

# ESCALA DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO HOSPITALAR (HADS)

Este questionário foi construído para ajudar a saber como se sente. Pedimos-lhe que leia cada uma das perguntas e que seleccione a resposta que melhor descreve a forma como se tem sentido na última semana.

Não demore muito tempo a pensar nas respostas. A sua reacção imediata a cada questão será provavelmente mais correcta do que uma resposta muito ponderada.

Por favor, faça apenas uma selecção em cada pergunta.

---

\* Required

1. Por favor, insira o código de participação no estudo "Indicadores fisiológicos na dor – uma avaliação quantitativa" que lhe foi enviado: \*

---

2. 1. Sinto-me tenso/a ou nervoso/a:

*Mark only one oval.*

- ☐ Quase sempre
- ☐ Muitas vezes
- ☐ Por vezes
- ☐ Nunca

3. 2. Ainda sinto prazer nas coisas de que costumava gostar: \*

*Mark only one oval.*

- ☐ Tanto como antes
- ☐ Não tanto agora
- ☐ Só um pouco
- ☐ Quase nada

4. 3. Tenho uma sensação de medo, como se algo terrível estivesse para acontecer:

\*

*Mark only one oval.*

- ☐ Sim e muito forte
- ☐ Sim, mas não muito forte
- ☐ Um pouco, mas não me aflige
- ☐ De modo algum

5. 4. Sou capaz de rir e ver o lado divertido das coisas: \*

*Mark only one oval.*

- ☐ Tanto como antes
- ☐ Não tanto como antes
- ☐ Muito menos agora
- ☐ Nunca

6. 5. Tenho a cabeça cheia de preocupações: \*

*Mark only one oval.*

- ☐ A maior parte do tempo
- ☐ Muitas vezes
- ☐ Por vezes
- ☐ Quase nunca

## 7. 6. Sinto-me animado/a: \*

*Mark only one oval.*

- ☐ Nunca
- ☐ Poucas vezes
- ☐ De vez em quando
- ☐ Quase sempre

## 8. 7. Sou capaz de estar descontraidamente sentado/a e sentir-me relaxado/a: \*

*Mark only one oval.*

- ☐ Quase sempre
- ☐ Muitas vezes
- ☐ Por vezes
- ☐ Nunca

## 9. 8. Sinto-me mais lento/a, como se fizesse as coisas mais devagar: \*

*Mark only one oval.*

- ☐ Quase sempre
- ☐ Muitas vezes
- ☐ Por vezes
- ☐ Nunca

## 10. 9. Fico de tal forma apreensivo/a (com medo), que até sinto um aperto no estômago: \*

*Mark only one oval.*

- ☐ Nunca
- ☐ Por vezes
- ☐ Muitas vezes
- ☐ Quase sempre

11. 10. Perdi o interesse em cuidar do meu aspecto físico: \*

*Mark only one oval.*

- ☐ Completamente
- ☐ Não dou a atenção que devia
- ☐ Talvez cuide menos que antes
- ☐ Tenho o mesmo interesse de sempre

12. 11. Sinto-me de tal forma inquieto/a que não consigo estar parado/a: \*

*Mark only one oval.*

- ☐ Muito
- ☐ Bastante
- ☐ Não muito
- ☐ Nada

13. 12. Penso com prazer nas coisas que podem acontecer no futuro: \*

*Mark only one oval.*

- ☐ Tanto como antes
- ☐ Não tanto como antes
- ☐ Bastante menos agora
- ☐ Quase nunca

14. 13. De repente, tenho sensações de pânico: \*

*Mark only one oval.*

- ☐ Muitas vezes
- ☐ Bastantes vezes
- ☐ Por vezes
- ☐ Nunca

15. 14. Sou capaz de apreciar um bom livro ou um programa de rádio ou televisão: \*

*Mark only one oval.*

- ☐ Muitas vezes
- ☐ De vez em quando
- ☐ Poucas vezes
- ☐ Quase nunca

MUITO OBRIGADO PELA SUA COLABORAÇÃO.

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms