PDSS

Escala de Gravedad del Trastorno de Pánico (PDSS)

La PDSS es un instrumento que se utiliza para evaluar la gravedad de los síntomas asociados al trastorno de pánico. Está diseñada para medir distintos aspectos de las crisis de pánico y su repercusión en el bienestar general de la persona.

Número de preguntas	7 preguntas
Duración estimada	4 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Panic Disorder Severity Scale
Población destinataria	Adultos
Autores	M. Katherine Shear, Timothy A. Brown, David H. Barlow et al. (1997)
Categoría	Trastorno de pánico

Vista previa de las 7 preguntas

¿Cuántos ataques de pánico y ataques de síntomas limitados tuvo durante la semana?

- Ningún ataque de pánico ni episodio de síntomas limitados
- Leve: ningún ataque de pánico completo y no más de 1 ataque de síntomas limitados al día
- Moderado: 1 o 2 ataques de pánico completos y/o varios ataques de síntomas limitados al día
- Grave: más de 2 ataques completos, pero no más de 1 al día de media
- Extremo: ataques de pánico completos más de una vez al día, la mayoría de los días

Si tuvo algún ataque de pánico durante la última semana, ¿cuánto malestar (incomodidad, miedo) le causaron mientras ocurrían?

Si tuvo más de uno, dé una valoración media. Si no tuvo ningún ataque de pánico pero sí ataques de síntomas limitados, responda en relación con estos últimos.

- Ningún malestar, o ningún ataque de pánico ni de síntomas limitados durante la última semana
- Malestar leve (no demasiado intenso)
- Malestar moderado (intenso, pero todavía manejable)
- Malestar grave (muy intenso)
- Malestar extremo (malestar extremo durante todos los ataques)

Durante la última semana, ¿cuánto se ha preocupado o ha sentido ansiedad por cuándo ocurriría su próximo ataque de pánico o por temores relacionados con los ataques (por ejemplo, que pudieran significar que tiene problemas de salud física o mental, o que pudieran hacerle pasar vergüenza delante de los demás)?

- Nada
- De vez en cuando o solo levemente
- Con frecuencia o moderadamente
- Muy a menudo o en un grado muy perturbador
- Casi constantemente y en un grado incapacitante

Durante la última semana, ¿hubo algún lugar o situación (p. ej., transporte público, cines, multitudes, puentes, túneles, centros comerciales, estar solo/a) que evitara o que le diera miedo (en el que se sintiera incómodo/a, que quisiera evitar o abandonar) por temor a tener un ataque de pánico? ¿Hay alguna otra situación que habría evitado o temido por el mismo motivo si se hubiera presentado durante la semana? Si respondió que sí a alguna de las dos preguntas, valore su nivel de miedo y evitación durante la última semana.

- Ninguno: ni miedo ni evitación
- Leve: miedo y/o evitación ocasionales, pero normalmente podía afrontar o soportar la situación. Mi estilo de vida cambió poco o nada por ello
- Moderado: miedo y/o evitación notables, pero todavía manejables. Evité algunas situaciones, pero podía afrontarlas si iba acompañado/a. Mi estilo de vida cambió algo por ello, pero mi funcionamiento general no se vio afectado
- Grave: evitación amplia. Tuve que cambiar sustancialmente mi estilo de vida para adaptarme a la evitación, lo que me dificultaba llevar a cabo las actividades habituales
- Extremo: miedo y/o evitación generalizados e incapacitantes. Tuve que cambiar mi estilo de vida hasta el punto de dejar de hacer tareas importantes

Durante la última semana, ¿hubo alguna actividad (p. ej., esfuerzo físico, relaciones sexuales, ducharse o bañarse con agua caliente, tomar café, ver una película emocionante o de miedo) que evitara o que le diera miedo (que le resultara incómoda, que quisiera evitar o interrumpir) porque le provocaba sensaciones físicas como las que siente durante los ataques de pánico o porque temía que desencadenara un ataque de pánico? ¿Hay alguna otra actividad que habría evitado o temido por ese motivo si se hubiera presentado durante la semana? Si respondió que sí a alguna de las dos preguntas, valore su nivel de miedo y evitación de esas actividades durante la última semana.

- Ni miedo ni evitación de situaciones o actividades a causa de sensaciones físicas desagradables
- Leve: miedo y/o evitación ocasionales, pero normalmente podía afrontar o soportar con poco malestar las actividades que provocan sensaciones físicas. Mi estilo de vida cambió poco por ello
- Moderado: evitación notable, pero todavía manejable. Mi estilo de vida cambió de forma clara, aunque limitada, sin que mi funcionamiento general se viera afectado
- Grave: evitación amplia. Mi estilo de vida cambió sustancialmente o mi funcionamiento se vio alterado
- Extremo: evitación generalizada e incapacitante. Mi estilo de vida cambió tanto por ello que dejé de hacer tareas o actividades importantes

Corrección e interpretación

Cada ítem se valora en una escala de 0 a 4; una puntuación más alta indica una mayor gravedad de los síntomas. Las puntuaciones totales se interpretan para determinar la gravedad del trastorno de pánico, con categorías que van desde la ausencia de trastorno hasta la gravedad máxima.