POST-CUESTIONAIRIO PARA PACIENTES CON DIABETES
K'UTUNÏK KICHIN YAWA'I' KIK'IK'EL

Wuqu' Kawoq

Fecha de hoy: _____

Iniciales de entrevistador: _____

de participante: _____

Parte II: Conocimiento de la diabetes (*Etamanïk pa ruwi' ri rukab'il ri diabetes*)

Ahora tenemos algunas preguntas sobre diabetes en general. Para cada pregunta, se puede contestar "sí," "no," o "no sé. (*Wakamin e k'o jujun k'utunïk pa ruwi ri diabetes. Chirij ri jujun k'utunïk, yatikïr nab'ij ja, manäq, o an wetaman ta.*)

#	**Preguntas (*K'utunïk*)**	**Sí [1]**	**No [0]**	**No sé [9]**
1.	El comer mucha azúcar y otras comidas dulces es la única causa de la diabetes. (*Ri natij k'iy kab' chuqa wa'im ki' ja re' ri nuya' diabetes.*)			
2.	Las personas con diabetes no tiene suficiente insulina en sus cuerpos. (*Ri yab'il diabetes rumak ri majun k'iy insulina chupam ri ch'akul.*)			
3.	La diabetes es causada porque los riñones no están funcionando bien. (*Ri diabetes rumak ri riñones ri man funciona ta.*)			
4.	Los riñones producen la insulina. (*Ri riñones nub'än ri insulina.*)			
5.	En la diabetes que no se está tratando, la cantidad de azúcar en la sangre usualmente sube. (*Ri diabetes taq man nito'öx ta rik'in aq'om , la ja re' nib'anun chi nitoje' rukab'il ri kik'*)			
6.	Si yo soy diabético, mis hijos tendrán más riesgo de ser diabéticos. (*Wi indiabetico rïn mas k'ayiw chike ri wal o ri ak'wala' xtikil apo ri yab'il ri'*)			
7.	Se puede curar la diabetes. (*La nitikïr xtik'achoj ri diabetes.*)			
8.	Un nivel de azúcar de 210 en prueba de sangre hecha en ayunas es muy alto. (*Wi k'o pa 210 rukab'il ri kik'el taq majani' xwa' la ja re' ri jotöl.*)			
9.	La mejor manera de chequear mi diabetes es haciendo pruebas de orina, no de sangre. (*Ri ütz wi nib'an jun tojtob'enïk richin nudiabetes, nitojtob'ëx rik'in nuchuluj, man nukik' ta.*)			
10.	Si yo hago ejercicio regular, eso puede bajar la cantidad de medicina o insulina que necesito. (*Wi rïn nib'an silonik jantape*			

#	**Preguntas (*K'utunïk*)**	**Sí [1]**	**No [0]**	**No sé [9]**
	b'a. ja re nitikïr nuqasaj ruchuq'a ri aq'om o insuluna ri nik'atzin chwe'.)			
11.	Hay 2 tipos principales de diabetes: tipo 1 (dependiente de insulina) y tipo 2 (no-dependiente de insulina), y también diabetes en las mujeres embarazadas. (*K'o ka'i'ruwäch achike ri choq'oma ri' diabetes, nab'ey ruwäch 1 (ruma ri insuluna) jun chik ruwäch (man ruma' ta ri insuluna) chuqa jun ixoq royoben.*)			
12.	Un bajon de azúcar es causada por demasiado comida. (*Jun retal nub'än ri insulina ruma ri k'iy wa'im natij.*)			
13.	La medicina es más importante que la dieta y el ejercicio para controlar mi diabetes. (*La ri aq'om más k'atzinel chuwäch ri cha'om wa'im ri silonik richin nachajij ri diabetes.*)			
14.	La diabetes frecuentemente causa mala circulación. (*Ri diabetes taqäl ruwäch nub'an chi man ütz ta nib'iyin akik'el chupam ach'akul.*)			
15.	Cortaduras y rasguños cicatrizan más despacio en diabéticos. (*Ri sokotajnäq o rochoj. La ja re' ri nub'än chi eqal nichaqij rutzumal ruma ri diabetes.*)			
16.	Los diabéticos deberían poner cuidado extra al cortarse las un˜as de los dedos de los pies. (*Ri diabéticos la k'o chi nikichajij ki más taq xtikiqupij kixk'äq richin ruwi' kiq'a' chuqa ruwi' kaqän.*)			
17.	Una persona con diabetes debería limpiar una cortadura con yodo y alcohol. (*Jun winäq ruchajin diabetes, la nitikïr nusu' jun sokotajik rik'in yodo o rik'in alcohol.*)			
18.	La manera en que preparo mi comida es importante como la comida misma para controlar mi diabetes. (*La k'atzinel, achike rub'eyal nib'än qa chire nuwa'im ruma ri diabetes.*)			
19.	La diabetes puede dañar mis riñones. (*La ri diabetes nitikïr nuyab'ilaj qa ariñones.*)			
20.	La diabetes puede causar que no sienta en mis manos, dedos y pies. (*La ja ri diabetes nitikïr nub'an chwe' chi man nuna' ta pa nuq'a, man nuna' ta pa waqän.*)			
21.	El temblar y sudar son señales de azúcar alta en la sangre. (*Ri yasikisöt y yatz'ojpin, La ja re' tetal chi xjote' rukab'il akik'el.*)			
22.	El orinar seguido y la sed son señales de azúcar baja en la sangre. (*Ri jutaqil yab'echulun kan, chuqa nichaqij pe achi'. La ja retal*			

