Lumina Measures

IES-R

Escala do Impacto do Evento - Revisada

Versão em português · 22 itens

Nome _____

Data _____

Listamos abaixo as dificuldades que as pessoas algumas vezes apresentam, após passar por eventos estressantes. Com relação às memórias do evento estressor _____, por favor, leia cada item abaixo e depois marque com um X a coluna que melhor corresponde a seu nível de estresse, nos últimos 7 dias.

0 Nem um pouco
1 Um pouco
2 Moderadamente
3 Muito
4 Extremamente

		0	1	2	3	4
1	Qualquer lembrança trazia de volta sentimentos sobre a situação	☐	☐	☐	☐	☐
2	Eu tinha problemas em manter o sono	☐	☐	☐	☐	☐
3	Outros acontecimentos faziam com que eu ficasse pensando sobre a situação	☐	☐	☐	☐	☐
4	Eu me sentia irritável e bravo	☐	☐	☐	☐	☐
5	Eu evitava ficar chateado quando pensava sobre a situação ou era lembrado dela	☐	☐	☐	☐	☐
6	Eu pensava sobre a situação mesmo quando não tinha intenção de pensar	☐	☐	☐	☐	☐
7	Eu sentia como se não tivesse passado pela situação ou como se não fosse real	☐	☐	☐	☐	☐
8	Eu me mantive longe de coisas que pudessem relembrar a situação	☐	☐	☐	☐	☐
9	Imagens sobre a situação saltavam em minha mente	☐	☐	☐	☐	☐
10	Eu ficava sobressaltado e facilmente alarmado	☐	☐	☐	☐	☐
11	Eu tentei não pensar sobre a situação	☐	☐	☐	☐	☐
12	Eu sabia que ainda tinha muitas emoções ligadas à situação, mas as evitei	☐	☐	☐	☐	☐
13	Meus sentimentos sobre a situação estavam como que entorpecidos	☐	☐	☐	☐	☐
14	Eu me peguei agindo ou sentindo como se estivesse de volta à situação	☐	☐	☐	☐	☐
15	Eu tive problemas para dormir	☐	☐	☐	☐	☐
16	Eu tive ondas de fortes emoções relativas à situação	☐	☐	☐	☐	☐
17	Eu tentei retirar a situação da minha memória	☐	☐	☐	☐	☐
18	Eu tive problemas de concentração	☐	☐	☐	☐	☐
19	Lembranças da situação faziam com que eu tivesse reações físicas, como suores, problemas para respirar, náuseas ou coração disparado	☐	☐	☐	☐	☐

0 Nem um pouco
1 Um pouco
2 Moderadamente
3 Muito
4 Extremamente

		0	1	2	3	4
20	Eu tive sonhos sobre a situação	☐	☐	☐	☐	☐
21	Eu me sentia atento ou na defensiva	☐	☐	☐	☐	☐
22	Eu tentei não falar sobre a situação	☐	☐	☐	☐	☐

Referências

Escala do Impacto do Evento - Revisada. Formulário em português.

BECK, J. G. et al. The Impact of Event Scale-Revised: psychometric properties in a sample of motor vehicle accident survivors. Journal of Anxiety Disorders, v. 22, n. 2, p. 187-198, 2008. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2007.02.007

CAIUBY, A. V. S.; LACERDA, S. S.; QUINTANA, M. I.; TORII, T. S.; ANDREOLI, S. B. Adaptação transcultural da versão brasileira da Escala do Impacto do Evento - Revisada (IES-R). Cadernos de Saúde Pública, v. 28, n. 3, p. 597-603, 2012. https://doi.org/10.1590/S0102-311X2012000300019

CENTER FOR SUBSTANCE ABUSE TREATMENT. Trauma-Informed Care in Behavioral Health Services. Treatment Improvement Protocol (TIP) Series, n. 57. Rockville: Substance Abuse and Mental Health Administration, 2014. Disponível em: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK207193/.

WEISS, D. S.; MARMAR, C. R. The Impact of Event Scale-Revised. In: WILSON, J. P.; KEANE, T. M. (org.). Assessing psychological trauma and PTSD. New York: Guilford Press, 1997. p. 399-411. DOI: https://doi.org/10.1037/t12199-000.