Lumina Measures

K10

Kessler Psychological Distress Scale

K10 em português · 10 itens centrais

Nome _____

Data _____

As questões seguintes perguntam sobre como você tem se sentido durante os últimos 30 dias. Para cada questão, por favor, circule o número que melhor descreve com que freqüência você se sentiu assim.

		Nunca	Um pouco	Parte do tempo	A maior parte do tempo	O tempo todo
1	Durante os últimos 30 dias, com que frequência você se sentiu exausto(a) sem um bom motivo?	1	2	3	4	5
2	Durante os últimos 30 dias, com que frequência você se sentiu nervoso(a)?	1	2	3	4	5
3	Durante os últimos 30 dias, com que frequência você se sentiu tão nervoso(a) que nada podia acalmá-lo(a)?	1	2	3	4	5
4	Durante os últimos 30 dias, com que frequência você se sentiu sem esperança?	1	2	3	4	5
5	Durante os últimos 30 dias, com que frequência você se sentiu inquieto(a) ou agitado(a)?	1	2	3	4	5
6	Durante os últimos 30 dias, com que frequência você se sentiu tão inquieto(a) que você não conseguia ficar parado(a)?	1	2	3	4	5
7	Durante os últimos 30 dias, com que frequência você se sentiu deprimido(a)?	1	2	3	4	5
8	Durante os últimos 30 dias, com que frequência você se sentiu tão deprimido(a) que nada conseguia animá-lo(a)?	1	2	3	4	5
9	Durante os últimos 30 dias, com que frequência você sentiu que tudo era um esforço?	1	2	3	4	5
10	Durante os últimos 30 dias, com que frequência você se sentiu sem valor?	1	2	3	4	5

Referências

Kessler Psychological Distress Scale. Formulário em português.

KESSLER, Ronald C.; ANDREWS, Gavin; COLPE, Lisa J.; HIRIPI, Eva; MROCZEK, Daniel K.; NORMAND, Sharon-Lise T.; WALTERS, Ellen E.; ZASLAVSKY, Alan M. Short screening scales to monitor population prevalences and trends in non-specific psychological distress. Psychological Medicine, v. 32, n. 6, p. 959-976, 2002. https://doi.org/10.1017/S0033291702006074

KESSLER, Ronald C. K10+ medida de auto-resposta. Boston: Harvard Medical School, 2008. Disponível em: https://www.hcp.med.harvard.edu/ncs/k6_scales.php.

PEIXOTO, Evandro Morais; ZANINI, Daniela Sacramento; ANDRADE, Josemberg Moura de. Cross-cultural adaptation and psychometric properties of the Kessler Distress Scale (K10): an application of the rating scale model. Psicologia: Reflexão e Crítica, v. 34, artigo 21, 2021. https://doi.org/10.1186/s41155-021-00186-9