

Inventário de obsessões e compulsões

Este questionário exploratório descreve as obsessões e as compulsões segundo os seus grandes temas (contaminação e lavagem, responsabilidade e verificações, pensamentos inaceitáveis, simetria e ordem), bem como os rituais mentais, a procura de reasseguramento e o impacto no dia a dia. Ajuda a nomear os pensamentos agressivos, sexuais ou religiosos que os pacientes raramente abordam por iniciativa própria e a identificar o papel das pessoas próximas. Útil quando se pondera uma perturbação obsessivo-compulsiva (POC), o perfil orienta a escolha dos primeiros alvos de exposição com prevenção de resposta.

Número de perguntas	24 perguntas
Duração estimada	6 minutos
Idioma	Português
Nome original	Obsessive Thoughts and Compulsions Inventory
Público-alvo	Adultos
Categoria	Fobia de impulsão, POC, Ansiedade

Pré-visualização das 24 perguntas

No último mês, com que frequência isto se aplicou a si?

Tenho medo de apanhar ou de transmitir uma doença através daquilo em que toco.

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente

No último mês, com que frequência isto se aplicou a si?

Tenho medo de que aconteça uma desgraça por minha culpa (incêndio, inundação, acidente).

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente

No último mês, com que frequência isto se aplicou a si?

Vem-me à cabeça a ideia de fazer mal a alguém, e isso assusta-me.

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente

No último mês, com que frequência isto se aplicou a si?

Endireito objetos até ficarem perfeitamente alinhados ou simétricos.

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente

No último mês, com que frequência isto se aplicou a si?

Para afastar um pensamento que me incomoda, repito palavras, frases ou números mentalmente.

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente

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 ›

Cotação e interpretação

Cotação

Cada afirmação é cotada de 0 (nunca) a 4 (muito frequentemente), consoante a sua frequência no último mês. Cada domínio reúne 4 afirmações distribuídas pelo questionário, o que dá uma pontuação de 0 a 16.

Leitura do perfil

Não há pontuação global: os domínios são ordenados do mais ao menos acentuado, cada um com aquilo que abrange e os pontos a explorar em entrevista. Os quatro domínios temáticos (contaminação, responsabilidade, pensamentos inaceitáveis, simetria) correspondem às grandes dimensões dos sintomas obsessivo-compulsivos, muitas vezes associadas; «Neutralização e reasseguramento» e «Impacto» descrevem o que os mantém e o que custam, incluindo às pessoas próximas. Pensamentos inaceitáveis sem ritual visível acompanham-se muitas vezes de neutralizações mentais ou de procura de reasseguramento, a incluir na prevenção de resposta tal como os rituais observáveis.

Precauções

Os pensamentos agressivos ou sexuais aqui explorados são intrusões que a pessoa vive como contrárias aos seus valores: por si só, não indicam um risco de passagem ao ato, e uma reação alarmada reforça a vergonha e o segredo. Pensamentos vividos com desejo ou sem sofrimento exigem outra avaliação. O questionário não explora a acumulação nem os comportamentos repetitivos centrados no corpo (arrancar cabelos, beliscar a pele), a investigar em entrevista.

Limitações

Este questionário exploratório não foi objeto de validação psicométrica e não tem pontos de corte. Serve de apoio à entrevista clínica e não estabelece diagnósticos.

Exemplo de cotação

Cotação

Pensamentos inaceitáveis	9 / 16

Pensamentos, imagens ou impulsos agressivos, sexuais ou religiosos, vividos como chocantes e contrários aos próprios valores.

A explorar: o conteúdo dos pensamentos, quando pode ser dito, o que a pessoa acredita que revelam sobre si, o que faz para se proteger deles (evitar facas, certas pessoas ou certos lugares).

Para aprofundar: DOCS, OII.

Neutralização e reasseguramento 8 / 16

Rituais mentais, gestos ou orações para afastar um pensamento ou prevenir um perigo, e pedidos repetidos de confirmação.

A explorar: os rituais mentais, muitas vezes invisíveis, as perguntas feitas às pessoas próximas ou as pesquisas na internet, o efeito do reasseguramento e quanto tempo dura.

Para aprofundar: TCQ.

Simetria e ordem 7 / 16

Necessidade de que as coisas estejam exatas, alinhadas ou feitas «tal e qual como deve ser», com arrumações, repetições e contagens.

A explorar: o que tem de estar exato, o mal-estar sentido enquanto não está feito, a parte de pensamento mágico («senão acontece uma desgraça») ou de simples desconforto.

Para aprofundar: DOCS.

Responsabilidade, dúvida e verificações 6 / 16

Medo de provocar uma desgraça por descuido, dúvida sobre os próprios atos, verificações e necessidade de refazer.

A explorar: as catástrofes temidas, o sentimento de responsabilidade, o que a pessoa verifica e quantas vezes, o que lhe permite parar.

Para aprofundar: DOCS, OBQ-44.

Impacto 6 / 16

Tempo perdido, evitamentos, exaustão e espaço ocupado pelos rituais na vida das pessoas próximas.

A explorar: o tempo ocupado por dia, as atividades abandonadas, a forma como as pessoas próximas participam ou se adaptam (acomodação familiar), o que levou a pessoa a pedir ajuda.

Para aprofundar: Y-BOCS.

Contaminação e lavagem 5 / 16

Medo de se sujar, de ficar contaminado ou de transmitir uma doença, com lavagens, limpezas e evitamento do contacto.

A explorar: o que a pessoa receia (doença, sujidade, nojo, sensação de impureza), as lavagens e a sua duração, os objetos e os lugares evitados, o estado da pele.

Para aprofundar: DOCS, OCI-R.

Até ao momento, não foram estabelecidos pontos de corte clínicos ou psicométricos validados para este teste. Os resultados devem, por isso, ser considerados indicadores exploratórios, destinados a apoiar a entrevista clínica, e não conclusões diagnósticas.

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

★★★★★

“A cotação automática poupa-me imenso tempo e os meus pacientes estão muito mais dispostos a preencher os questionários.”

 Mariana A. - Psicóloga online