

**VERSÃO BRASILEIRA "SELF-CARE OF CORONARY HEART DISEASE  
INVENTORY (SC-CHDI V3)"**

Todas as respostas são confidenciais.

Pense em como você se sentiu **no último mês** para responder estas perguntas.

**SEÇÃO A:**

Abaixo estão listadas orientações geralmente dadas a pessoas com doenças do coração.

Com qual frequência você realiza essas atividades/orientações listadas abaixo?

	<b>Nunca</b>	<b>Raramente</b>	<b>Às vezes</b>	<b>Na maioria das vezes</b>	<b>Sempre</b>
1. Comparece às consultas agendadas com profissionais de saúde?	1	2	3	4	5
2. Toma AAS ou outro remédio para afinar o sangue (anticoagulante)?	1	2	3	4	5
3. Faz algo para aliviar o estresse (por exemplo, meditação, ioga, escutar música, artesanato ou outras coisas)?	1	2	3	4	5
4. Faz atividade física (por exemplo, caminhada, subir escadas, andar de bicicleta, academia, dança, pilates)?	1	2	3	4	5
5. Toma os medicamentos de acordo com a receita sem esquecer ou pular nenhum horário?	1	2	3	4	5
6. Escolhe alimentos com pouca gordura ao comer fora ou quando visita outras pessoas?	1	2	3	4	5
7. Toma os cuidados necessários para evitar ficar doente (por exemplo, toma vacina contra a gripe, lava as mãos com frequência)?	1	2	3	4	5
8. Come frutas, verduras e vegetais?	1	2	3	4	5
9. Evita fumar ou respirar a fumaça quando outras pessoas fumam?	1	2	3	4	5

**SEÇÃO B:**

Abaixo estão listadas coisas que as pessoas com doença do coração costumam observar ou prestar atenção. Com que frequência você realiza as coisas listadas abaixo?

	<b>Nunca</b>	<b>Raramente</b>	<b>Às vezes</b>	<b>Na maioria das vezes</b>	<b>Sempre</b>
10. Observa ou presta atenção na sua saúde?	1	2	3	4	5
11. Presta atenção nas mudanças que você sente?	1	2	3	4	5
12. Verifica sua pressão arterial?	1	2	3	4	5
13. Observa se você se sente mais cansado do que o normal ao fazer as atividades do dia a dia?	1	2	3	4	5
14. Observa os efeitos colaterais dos seus medicamentos?	1	2	3	4	5
15. Observa os sintomas da doença do coração (por exemplo, dor no peito, falta de ar, fadiga)?	1	2	3	4	5
16. Verifica seu peso?	1	2	3	4	5

**RECONHECIMENTO DE SINTOMAS:**

Muitas pessoas com doenças do coração têm sintomas como dor no peito, pressão (aperto), queimação ou sensação de peso no peito, falta de ar e cansaço. Na última vez que você teve um sintoma...

	<b>Não tive sintoma</b>	<b>Não percebi sintoma</b>	<b>Demorei muito para perceber sintoma</b>	<b>Demorei um pouco para perceber sintoma</b>	<b>Percebi quase rapidamente sintoma</b>	<b>Percebi rapidamente sintoma</b>	<b>Percebi muito rapidamente sintoma</b>
17. ... Quão rápido você percebeu que era um sintoma da doença do coração?	N/A	0	1	2	3	4	5

**SEÇÃO C:** Abaixo estão listadas as ações que as pessoas com doenças do coração costumam realizar. Se você tiver um sintoma, qual a chance de tentar uma destas ações?

	<b>Improvável</b>	<b>Quase improvável</b>	<b>Pouco provável</b>	<b>Provável</b>	<b>Muito provável</b>
18. Mudar seu nível de atividade (ir mais devagar, descansar)	1	2	3	4	5
19. Tomar uma aspirina (AAS)	1	2	3	4	5
20. Tomar um medicamento para fazer o sintoma diminuir ou desaparecer	1	2	3	4	5
21. Procurar um profissional da saúde para pedir orientação	1	2	3	4	5
22. Informar ao profissional de saúde sobre o sintoma na próxima consulta	1	2	3	4	5

**Final:** Pense no tratamento que você fez na última vez que teve um sintoma da sua doença do coração (circule um número)

	<b>Eu não fiz nada</b>	<b>Não me fez me sentir melhor</b>	<b>Não tenho certeza</b>	<b>Tenho pouca certeza que sim</b>	<b>Sim</b>	<b>Tenho muita certeza que sim</b>
23. O tratamento que você usou fez você se sentir melhor?	0	1	2	3	4	5