

pront _____
DATA ____/____/____

Definição de Ataque de Pânico: Crises espontâneas, súbitas, de mal-estar e sensação de perigo ou morte iminente, acompanhadas de diversos sintomas físicos, tais como:

1) medo de morrer; 2) medo de perder o controle e enlouquecer; 3) despersonalização (impressão de desligamento do mundo exterior, como se a pessoa estivesse vivendo um sonho) e desrealização (distorção na visão de mundo e de si mesmo que impede diferenciar a realidade da fantasia); 4) dor e/ou desconforto no peito que podem ser confundidos com os sinais do infarto; 5) palpitações e taquicardia; 6) sensação de falta de ar e de sufocamento; 7) asfixia; 8) sudorese; 9) náusea ou desconforto abdominal; 10) tontura ou vertigem; 11) ondas de calor e calafrios; 12) adormecimento e formigamentos; 13) tremores, abalos e estremecimentos.

0-----2-----4-----6-----8

nada pouco moderado acentuado grave

[illegible]

GAD-7

Durante as últimas 2 semanas, com que frequência você foi incomodado/a pelos problemas abaixo?

Nenhuma vez

Vários dias

Mais da metade dos dias

Quase todos os dias

(Marque sua resposta com: 0, 1, 2, 3)

1. Sentir-se nervoso/a, ansioso/a ou muito tenso/a	0	1	2	3
2. Não ser capaz de impedir ou de controlar as preocupações	0	1	2	3
3. Preocupar-se muito com diversas coisas	0	1	2	3
4. Dificuldade para relaxar	0	1	2	3
5. Ficar tão agitado/a que se torna difícil permanecer sentado/a	0	1	2	3
6. Ficar facilmente aborrecido/a ou irritado/a	0	1	2	3
7. Sentir medo como se algo horrível fosse acontecer	0	1	2	3

(For office coding: Total Score T ____ = ____ + ____ + ____)