

Questionário de sensações corporais (BSQ)

O Questionário de sensações corporais (BSQ) é um instrumento concebido para medir a intensidade e a frequência das sensações corporais que as pessoas associam à ansiedade. Avalia os medos somáticos frequentemente observados em pacientes com perturbação de pânico e outras perturbações de ansiedade.

Número de perguntas	17 perguntas
Duração estimada	4 minutos
Idioma	Português
Nome original	Body Sensations Questionnaire
Público-alvo	Adultos
Autores	David L. Chambless (1984)
Categoria	Ansiedade

Pré-visualização das 17 perguntas

Indique o grau de medo que esta sensação lhe causa:

Palpitações cardíacas

Nenhum medo | Algum medo | Medo moderado | Muito medo | Medo extremo

Indique o grau de medo que esta sensação lhe causa:

Pressão ou sensação de peso no peito

Nenhum medo | Algum medo | Medo moderado | Muito medo | Medo extremo

Indique o grau de medo que esta sensação lhe causa:

Dormência nos braços ou nas pernas

Nenhum medo | Algum medo | Medo moderado | Muito medo | Medo extremo

Indique o grau de medo que esta sensação lhe causa:

Formigueiro nas pontas dos dedos

Nenhum medo | Algum medo | Medo moderado | Muito medo | Medo extremo

Indique o grau de medo que esta sensação lhe causa:

Dormência noutra parte do corpo

Nenhum medo | Algum medo | Medo moderado | Muito medo | Medo extremo

Cotação e interpretação

Cada item é cotado numa escala de Likert (de 0 a 4). Pontuações elevadas indicam uma maior sensibilidade às sensações corporais ansiogénicas. Os resultados podem ser utilizados para identificar alvos terapêuticos específicos ou para acompanhar a evolução ao longo do tratamento.