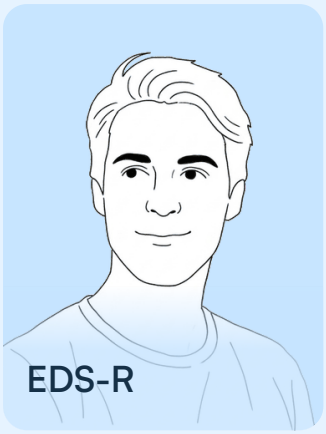


Escala revista de dependência do exercício (EDS-R)

A Escala revista de dependência do exercício (EDS-R) é um questionário de autorresposta concebido para identificar os comportamentos e os sintomas associados à dependência do exercício físico. É utilizada sobretudo em contexto clínico e de investigação para compreender melhor os comportamentos compulsivos ligados a uma atividade física excessiva, em particular em atletas ou em pessoas com uma prática desportiva intensa.

Número de perguntas	21 perguntas
Duração estimada	5 minutos
Idioma	Português
Nome original	Exercise Dependence Scale - Revised
Categoria	Dependências

Pré-visualização das 21 perguntas

Pratico uma ou mais atividades físicas para evitar ficar irritável.

1 - Nunca | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Sempre

Continuo a fazer exercício apesar de problemas físicos repetidos.

1 - Nunca | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Sempre

Aumento continuamente a intensidade da minha atividade física para alcançar os efeitos ou benefícios que pretendo.

1 - Nunca | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Sempre

Não consigo reduzir o tempo que dedico à atividade física.

1 - Nunca | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Sempre

Prefiro praticar esta atividade (estas atividades) a passar tempo com a minha família ou os meus amigos.

1 - Nunca | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Sempre

Aplique os seus questionários online

Envie um link ao seu paciente: responde no telemóvel ou no computador, e recebe os resultados cotados por email.

Ver o questionário em mentaal.org ›

É psicólogo?

Com o Mentaal, obtenha informações relevantes para acompanhar os seus pacientes.

- Testes padronizados
- Cotação automática
- Resultados recebidos por email

Experimentar gratuitamente | Ver todos os questionários

★★★★★

“O Mentaal tornou-se um aliado indispensável para estruturar as minhas avaliações e aprofundar a compreensão clínica dos meus pacientes.”

Nolwenn P. - Psicóloga (TCC)