suficiente. |  |  |  |  |
| 1. Me es fácil persistir en lo que me he propuesto para llegar a alcanzar mis metas. |  |  |  |  |
| 1. Tengo confianza en que podría manejar eficazmente acontecimientos inesperados. |  |  |  |  |
| 1. Gracias a mis cualidades y recursos puedo superar situaciones imprevistas. |  |  |  |  |
| 1. Cuando me encuentro en dificultades puedo permanecer tranquilo/a porque cuento con las habilidades necesarias para manejar situaciones difíciles. |  |  |  |  |
| 1. Venga lo que venga, por lo general, soy capaz de manejarlo. |  |  |  |  |
| 1. Puedo resolver la mayoría de los problemas si me esfuerzo lo necesario. |  |  |  |  |
| 1. Si me encuentro en una situación difícil, generalmente sé lo que debo hacer. |  |  |  |  |
| 1. Al tener que hacer frente a un problema, generalmente se me ocurren varias alternativas de cómo resolverlo. |  |  |  |  |

SIGUE POR DETRAS

Escala de Celiaquía y Autoeficacia (ECA)

A continuación le presentamos 40 preguntas relacionadas a su confianza a la hora de seguir una estricta dieta sin gluten.

Intente ponerse en cada una de las situaciones. En algunos casos, para adaptar mejor las preguntas, puede considerar, si es necesario, que sus estudios son su trabajo o que se encuentra trabajando en la actualidad, si no lo estuviese. Algunas preguntas le pueden parecer repetidas pero hacen referencia a distintos ámbitos de su vida.

Si alguna considera que alguna pregunta no le aplica puede dejarla en blanco pero intente contestarlas todas.

Puntúe cada una de las preguntas de 0 a 10 conforme a la siguiente escala, hasta qué punto piensa Vd. que tiene confianza para llevar una dieta sin gluten en las distintas situaciones:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| No me creo capaz en absoluto |  |  |  | Me creo  Moderadamente capaz | | |  |  |  | Me creo capaz con toda seguridad |

| PREGUNTA |  | | | | | | | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| COMPRA: Algunas personas experimentan problemas para conseguir productos sin gluten a la hora de ir a la compra o para resistir a las tentaciones de comprar y consumir algunos productos que podrían tener gluten. Valore su confianza de 0 a 10 en cada una de las siguientes situaciones: | Confianza  0, no me creo capaz en absoluto  10, me creo capaz con toda seguridad | | | | | | | | | | | |
| 1. Cuando tengo que solicitar que limpien las máquinas, utensilios y superficies, si lo creo necesario, por ejemplo, en una charcutería o carnicería, mi confianza para pedirlo es de… | 0 | 1 | | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Cuando en la compra tengo que rechazar un producto que no me ofrece seguridad. | 0 | 1 | | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Cuando tengo que identificarme como celíaco durante la compra, por ejemplo en una carnicería, heladería… | 0 | 1 | | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Cuando tengo que resistirme a comprar algo en el supermercado muy apetitoso pero que podría contener gluten. | 0 | 1 | | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Mi confianza para seguir todas las recomendaciones médicas y de las asociaciones durante la compra es de… | 0 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|  |  | | | | | | | | | | | |
| VIAJES: Para muchos celíacos viajar por su país o por el extranjero supone un reto a la hora de conseguir seguir su dieta sin gluten. Valore, por favor, la confianza de 0 a 10 que tiene para cada una de las siguientes situaciones: | Confianza  0, no me creo capaz en absoluto  10, me creo capaz con toda seguridad | | | | | | | | | | | |
| 1. Cuando voy de viaje y tengo que conseguir un menú sin gluten, y no llevo la comida de casa. | 0 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Cuanto tengo que conseguir un menú sin gluten al viajar por sitios conocidos, y no llevo la comida de casa. | 0 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Cuando tengo que conseguir un menú sin gluten al viajar por sitios desconocidos en España y no llevo la comida de casa. | 0 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Cuando tengo que viajar por sitios fuera de mi país pero en los que hablo el idioma y no llevo la comida de casa. | 0 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Mi confianza para no saltarme la dieta sin gluten, cuando de turismo en una ciudad, quiero probar los restaurantes o comidas típicas es de… | 0 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Seguir mi dieta sin gluten cuando viajo en un tren o en avión y no hay mucho entre lo que elegir. | 0 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

