

BIPOLAR EATING DISORDER SCALE

La BEDS es un cuestionario sencillo, autoaplicado y factible ya que consta tan sólo de 10 ítems. La escala nos permitirá evaluar la intensidad y frecuencia de las diferentes alteraciones de la conducta alimentaria. Hemos querido seleccionar los ítems relacionados con la problemática más común expresada a partir de una muestra de 350 pacientes pertenecientes al programa de trastornos bipolares del Hospital Clínico de Barcelona. Podemos dividir los ítems en diferentes grupos: los que hacen referencia a la regularidad de hábitos (ítem 1, ítem 10), a la influencia del estado de ánimo (episodio depresivo, hipomaniaco–maniaco, mixto) en la ingesta alimentaria y alteraciones del apetito (ítem 2, ítem 5, ítem 6), trastornos de la conducta como son atracones (ítem 4), el hecho de comer de manera compulsiva (ítem 9) y el craving de carbohidratos (ítems 8).

Cada uno de los ítems presenta 4 posibles respuestas que van de "siempre" a "nunca", de las cuales se puntúan de 0 a 3 (0:nunca; 1:a veces;2: a menudo; 3:siempre). La puntuación total se obtiene sumando la puntuación de cada ítem y puede oscilar entre 0 y 30. Podemos considerar que pacientes con puntuaciones superiores a 13 sufren probablemente alteraciones relevantes en su conducta alimentaria y por tanto requerirían una intervención individualizada para ver cuáles son sus mayores dificultades y cómo éstas repercuten en su calidad de vida.

1.– ¿Tiene dificultad en seguir los horarios de las diferentes comidas de forma regular sin saltarse ninguna?

0

1

2

3

2.– ¿Cree que su estado de ánimo le influye en tener más o menos apetito?

0

1

2

3

3.– ¿Alguna vez se ha levantado durante la noche con la necesidad de comer?

0

1

2

3

4.– ¿Le cuesta parar de comer siempre que se lo propone, aunque esté lleno?

0

1

2

3

5.– ¿Cuando se siente deprimido/a tiene tendencia a comer más?

0

1

2

3

6.- ¿Si se encuentra eufórico/a le cambia el apetito?

0

1

2

3

7.- ¿A veces realiza atracones de comida con la sensación de no poder parar de comer?

0

1

2

3

8.- ¿Diría que tiene tendencia a comer cosas dulces?

0

1

2

3

9.- ¿Considera que habitualmente tiene demasiado apetito y come en exceso?

0

1

2

3

10.- ¿Tiene tendencia a picar entre comidas?

0

1

2

3