#	**Preguntas (*K'utunïk*)**	**Sí [1]**	**No [0]**	**No sé [9]**
	chi xqa qa rukab'il ri akik'el.)			
23.	Los calcetines y las medias elásticas apretadas son malos para los diabéticos. (*Ri merix y ri nimäq taq merix yeyuquq' e latz' man ütz ta nub'an chike ri diabéticos.*)			
24.	Una dieta diabética consiste principalmente en comidas muy diferentes y especiales. (*Jun cha'on wa'im kichin ri diabéticas ja re' ri k'atzinel taq wa'im.*)			

Parte III: Resumen de los cuidado propio de la diabetes (*Rukaj tanaj: moloy pa ruwi' ruchajixïk richin ri diabético*)

Las preguntas de abajo preguntan sobre sus actividades para el cuidado propio de la diabetes durante los últimos 7 días. *Ri k'utunïk e k'o pa xulan pa ruwi' ruchajixik ri diabetes chupam wuqu'ruk'isib'äl taq q'ij.*

25. ¿En cuantos de LOS ÚLTIMOS 7 DÍAS ha seguido un plan de alimentación saludable? (*¿Jampe chike ri wuqu' taq rukisib'äl q'ij xab'än jun ütz wa'im?*)

0 1 2 3 4 5 6 7

26. ¿Usted sabe lo que es un carbohidrato? (*¿la awetaman achike jun carbohidrato?*)

☐ Si (*Ja*) [1]

↳ 37a. ¿En cuantos de LOS ÚLTIMOS 7 DÍAS ha limitado sus carbohidratos como debe durante el día para su diabetes? (*¿Jampe q'ij chupam ri semana kan xe ajachala' rat ri carbohidratos chupam ri jun q'ij?*)

0 1 2 3 4 5 6 7

☐ No (*Manäq*) [0]

27. ¿En cuantos de LOS ÚLTIMOS 7 DÍAS participó usted en por lo menos 30 minutos de actividad física? Minutos totales de actividad que incluyen caminar con calor o sudor. (*¿Chupam ri ruk'isib'äl wuqu' taq q'ij kan La xab'än silonïk jun nik'aj ramaj. Jampe ch'uti ramaj chi ronojel xab'iyin ruma jun samaj o taqkïl.*)

0 1 2 3 4 5 6 7

28. ¿En cuantas de LOS ULTIMOS 7 DÍAS se revisó sus pies? (*¿Jampe chike ri wuqu' taq q'ij xab'e richin nitz'ët pe ri pa awaq'än?*)

0 1 2 3 4 5 6 7

29. ¿Ha fumado usted durante los últimos 7 DÍAS? (*¿La xasik'am pe chupam ri ruk'isib'äl ri wuqu' q'ij?*)

☐ No [0] (*Manäq*)

☐ Si.[1] a. ¿Cuántos cigarros fuma en un día promedio? _____ cigarros (*Ja. ¿Jampe sik' nasik'aj pa jun q'ij chi ronojel?_____ sik'*)

30. ¿En cuantos de LOS ÚLTIMOS 7 DÍAS se tomó sus medicamentos como recomendados para la diabetes? *¿Janipe chike ri ruk'isib'äl taq q'ij xatij awaq'om achi'el xkib'ij pe chawe' richin ri diabetes?*)

0 1 2 3 4 5 6 7