SIGUE POR DETRÁS

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | | | | | | | | | | |
| COMER CON OTROS EN CASA: En ocasiones, aún cuando come Vd. en casa, se producen situaciones que exigen de confianza para afrontarlas con eficacia a la hora de seguir una estricta dieta sin gluten. Valore tu confianza de 0 a 10 para cada una de las situaciones siguientes: | Confianza  0, no me creo capaz en absoluto  10, me creo capaz con toda seguridad | | | | | | | | | | |
| 1. Cuando como en mi casa, me veo capaz de comentar que soy celíaco y a explicar mi enfermedad a personas con las que no tengo mucho trato. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Para corregir a alguien con el que no tengo mucho trato que hace una conducta que supone un riesgo de contaminación en una comida en mi casa. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Para corregir a alguien de la familia.que hace una conducta que supone un riesgo en una comida en mi casa. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Vencer la tentación de saltarme la dieta sin gluten cuando tengo la casa llena de cosas apetitosas. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Para rechazar una comida o regalo que puede contener gluten que traen otras personas y me invitan a probarla y no quiero parecer descortés. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Cuando cocino para otros comida que puede tener gluten y deseo acompañarlos. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Seguir mi dieta sin gluten, cuando estoy enfadado o molesto por algo. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Seguir mi dieta sin gluten, cuando estoy deprimido y no tengo ganas de nada. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | | | | | | | | | | |
| COMER CON OTROS FUERA DE CASA: Comer fuera de casa, con frecuencia, supone un reto para mantener una estricta dieta sin gluten. Valore la confianza que tiene de 0 a 10 en cada una de las situaciones propuestas para seguir una estricta dieta sin gluten: | Confianza  0, no me creo capaz en absoluto  10, me creo capaz con toda seguridad | | | | | | | | | | |
| 1. Para identificarme ante el camarero como celíaco en un restaurante cuando voy solo. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Para identificarme ante el camarero como celíaco en un restaurante cuando voy con amigos. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Para de identificarme como celiaco ante el camarero en un restaurante cuando voy con personas con las que no tengo confianza. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Cuando quiero relajarme y disfrutar de una comida en un tranquilo restaurante. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Para rechazar un plato que pienso que no cumple las condiciones de seguridad suficientes en un restaurante una vez me lo han traído a la mesa. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Mantenerte fiel a la dieta sin gluten, cuando tengo ganas de celebrar un acontecimiento con los demás donde hay comida o bebida que puede contener gluten. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Resistir a una tentación de comer o beber algo que me gusta mucho pero pienso que podría contener gluten. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Para pedir un plato en un restaurante con las condiciones de seguridad suficientes para seguir una dieta sin gluten. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Para resistir a la tentación cuando como fuera de casa con otras personas que piden cosas con gluten. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

SIGUE POR DETRÁS

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. Para seguir tu dieta sin gluten, cuando tengo mucho hambre y no veo nada disponible sin gluten. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Cuando alguien me ofrece a probar algo de su plato que puede tener gluten. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Para participar en evento recreativo o deportivo donde se sirven cosas con gluten y desconozco si tienen prevista la comida y bebida sin gluten. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Sacar y comer una comida, que he traído conmigo de casa por si no había menú sin gluten, cuando estoy solo. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Sacar y comer una comida, que he traído conmigo de casa por si no había menú sin gluten, cuando estoy acompañado. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Cuando quiero variar un poco la dieta y experimentar cosas nuevas. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|  |  | | | | | | | | | | |
| TRABAJO O ESTUDIOS: Algunas personas con celiaquía experimentan dificultades a la hora de manifestar su necesidad de conseguir una comida sin gluten en un entorno laboral o de estudios. Valore de 0 a 10 su confianza para cada una de las siguientes situaciones: | Confianza  0, no me creo capaz en absoluto  10, me creo capaz con toda seguridad | | | | | | | | | | |
| 1. Para identificarme como celíaco en comidas de empresa o estudios | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Para conseguir una comida y bebida sin gluten en mi entorno de trabajo o estudios | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Para rechazar una invitación a comer o beber algo que podría contener gluten en el trabajo o estudios debido a mi celiaquía | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Para conseguir una comida sin gluten en viajes de empresa o excursiones | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Rechazar una comida o bebida que puede tener gluten cuando me encuentro estresado por temas del trabajo o de estudios. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Para conseguir una comida y bebida sin gluten en celebraciones de empresa o de estudios. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

FIN DE LA ESCALA ECA. MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN