Lumina Measures

PSEQ

Pain Self-Efficacy Questionnaire

Versão em português · 10 itens

Nome _____

Data _____

Por favor, avalie o quão confiante você está de que pode fazer as seguintes coisas no presente, independentemente de sua dor. Para indicar a sua resposta, circule um dos números na escala abaixo de cada item, onde 0 = completamente não confiante e 6 = completamente confiante. Lembre-se, este questionário não está perguntando se você tem ou não tem feito essas coisas, mas sim quão confiante você está que você consegue fazê-las no presente, independentemente de sua dor.

0 = Completamente não confiante · 6 = Completamente confiante

1 Consigo gostar das coisas, independentemente da dor.

0 1 2 3 4 5 6

2 Eu posso fazer a maior parte dos trabalhos domésticos (p.ex.: arrumar a casa, lavar os pratos, etc.), independentemente da dor.

0 1 2 3 4 5 6

3 Eu consigo me relacionar socialmente com meus amigos ou membros da família tanto quanto eu costumava, independentemente da dor.

0 1 2 3 4 5 6

4 Eu consigo lidar com minha dor na maior parte das situações.

0 1 2 3 4 5 6

5 Eu consigo realizar algum tipo de trabalho, independentemente da dor. (“trabalho” inclui trabalho doméstico, trabalho pago ou não)

0 1 2 3 4 5 6

6 Eu ainda consigo fazer muitas das coisas que eu gosto de fazer, tais como hobbies ou atividades de lazer, independentemente da dor.

0 1 2 3 4 5 6

7 Eu consigo lidar com minha dor sem medicação.

0 1 2 3 4 5 6

8 Eu ainda consigo realizar a maior parte dos meus objetivos de vida, independentemente da dor.

0 1 2 3 4 5 6

9 Eu posso ter um estilo de vida normal, independentemente da dor.

0 1 2 3 4 5 6

10 Eu posso me tornar gradualmente mais ativo, independentemente da dor.

0 1 2 3 4 5 6

Referências

Pain Self-Efficacy Questionnaire. Formulário em português.

ALMEIDA, Fabrício Fernandes. Análise de variáveis psicossociais relacionadas à experiência dolorosa entre pacientes cirúrgicos. 2011. Dissertação (Mestrado em Processos de Desenvolvimento Humano e Saúde) - Universidade de Brasília, Brasília, 2011 Disponível em: https://repositorio.unb.br/handle/10482/9555.

NICHOLAS, Michael K. The Pain Self-Efficacy Questionnaire: taking pain into account. European Journal of Pain, London, v. 11, n. 2, p. 153-163, 2007. https://doi.org/10.1016/j.ejpain.2005.12.008

SARDÁ JR., Jamir; NICHOLAS, Michael K.; PIMENTA, Cibele A. M.; ASGHARI, Ali. Pain-related self-efficacy beliefs in a Brazilian chronic pain patient sample: a psychometric analysis. Stress and Health, Chichester, v. 23, n. 3, p. 185-190, 2007. https://doi.org/10.1002/smi.1135