Lumina Measures

# BSL-23

Lista de Sintomas Borderline, versão curta

Versão brasileira Catelan e Nardi (2021) · escala e complementos

Nome _____

Data _____

Por favor, siga as instruções abaixo para responder ao questionário: Você encontrará logo abaixo uma série de dificuldades e problemas que possivelmente descrevam ou se apliquem a você. Leia cada questão e pense no quanto você experimentou ou sofreu com cada problema ou dificuldade ao longo da última semana. Por favor, responda honestamente. Todas as questões se referem à sua última semana. Se ao longo da semana você sentiu-se de formas diferentes sobre a mesma questão, busque fazer uma média para responder ao item. Procure responder a todas as questões.

0 Nem um pouco
1 Um pouco
2 Consideravelmente
3 Muito
4 Muito fortemente

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Tive dificuldade em me concentrar. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2 | Eu me senti abandonada(o). | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3 | Eu estava distraída(o) e não consegui me lembrar do que estava fazendo. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 | Eu senti desprezo. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | Pensei em me machucar. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6 | Não confiei em outras pessoas. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7 | Duvidei do meu direito de viver. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8 | Eu me senti sozinha(o). | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9 | Senti uma angústia muito grande dentro de mim. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 | Pensei em coisas que me assustaram muito. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11 | Senti ódio de mim. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12 | Eu quis me punir. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13 | Senti muita vergonha. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14 | Meu humor mudou rapidamente, variando entre ansiedade, raiva e tristeza. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15 | Eu fui perturbada(o) por vozes e barulhos dentro da minha cabeça ou fora dela. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16 | Receber críticas me deixou arrasada(o). | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17 | Eu me senti vulnerável/frágil. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18 | Eu me senti atraída(o) pela ideia de morrer. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19 | Nada pareceu fazer sentido para mim. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20 | Tive medo de perder o controle. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 21 | Senti nojo de mim. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

0 Nem um pouco
1 Um pouco
2 Consideravelmente
3 Muito
4 Muito fortemente

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 22 | Senti como se eu estivesse muito distante de mim mesma(o). | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 23 | Senti que eu não valho nada. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

24 Agora, gostaríamos de saber a qualidade do seu estado geral de vida na última semana. 0% significa absolutamente baixo, 100% significa excelente. Verifique a porcentagem que mais se aproxima.

Porcentagem: _____ %

NOTA: 0% (absolutamente baixo) — 100% (excelente)

| | | Nenhuma vez | Uma vez | 2 a 3 vezes | 4 a 6 vezes | Diariamente ou com muita frequência |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Eu me machuquei me cortando, queimando, sufocando, batendo a cabeça etc. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2 | Falei para outras pessoas que eu iria me matar. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3 | Tentei me matar. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 | Tive momentos em que comi de forma compulsiva. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | Eu forcei/provoquei vômito de propósito. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6 | Tive comportamentos de alto risco, como dirigir em alta velocidade, ficar na beira da janela, sair à noite pelas ruas sem rumo etc. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7 | Fiquei bêbada(o). | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8 | Usei drogas ilícitas. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9 | Tomei remédios que não foram prescritos ou usei remédios prescritos em dose fora da recomendação médica. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 | Tive explosões/surtos de raiva ou acabei brigando fisicamente com alguém. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11 | Tive relações sexuais impulsivas que me fizeram sentir vergonha ou raiva depois. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

Versão original: Martin Bohus et al. (2009). Tradução e adaptação: Ramiro Figueiredo Catelan e Antonio Egídio Nardi (2021).

**Referências**

CATELAN, Ramiro Figueiredo; NARDI, Antonio Egidio. Lista de sintomas borderline - BSL-23: nova versão brasileira. Relatório técnico, 2021. https://doi.org/10.13140/RG.2.2.29619.76321.

BOHUS, Martin et al. The short version of the Borderline Symptom List (BSL-23): development and initial data on psychometric properties. Psychopathology, Basel, v. 42, n. 1, p. 32-39, 2009. https://doi.org/10.1159/000173701.

CATELAN, Ramiro Figueiredo et al. Psychometric Properties of the Borderline Symptoms List 23 (BSL-23) for Brazilian Portuguese in a Non-clinical Sample. SSRN, 2025. Preprint. https://doi.org/10.2139/ssrn.5380706.