



I am in Control

# I am In Control

GAD-7 | General Anxiety Disorder-7

## Detalhes

---

**Descrição:** Documento informativo relativo ao teste psicológico GAD-7

**Elaborado por:** Pedro Longle

**Informação de Contacto:** [pedro.longle.dev@gmail.com](mailto:pedro.longle.dev@gmail.com)

**Última Atualização:** 30 de Junho, 2023

## Visão Geral

---

**Sumário:** Este documento contém toda a informação relativa ao teste psicológico GAD-7 (*General Anxiety Disorder-7*). Esta inclui a especificação das perguntas e como proceder à avaliação dos resultados obtidos.

**Créditos:** Os direitos de autor para o teste GAD-7 foram formalmente mantidos com a Pfizer, que concedeu os mesmos para quem criou e desenvolveu o teste: Spitzer, Williams e Kroenke. Porém, as diversas versões do teste podem ser partilhadas; reproduzidas; traduzidas; apresentadas ou distribuídas sem necessidade de qualquer permissão, e encontram-se disponíveis do Website oficial da Pfizer.



## GAD-7 | General Anxiety Disorder-7

O GAD-7 é um material de rastreio, composto por 7 questões que correspondem à avaliação de critérios com o objetivo de avaliar os sintomas de transtorno de ansiedade generalizada. Este questionário permite avaliar os sintomas característicos dos diversos transtornos de ansiedade.

Na aplicação, foi utilizada a versão Portuguesa do GAD-7. Os itens estão categorizados numa escala de 4 pontos, indicando a frequência com que os sintomas têm estado presentes nas últimas 2 semanas, sendo eles:

- 0 - Em nenhum momento;
- 1 - Frequentemente;
- 2- Mais de metade dos Dias;
- 3- Todos os Dias.

Deve-se excluir a atribuição destes sintomas aos efeitos fisiológicos diretos de uma substância (droga de abuso ou medicamento) ou de uma condição médica geral.

O prazo de 2 semanas escolhido é o mais indicado para avaliar o impacto que os diversos tópicos têm sobre a vida das pessoas.

### Avaliação e Resultados

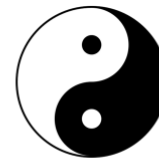
Até ao momento, não existe um material capaz de diagnosticar com precisão a presença do Transtorno de Ansiedade Geral. Nem o questionário GAD-7, porém, este é capaz de identificar diversos sintomas relacionados com este distúrbio e a sua gravidade.

Em suma, o diagnóstico definitivo é elaborado tendo por base fundamentos clínicos, bem como outras informações relevantes que o utente possa fornecer, nomeadamente, sintomas de Ansiedade Generalizada presentes no DSM-V.

O resultado final é obtido somando as classificações das 7 questões (0-21). Os intervalos da severidade no resultado são:

- Ansiedade mínima: 0 a 4;
- Ansiedade leve: 5 a 9;
- Ansiedade moderada: 10 a 14;
- Ansiedade severa: 15 a 21.

Quando os resultados desta escala são sugestivos da presença de um transtorno de ansiedade, a sua utilização deve ser seguida de uma procura de ajuda clínica ou médica especializada na área.



I am in Control

## Conjunto de Perguntas

Pergunta		Em nenhum momento	Frequentemente	Mais de metade dos Dias	Quase todos os Dias
1.	Sentiu-se nervoso/a, ansioso/a ou muito tenso/a?	0	1	2	3
2.	Sentiu não ser capaz de impedir ou controlar as preocupações?	0	1	2	3
3.	Sentiu que se preocupa muito com diversas coisas?	0	1	2	3
4.	Sentiu dificuldade em relaxar?	0	1	2	3
5.	Ficou tão agitado/a que se torna difícil permanecer sentado/a?	0	1	2	3
6.	Ficou facilmente aborrecido/a ou irritado/a?	0	1	2	3
7.	Sentiu medo como se algo horrível fosse acontecer?	0	1	2	3
Resultado		Soma das respostas obtidas [0-21]			