

ECQ - Versão piloto* (33 itens) – 2003

Abaixo encontram-se algumas afirmações que podem corresponder à sua situação de conforto / desconforto. Por favor, indique até que ponto cada uma das afirmações corresponde (ou não) ao que verdadeiramente se passa consigo (no 2º dia do tratamento), marcando com uma cruz a respectiva quadricula de acordo com a legenda.

- 1 - Não **corresponde nada** ao que se passa comigo / é **totalmente falso**
- 2 - **Corresponde pouco** ao que se passa comigo
- 3 - **Corresponde bastante** ao que se passa comigo
- 4 - **Corresponde muito** ao que se passa comigo
- 5 - **Corresponde totalmente** ao que se passa comigo / é **totalmente verdadeiro**

01 - Sei que o meu mal-estar é passageiro.	1	2	3	4	5
02 - As náuseas são-me difíceis de suportar.	1	2	3	4	5
03 - O afecto das pessoas que me rodeiam reconforta-me.	1	2	3	4	5
04 - Sou capaz de dormir e descansar.	1	2	3	4	5
05 - Não me apetece fazer nada.	1	2	3	4	5
06 - Se precisar de ajuda tenho quem cuide de mim.	1	2	3	4	5
07 - Os barulhos perturbam-me.	1	2	3	4	5
08 - Evito sair de casa devido às alterações do meu aspecto físico.	1	2	3	4	5
09 - Sou capaz de pensar no sucesso do meu tratamento.	1	2	3	4	5
10 - A minha família / amigos ajudam-me a enfrentar a doença.	1	2	3	4	5
11 - A minha situação põe-me em baixo.	1	2	3	4	5
12 - As visitas das pessoas amigas dão-me prazer.	1	2	3	4	5
13 - Sinto-me capaz de continuar com as minhas tarefas domésticas.	1	2	3	4	5
14 - Mantenho o meu apetite.	1	2	3	4	5
15 - As alterações que tenho vivido deixam-me receosa.	1	2	3	4	5
16 - Sinto-me deprimida.	1	2	3	4	5
17 - O ambiente em casa não me ajuda a sentir-me melhor.	1	2	3	4	5
18 - Sinto-me capaz de superar o meu actual problema de saúde.	1	2	3	4	5
19 - Saber que sou amada, dá-me ânimo para continuar.	1	2	3	4	5
20 - Os cheiros já não me incomodam.	1	2	3	4	5

* Escala construída por M. Gameiro e J. Apóstolo, segundo o modelo operacional do "conforto" desenvolvido por Kolcaba (1991 a 2002) e com a sua autorização expressa.

- 1 - Não **corresponde nada** ao que se passa comigo / é **totalmente falso**
 2 - **Corresponde pouco** ao que se passa comigo
 3 - **Corresponde bastante** ao que se passa comigo
 4 - **Corresponde muito** ao que se passa comigo
 5 - **Corresponde totalmente** ao que se passa comigo / é **totalmente verdadeiro**

21 - Sinto uma má disposição física que me impede de descansar.	1	2	3	4	5
22 - Ninguém me compreende verdadeiramente.	1	2	3	4	5
23 - Não fui suficientemente informada sobre o meu tratamento.	1	2	3	4	5
24 - Sinto-me dependente dos outros.	1	2	3	4	5
25 - Sinto que a minha situação está sob controlo.	1	2	3	4	5
26 - O estado de espírito das pessoas que me rodeiam dá-me alento.	1	2	3	4	5
27 - Até a luz normal me incomoda.	1	2	3	4	5
28 - Os alimentos sabem-me bem.	1	2	3	4	5
29 - Tenho medo do que me possa acontecer a seguir.	1	2	3	4	5
30 - O ambiente em casa é-me agradável.	1	2	3	4	5
31 - Sinto o meu corpo relaxado.	1	2	3	4	5
32 - Neste momento já me sinto com energia e vigor físico.	1	2	3	4	5
33 - Sinto-me fisicamente bem.	1	2	3	4	5

Por favor, confira se respondeu a todas as questões.

Muito obrigado pela sua colaboração!!