

Índice de gravidade da insónia (ISI)

O Índice de gravidade da insónia (ISI) é um questionário breve utilizado para avaliar a natureza, a gravidade e o impacto da insónia em adultos. É frequentemente utilizado na investigação clínica e em contexto clínico para acompanhar a evolução dos sintomas ao longo do tempo.

Número de perguntas	7 perguntas
Duração estimada	1 minuto
Idioma	Português
Nome original	Insomnia Severity Index
Público-alvo	Adultos
Autores	Charles M. Morin, Maurice Savard, Jacques Bernard, Lise Corsale (1993)
Categoria	Geral

Pré-visualização das 7 perguntas

Avalie a gravidade atual (no último mês) das suas dificuldades de sono:

Dificuldade em adormecer

Nenhuma | Ligeira | Moderada | Muito grave | Extremamente grave

Avalie a gravidade atual (no último mês) das suas dificuldades de sono:

Dificuldade em manter o sono

Nenhuma | Ligeira | Moderada | Muito grave | Extremamente grave

Avalie a gravidade atual (no último mês) das suas dificuldades de sono:

Problemas por acordar demasiado cedo de manhã

Nenhuma | Ligeira | Moderada | Muito grave | Extremamente grave

Até que ponto está satisfeito/a ou insatisfeito/a com o seu sono atual?

Muito satisfeito/a | Satisfeito/a | Relativamente neutro/a | Insatisfeito/a | Muito insatisfeito/a

Em que medida considera que as suas dificuldades de sono perturbam o seu funcionamento diário?

(Por exemplo: fadiga, concentração, memória, humor...)

Nada | Ligeiramente | Moderadamente | Muito | Extremamente

Cotação e interpretação

Cada item é cotado numa escala de 0 a 4; as pontuações totais variam entre 0 e 28. Uma pontuação entre 0 e 7 indica ausência de insónia clinicamente significativa, entre 8 e 14 insónia subclínica, entre 15 e 21 insónia moderada e entre 22 e 28 insónia grave.

Utilização

Este instrumento não está disponível no Mentaal. Para aceder a este questionário, consulte o site do distribuidor oficial, Mapi Research Trust, e submeta um pedido no ePROVIDE™

Aceder ao ePROVIDE™