



CENTRO DE TRATAMENTO DA DOR

Contato: (83) 99654 5797 

Nome: _____

Data: ___/___/___

QUESTIONÁRIO – ESCALA DE CATASTROFISMO À DOR

Todos experimentam situações dolorosas em algum momento de suas vidas. Tais experiências podem incluir dores de cabeça, dor de dente, dores articulares ou musculares. As pessoas são frequentemente expostas a situações que podem causar dor, como doenças, lesões, procedimentos odontológicos ou cirurgias que você tem quando está com dor. Nós estamos interessados nos tipos de pensamentos e sentimentos que você tem quando você está com dor. Listamos abaixo treze declarações que descrevem diferentes pensamentos e sentimentos que podem estar associados à dor. Usando a escala a seguir, por favor, indique o grau em que você tem esses pensamentos e sentimentos quando você está sentindo dor. 0- Mínimo 2- Moderado 4. Muito intenso 1- Leve 3- Intenso

Quando estou com dor

1.	A preocupação durante todo o tempo com duração da dor é:
	0 1 2 3 4
	Mínima Leve Moderada Intensa Muito intensa
2.	Eu sentimento de não poder continuar.
	0 1 2 3 4
	Mínimo Leve Moderado Intenso Muito intenso
3.	O sentimento que a dor é terrível e que não vai melhorar é:
	0 1 2 3 4
	Mínimo Leve Moderado Intenso Muito intenso



CENTRO DE TRATAMENTO DA DOR

Contato: (83) 99654 5797 

4.	O sentimento que a dor é horrível e que você não vai resistir é:	0	1	2	3	4
		Mínimo	Leve	Moderado	Intenso	Muito intenso
5.	O pensamento de não poder mais estar com alguém é:	0	1	2	3	4
		Mínimo	Leve	Moderado	Intenso	Muito intenso
6.	O medo que a dor pode se tornar ainda pior é:	0	1	2	3	4
		Mínimo	Leve	Moderado	Intenso	Muito intenso
7.	O pensamento sobre outros episódios de dor é:	0	1	2	3	4
		Mínimo	Leve	Moderado	Intenso	Muito intenso
8.	O desejo profundo que a dor desapareça é:	0	1	2	3	4
		Mínimo	Leve	Moderado	Intenso	Muito intenso
9.	O sentimento de não conseguir tirar a dor do pensamento é:	0	1	2	3	4
		Mínimo	Leve	Moderado	Intenso	Muito intenso
10.	O pensamento que a dor ainda poderá doer mais é:	0	1	2	3	4
		Mínimo	Leve	Moderado	Intenso	Muito intenso



CENTRO DE TRATAMENTO DA DOR

Contato: (83) 99654 5797 

11.	O pensamento que a dor é grave porque ela não quer parar é:	0	1	2	3	4
		Mínimo	Leve	Moderado	Intenso	Muito intenso
12.	O pensamento de que não há nada para diminuir a intensidade da dor é:	0	1	2	3	4
		Mínimo	Leve	Moderado	Intenso	Muito intenso
13.	A preocupação que alguma coisa ruim pode acontecer por causa da dor é:	0	1	2	3	4
		Mínima	Leve	Moderada	Intensa	Muito intensa

TRIAGEM BASEADA EM PONTOS DE CORTE:

I. ESCORE TOTAL:

- Valores abaixo de 20 pontos indicam baixo risco de cronificação da dor e incapacidade.
- Valores entre 20 e 30 pontos indicam risco moderado de cronificação da dor e incapacidade.
- Valores acima de 30 pontos indicam alto risco de cronificação da dor e incapacidade.

2. RUMINAÇÃO: “não consigo parar de pensar no quanto dói” (soma dos itens 8, 9, 10 e 11)

- Valores abaixo de 8 pontos indicam baixa ruminação.
- Valores entre 8 e 11 pontos indicam moderada ruminação.
- Valores acima 11 pontos indicam alta ruminação.



CENTRO DE TRATAMENTO DA DOR

Contato: (83) 99654 5797 

3. AMPLIAÇÃO: “me preocupo com a possibilidade de algo mais sério” (soma dos itens 6, 7 e 13)

- Valores abaixo de 3 pontos indicam baixa ampliação.
- Valores entre 3 e 5 pontos indicam moderada ampliação.
- Valores acima 5 pontos indicam alta ampliação.

4. DESAMPARO: “é horrível e sinto que esta dor me sobrecarrega” (soma dos itens 1, 2, 3, 4, 5 e 12)

- Valores abaixo de 8 pontos indicam baixo desamparo.
- Valores entre 8 e 13 pontos indicam moderado desamparo.
- Valores acima 13 pontos indicam alto desamparo.

REFERÊNCIA:

Sullivan MJL, Bishop SR, Pivik J. The Pain Catastrophising Scale: development and validation. Psychol Assess. 1995;7(4):524-32