

INVENTÁRIO DE CONTRIBUIÇÃO DO CUIDADOR PARA O AUTOCUIDADO DA PESSOA COM DOENÇA CRÔNICA v.2

Todas as respostas são confidenciais.

SECÇÃO: A

Em baixo estão listados os comportamentos comuns de autocuidado que as pessoas com doença crónica devem adotar. Durante o último mês, com que frequência realiza estas atividades à pessoa de quem cuida? Ou, com que frequência faz estas atividades, pela pessoa de quem cuida, por esta ser incapaz de as fazer?

(assinale uma opção)

	Nunca	Raramente	Às vezes	Frequentemente	Sempre
1. Certifica-se que a pessoa de quem cuida dorme o suficiente?	1	2	3	4	5
2. Tenta evitar que a pessoa de quem cuida fique doente (por exemplo, faz vacina contra gripe, lava as mãos)?	1	2	3	4	5
3. Faz com que a pessoa de quem cuida realize atividade física (por exemplo, fazer uma caminhada rápida, usar as escadas)?	1	2	3	4	5
4. Faz com que a pessoa de quem cuida coma alimentos específicos ou evite certos alimentos?	1	2	3	4	5
5. Mantém consultas para cuidados de saúde regulares à pessoa de quem cuida?	1	2	3	4	5
6. Faz com que a pessoa de quem cuida tome medicamentos prescritos sem esquecer nenhuma dose?	1	2	3	4	5
7. Faz algo para ajudar a aliviar o stress da pessoa de quem cuida (por exemplo, meditação, yoga, música)?	1	2	3	4	5

SECÇÃO: B

Em baixo estão listados aspetos comuns que são monitorizados por pessoas com doença crónica. Com que frequência recomenda a monitorização destes aspetos? Ou, realiza esta monitorização pela pessoa de quem cuida, por esta ser incapaz de o fazer?

(assinale uma opção)

	Nunca	Raramente	Às vezes	Frequentemente	Sempre
8. Monitoriza o estado de saúde da pessoa de quem cuida?	1	2	3	4	5
9. Monitoriza os efeitos colaterais da medicação da pessoa de quem cuida?	1	2	3	4	5
10. Presta atenção a alterações na forma como se sente a pessoa de quem cuida?	1	2	3	4	5

11. Monitoriza se a pessoa de quem cuida se cansa mais do que o habitual quando faz atividades normais?	1	2	3	4	5
12. Monitoriza os sintomas da pessoa de quem cuida?	1	2	3	4	5

13. Muitas pessoas têm sintomas devido ao seu estado de saúde ou devido ao tratamento que recebem. Da última vez que a pessoa de quem cuida teve um sintoma, com que rapidez reconheceu um sintoma característico do seu estado de saúde?

- Υ Ele/ela **nunca** teve um sintoma. Se marcou esta caixa, pule para a **seção C**.
- Υ Ele/ela teve um sintoma, mas eu **não o reconheci** como um sintoma do seu estado de saúde.
- Υ Ele/ela teve um sintoma que eu **reconheci** como um sintoma do seu estado de saúde.

(assinale uma opção)

- Não reconheci rapidamente
- Reconheci pouco rápido
- Reconheci suficientemente rápido
- Reconheci rapidamente
- Reconheci imediatamente

SECCÃO: C

Em baixo estão listados os comportamentos que a pessoa com doença crónica utiliza para controlar os seus sintomas. **Quando a pessoa de quem cuida tem sintomas, qual é a probabilidade de recomendar a execução dos seguintes comportamentos (ou executa esses comportamentos se a pessoa de quem cuida for incapaz de o fazer?).**

(assinale uma opção)

	Improvável	Quase improvável	Pouco provável	Provável	Muito provável
14. Mudar o que, a pessoa de quem cuida come ou bebe, para que o sintoma diminua ou desapareça?	1	2	3	4	5
15. Recomendar à pessoa de quem cuida que mude o nível de atividade (por exemplo, diminuir o ritmo, descansar)?	1	2	3	4	5
16. Recomendar à pessoa de quem cuida que tome um medicamento para diminuir ou desaparecer o sintoma?	1	2	3	4	5
17. Informar o profissional de saúde sobre o sintoma da pessoa de quem cuida na próxima consulta?	1	2	3	4	5
18. Ligar para o profissional de saúde da pessoa de quem cuida para obter	1	2	3	4	5

orientação?

(Assinale uma opção)

	Eu não fiz nada	Não Tenho certeza	Alguma certeza de que sim	Quase certeza que sim	Certeza que sim	Muito certo(a) que sim
19. Pense num tratamento que usou na última vez que a pessoa de quem cuida teve sintomas. O tratamento que usou fez ele/ela sentir-se melhor?	0	1	2	3	4	5

O instrumento a seguir, a Escala de Autoeficácia de Autocuidado, não é uma medida de autocuidado, mas um instrumento utilizado para medir um fator fortemente relacionado ao sucesso em contribuir para o autocuidado. Aconselhamos a usar este instrumento com o instrumento anterior.

ESCALA DE AUTOEFICÁCIA DE AUTOCUIDADO

Em relação à pessoa de quem cuida, em geral, o quanto está confiante de que pode?

	(assinale uma opção)				
	Não estou confiante	Um pouco confiante	Confiante	Muito Confiante	Extremamente Confiante
1. Manter a pessoa de quem cuida <u>estável e livre de sintomas?</u>	1	2	3	4	5
2. <u>Seguir o tratamento</u> aconselhado à pessoa de quem cuida?	1	2	3	4	5
3. <u>Persistir</u> em seguir o tratamento para a pessoa de quem cuida, mesmo quando é difícil?	1	2	3	4	5
4. <u>Monitorizar o estado de saúde</u> da pessoa de quem cuida frequentemente?	1	2	3	4	5
5. <u>Persistir</u> em monitorizar frequentemente o estado de saúde da pessoa de quem cuida, mesmo quando é difícil?	1	2	3	4	5
6. <u>Reconhecer mudanças</u> na saúde da pessoa de quem cuida quando elas ocorrerem?	1	2	3	4	5
7. <u>Avaliar a importância</u> dos sintomas da pessoa de quem cuida?	1	2	3	4	5
8. <u>Fazer alguma coisa</u> para aliviar os sintomas da pessoa de quem cuida?	1	2	3	4	5
9. <u>Persistir</u> em encontrar uma medida terapêutica para os sintomas da pessoa que cuida mesmo quando é difícil?	1	2	3	4	5
10. <u>Avaliar se</u> a medida terapêutica funciona?	1	2	3	4	5

OBRIGADO POR COMPLETAR ESTE QUESTIONÁRIO!