Inventário de Decisões de Autocuidado

Este inquérito pergunta o que faz quando tem um sintoma da sua doença crónica.
Pense na última vez que teve um sintoma que o incomodou.

Em que sintoma está a pensar? _____

De que forma cada uma das afirmações influenciou as decisões sobre o que fazer em relação ao sintoma. Por favor, responda a cada item assinalando uma opção por linha.

	Sem Influência				**Muita Influência**
1. Não sabia o que significava o sintoma	1	2	3	4	5
2. Senti-me envergonhado (a) por causa do meu sintoma	1	2	3	4	5
3. Outras pessoas ajudaram-me a tomar uma decisão	1	2	3	4	5
4. Pensei que conseguiria tolerar o sintoma	1	2	3	4	5
5. Não tinha a certeza da importância do sintoma	1	2	3	4	5
6. O sintoma piorou de repente	1	2	3	4	5
7. Quando tive o sintoma, não percebi o que estava a acontecer	1	2	3	4	5
8. Senti-me demasiado triste para tomar uma decisão.	1	2	3	4	5
9. Não foi claro para mim o que estava a causar o sintoma	1	2	3	4	5
10. Senti que precisava de tomar uma decisão rapidamente	1	2	3	4	5
11. Diferentes pessoas deram conselhos diferentes sobre o meu sintoma	1	2	3	4	5
12. Achei que o sintoma não era motivo para preocupação	1	2	3	4	5
13. Senti-me demasiado ansioso(a) para tomar uma decisão	1	2	3	4	5
14. Não me sentia bem o suficiente para tomar uma decisão	1	2	3	4	5
15. O sintoma era novo para mim	1	2	3	4	5
16. O sintoma era grave ou incómodo	1	2	3	4	5
17. Pensei que o sintoma pudesse ser devido a outra coisa	1	2	3	4	5
18. Não queria que as pessoas soubessem do meu sintoma	1	2	3	4	5
19. Quando tive este sintoma, soube que algo estava errado	1	2	3	4	5
20. Pensei que o sintoma desapareceria por si	1	2	3	4	5
21. O meu raciocínio não era claro, por isso não consegui tomar uma decisão	1	2	3	4	5
22. Não queria sobrecarregar a minha família	1	2	3	4	5
23. Achei que podia esperar para tomar uma decisão	1	2	3	4	5
24. Outras coisas eram mais importantes naquele momento	1	2	3	4	5
25. Outras pessoas deram-me conselhos	1	2	3	4	5
26. Senti que algo de mau ia acontecer	1	2	3	4	5
27. Senti-me demasiado cansado(a) para tomar uma decisão	1	2	3	4	5