

Ferrans e Powers
ÍNDICE DE QUALIDADE DE VIDA[©]
VERSÃO PARA LESÃO MEDULAR – III

PARTE 1. Para cada uma das seguintes perguntas, escolha a resposta que melhor define o seu grau de **satisfação** para a área da sua vida em questão. Por favor assinale a sua resposta com um círculo à volta do número. Não há respostas certas nem erradas.

EM QUE MEDIDA ESTÁ SATISFEITO COM:	Muito insatisfeito(a)	Moderadamente insatisfeito(a)	Ligeiramente insatisfeito(a)	Ligeiramente satisfeito(a)	Moderadamente satisfeito(a)	Muito satisfeito(a)
1. A sua saúde?	1	2	3	4	5	6
2. Os seus cuidados de saúde?	1	2	3	4	5	6
3. A quantidade de dor que sente?	1	2	3	4	5	6
4. A energia que tem para as atividades diárias?	1	2	3	4	5	6
5. A capacidade de cuidar de si sem precisar de ajuda?	1	2	3	4	5	6
6. À capacidade de se deslocar a sítios fora da sua casa?	1	2	3	4	5	6
7. À sua capacidade expetorar, limpando os seus pulmões?	1	2	3	4	5	6
8. O grau de controlo que tem sobre a sua vida?	1	2	3	4	5	6
9. Às hipóteses que tem de viver tanto tempo quanto desejaria?	1	2	3	4	5	6
10. A saúde da sua família?	1	2	3	4	5	6
11. Os seus filhos?	1	2	3	4	5	6
12. A capacidade de ter filhos?	1	2	3	4	5	6
13. A felicidade da sua família?	1	2	3	4	5	6
14. A sua vida sexual?	1	2	3	4	5	6
15. O seu cônjuge, namorado/a ou companheiro/a (caso tenha um/a)?	1	2	3	4	5	6
16. Não ter um cônjuge, namorado/a ou companheiro/a (caso não tenha um/uma)?	1	2	3	4	5	6
17. Os seus amigos?	1	2	3	4	5	6

(Por favor continue na página seguinte)

© Direitos de autor 1984 & 1998 Carol Estwing Ferrans e Marjorie J. Powers; www.uic.edu/orgs/qli

Traduzido por João Guerreiro, 2013

EM QUE MEDIDA ESTÁ SATISFEITO COM:		Muito insatisfeito(a)	Moderadamente insatisfeito(a)	Ligeiramente insatisfeito(a)	Ligeiramente satisfeito(a)	Moderadamente satisfeito(a)	Muito satisfeito(a)
18.	O apoio emocional que recebe por parte da sua família?	1	2	3	4	5	6
19.	O apoio emocional que recebe por parte de outras pessoas que não os seus familiares	1	2	3	4	5	6
20.	À sua capacidade de cumprir com as responsabilidades familiares?	1	2	3	4	5	6
21.	Ser útil para os outros?	1	2	3	4	5	6
22.	À quantidade de preocupações que tem na sua vida?	1	2	3	4	5	6
23.	A sua vizinhança (vizinhos/ ambiente onde vive)?	1	2	3	4	5	6
24.	A sua casa, apartamento ou local onde vive?	1	2	3	4	5	6
25.	O seu emprego (caso esteja empregado)?	1	2	3	4	5	6
26.	O facto de não ter um emprego (caso esteja desempregado, reformado ou incapacitado)?	1	2	3	4	5	6
27.	A sua educação?	1	2	3	4	5	6
28.	A forma com que consegue tomar conta das suas necessidades financeiras?	1	2	3	4	5	6
29.	O que faz por divertimento?	1	2	3	4	5	6
30.	As hipóteses de ter um futuro feliz?	1	2	3	4	5	6
31.	A sua paz de espírito?	1	2	3	4	5	6
32.	A sua fé em Deus?	1	2	3	4	5	6
33.	A concretização dos seus objetivos pessoais?	1	2	3	4	5	6
34.	A sua felicidade no geral?	1	2	3	4	5	6
35.	A sua vida no geral?	1	2	3	4	5	6
36.	A sua aparência pessoal?	1	2	3	4	5	6
37.	A si mesmo no geral?	1	2	3	4	5	6

(Por favor continue na página seguinte)

© Direitos de autor 1984 & 1998 Carol Estwing Ferrans e Marjorie J. Powers; www.uic.edu/orgs/qli

Traduzido por João Guerreiro, 2013

PARTE 2. Para cada uma das seguintes perguntas, escolha a resposta que melhor define o grau de **importância** que dá à área da sua vida em questão. Por favor assinale a sua resposta com um círculo à volta do número. Não há respostas certas nem erradas.

