

Nome: \_\_\_\_\_ Data \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Abaixo, está uma lista de sintomas comuns de ansiedade. Por favor, leia cuidadosamente cada item da lista. Indique **quanto** você foi incomodado, por cada um dos sintomas listados à esquerda, durante a **última semana, inclusive hoje**, marcando um X no grau de incômodo correspondente a uma das caselas das colunas à direita.

Nº	Sintomas	Quanto foi incomodado			
		<i>Nada</i> 0	<i>Fraco</i> 1	<i>Moderadamente</i> 2	<i>Muito forte</i> 3
		<i>Não incomodou nada</i>	<i>Incomodou-me um pouco</i>	<i>Foi muito desagradável, mas consegui aguentar</i>	<i>Quase não consegui aguentar</i>
1	Dormência ou formigamento				
2	Calores				
3	Pernas bambas				
4	Incapaz de relaxar				
5	Medo do pior acontecer				
6	Tonteira ou cabeça leve				
7	Coração batendo forte ou acelerado				
8	Inquieto(a)				
9	Aterrorizado(a)				
10	Nervoso(a)				
11	Sensação de sufocamento				
12	Mãos tremendo				
13	Trêmulo(a)				
14	Medo de perder o controle				
15	Dificuldade de respirar				
16	Medo de morrer				
17	Assustado(a)				
18	Indigestão ou desconforto no abdômen				
19	Desmaio				
20	Face ruborizada				
21	Suores (não devido a calor)				
<b>ESCORE:</b>					

Figura 3 – Inventário Beck de ansiedade

Pode ter um resultado máximo de 63 e as categorias são:

- 0-10: grau mínimo de ansiedade
- 11-19: ansiedade leve
- 20-30 ansiedade moderada
- 31-63 ansiedade severa

## 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 "✓")

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 \_\_\_\_ = \_\_\_\_ + \_\_\_\_ + \_\_\_\_)

### GAD 7 - PONTO DE CORTE

0-4 Normal

5-9 Leve - Monitorar

10-14 Moderado - Possível condição clínica significativa

>15 Severo - Tratamento possivelmente justificado

Ponto de corte 8 tem sensibilidade/especificidade ótima para TP, TEPT, TAS.