

Escala de adição ao smartphone (SAS)

A SAS é um questionário de autorresposta concebido para medir o nível de adição comportamental associado à utilização do smartphone. Identifica a extensão e as dimensões da dependência, considerando aspetos como a tolerância, a abstinência, a utilização diária excessiva e a interferência na vida diária.

Número de perguntas	33 perguntas
Duração estimada	10 minutos
Idioma	Português
Nome original	Smartphone Addiction Scale
Público-alvo	Adolescentes e adultos
Autores	Min Kwon, Jungsun Lee, Wonho Kim, Sung Rae Park, Yeong Sik Min, Young-Chul Choi, Young-Jin Kim, In Young Chung, Yoon Sik Choi (2013)
Categoria	Dependências

Pré-visualização das 33 perguntas

Não realizar trabalho planeado devido à utilização do smartphone

Discordo totalmente | Discordo | Discordo ligeiramente | Concordo ligeiramente | Concordo | Concordo totalmente

Ter dificuldade em concentrar-me nas aulas, ao fazer trabalhos ou a trabalhar devido à utilização do smartphone

Discordo totalmente | Discordo | Discordo ligeiramente | Concordo ligeiramente | Concordo | Concordo totalmente

Sentir tonturas ou ter a visão turva devido à utilização excessiva do smartphone

Discordo totalmente | Discordo | Discordo ligeiramente | Concordo ligeiramente | Concordo | Concordo totalmente

Sentir dores nos pulsos ou na nuca enquanto utilizo o smartphone

Discordo totalmente | Discordo | Discordo ligeiramente | Concordo ligeiramente | Concordo | Concordo totalmente

Sentir-me cansado/a e sem dormir o suficiente devido à utilização excessiva do smartphone

Discordo totalmente	Discordo	Discordo ligeiramente	Concordo ligeiramente	Concordo	Concordo totalmente

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

Cada item é cotado numa escala de Likert de 6 pontos, de 1 (discordo totalmente) a 6 (concordo totalmente). As pontuações dos itens são somadas; uma pontuação mais elevada indica um maior grau de adição. Foram propostos na literatura pontos de corte para orientar a interpretação em função do sexo e do tipo de utilização.

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

★★★★★

“Avaliações fiáveis e pertinentes para compreender melhor o estado psicológico dos meus pacientes”

Tiago S. - Psicólogo do trabalho