


# Questionário de cognições agorafóbicas (ACQ)

O Questionário de cognições agorafóbicas (ACQ) é utilizado para avaliar a frequência dos pensamentos irracionais e catastróficos que uma pessoa considera suscetíveis de ter quando se encontra numa situação de ansiedade ou de pânico. Ajuda a identificar os padrões de pensamento específicos que alimentam o medo e o evitamento em adultos com agorafobia ou perturbação de pânico.

| | |
|---|---|
| Número de perguntas | 14 perguntas |
| Duração estimada | 6 minutos |
| Idioma | Português |
| Nome original | Agoraphobic Cognitions Questionnaire |
| Público-alvo | Adultos com agorafobia |
| Autores | David M. Chambless, Thomas J. Caputo (1984) |
| Categoria | Fobias |

## Pré-visualização das 14 perguntas

Tenho medo de desmaiar em público.

Nunca | Raramente | Às vezes | Frequentemente | Sempre

Seria terrível vomitar em público.

Nunca | Raramente | Às vezes | Frequentemente | Sempre

Acredito que as minhas sensações corporais são perigosas.

Nunca | Raramente | Às vezes | Frequentemente | Sempre

Tenho medo de perder o controlo e de me comportar de forma embaraçosa.

Nunca | Raramente | Às vezes | Frequentemente | Sempre

Tenho medo de ter um ataque cardíaco quando surge uma crise.

Nunca | Raramente | Às vezes | Frequentemente | Sempre

## Cotação e interpretação

Cada item é cotado de 1 (*o pensamento nunca ocorre*) a 5 (*o pensamento ocorre sempre que estou nervoso/a*) de acordo com a frequência com que o pensamento ocorre quando a pessoa está ansiosa. Cada pontuação é a média dos respetivos itens, de 1 a 5: quanto mais elevada, mais frequentes são os pensamentos catastróficos ligados à ansiedade.

**Subescalas (números dos itens)**

- **Perda de controlo**: 6, 8, 9, 11, 12, 13, 14
- **Preocupações físicas**: 1, 2, 3, 4, 5, 7, 10

O ACQ não tem um ponto de corte clínico publicado. As pontuações são interpretadas em relação às médias de referência de Chambless: para a pontuação total, 1,60 (DP 0,46) na população geral e 2,43 (DP 0,63) em pacientes com agorafobia com ataques de pânico. É assinalada qualquer pontuação superior à média da população geral + 1 desvio-padrão.