EM QUE MEDIDA É IMPORTANTE PARA SI:		Muito insignificante	Moderadamente insignificante	Ligeiramente insignificante	Ligeiramente importante	Moderadamente importante	Muito importante
1.	A sua saúde?	1	2	3	4	5	6
2.	Os seus cuidados de saúde?	1	2	3	4	5	6
3.	Não sentir dores?	1	2	3	4	5	6
4.	Ter energia suficiente para as atividades diárias?	1	2	3	4	5	6
5.	Cuidar de si sem precisar de ajuda?	1	2	3	4	5	6
6.	Conseguir deslocar-se a sítios fora da sua casa?	1	2	3	4	5	6
7.	A sua capacidade expetorar, limpando os seus pulmões?	1	2	3	4	5	6
8.	Ter controlo sobre a sua vida?	1	2	3	4	5	6
9.	Viver tanto tempo quanto gostaria?	1	2	3	4	5	6
10.	A saúde da sua família?	1	2	3	4	5	6
11.	Os seus filhos?	1	2	3	4	5	6
12.	Capacidade de ter filhos?	1	2	3	4	5	6
13.	A felicidade da sua família?	1	2	3	4	5	6
14.	A sua vida sexual?	1	2	3	4	5	6
15.	O seu cônjuge, namorado/a ou companheiro/a (caso tenha um/a)?	1	2	3	4	5	6
16.	Ter um cônjuge, namorado/a ou companheiro/a (caso não tenha um/a)?	1	2	3	4	5	6
17.	Os seus amigos?	1	2	3	4	5	6

(Por favor continue na página seguinte)

© Direitos de autor 1984 & 1998 Carol Estwing Ferrans e Marjorie J. Powers; www.uic.edu/orgs/qli

Traduzido por João Guerreiro, 2013

EM QUE MEDIDA É IMPORTANTE PARA SI:

	Muito insignificante	Moderadamente insignificante	Ligeiramente insignificante	Ligeiramente importante	Moderadamente importante	Muito importante
18. O apoio emocional que recebe por parte da sua família?	1	2	3	4	5	6
19. O apoio emocional que recebe por parte de outras pessoas que não os seus familiares	1	2	3	4	5	6
20. Cumprir com as responsabilidades familiares?	1	2	3	4	5	6
21. Ser útil para os outros?	1	2	3	4	5	6
22. Não ter preocupações?	1	2	3	4	5	6
23. A sua vizinhança (vizinhos/ ambiente onde vive)?	1	2	3	4	5	6
24. A sua casa, apartamento ou local onde vive?	1	2	3	4	5	6
25. O seu emprego (caso esteja empregado/a)?	1	2	3	4	5	6
26. Ter um emprego (caso esteja desempregado/a, reformado/a ou incapacitado/a)?	1	2	3	4	5	6
27. A sua educação?	1	2	3	4	5	6
28. Ser capaz de tomar conta das suas necessidades financeiras?	1	2	3	4	5	6
29. Fazer coisas por divertimento?	1	2	3	4	5	6
30. Ter um futuro feliz?	1	2	3	4	5	6
31. A paz de espírito?	1	2	3	4	5	6
32. A sua fé em Deus?	1	2	3	4	5	6
33. Concretizar os seus objetivos pessoais?	1	2	3	4	5	6
34. A sua felicidade no geral?	1	2	3	4	5	6
35. Estar satisfeito/a com a vida?	1	2	3	4	5	6
36. A sua aparência pessoal?	1	2	3	4	5	6
37. Você mesmo/a?	1	2	3	4	5	6