

Inventário de consumo de álcool e outras substâncias

Este questionário exploratório descreve a relação com o álcool e com outras substâncias psicoativas: hábitos de consumo, perda de controlo e desejo, consequências, motivos de consumo (gerir as emoções, prazer e convívio), ambivalência e vontade de mudar. Tanto no tratamento das dependências como em acompanhamento psicológico, ajuda a compreender a função que a substância cumpre, o que orienta o trabalho, e a perceber em que ponto está a pessoa na sua vontade de mudar, para adaptar a abordagem motivacional.

Número de perguntas	24 perguntas
Duração estimada	6 minutos
Idioma	Português
Nome original	Alcohol and Substance Use Inventory
Público-alvo	Adultos
Categoria	Dependências

Pré-visualização das 24 perguntas

Nos últimos três meses, com que frequência isto se aplicou a si?

Bebo álcool ou consumo outras substâncias vários dias seguidos.

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente

Nos últimos três meses, com que frequência isto se aplicou a si?

Bebo álcool ou consumo outras substâncias em maior quantidade do que tinha previsto.

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente

Nos últimos três meses, com que frequência isto se aplicou a si?

Sinto-me fisicamente mal por causa do consumo de álcool ou de outras substâncias (cansaço, náuseas, mal-estar).

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente

Nos últimos três meses, com que frequência isto se aplicou a si?

Bebo álcool ou consumo outra substância para me acalmar quando sinto stress ou ansiedade.

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente

Nos últimos três meses, com que frequência isto se aplicou a si?

Com pessoas que conheço pouco, bebo álcool ou consumo outra substância para me sentir à vontade.

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 nos últimos três meses. 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. O perfil distingue o que o consumo custa (perda de controlo, consequências) da função que cumpre: consumir para gerir as emoções está mais frequentemente associado a problemas ligados ao consumo do que consumir por prazer ou por convívio, e não exige o mesmo trabalho. O domínio «Ambivalência e vontade de mudar» lê-se em conjunto com os outros: baixo quando a perda de controlo ou as consequências estão acentuadas, sugere um consumo que a pessoa ainda não vê como um problema, e aponta para a entrevista motivacional.

Precauções

O questionário não pergunta quais as substâncias consumidas nem as quantidades: estas precisam-se em entrevista, em bebidas-padrão no caso do álcool. Sinais de abstinência física (tremores, suores, mal-estar ao acordar) exigem uma avaliação médica antes de qualquer redução: a paragem brusca do álcool ou de certos medicamentos pode ser perigosa. O questionário não inclui nenhuma pergunta sobre ideias de suicídio, mais frequentes em caso de consumo problemático: estas devem ser investigadas em entrevista, em particular quando o domínio «Consumir para gerir as emoções» está acentuado. O tabaco, não explorado aqui, avalia-se com o FTND.

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

Hábitos de consumo 11 / 16

Ritmo e intensidade do consumo: dias de consumo seguidos, grandes quantidades numa só ocasião, misturas de substâncias, necessidade de quantidades elevadas para sentir o efeito.

A explorar: as substâncias consumidas, uma semana típica, as ocasiões de excesso, os contextos de consumo.

Para aprofundar: AUDIT, ASSIST, CUDIT.

Perda de controlo e desejo 10 / 16

Dificuldade em limitar o consumo, vontades difíceis de conter, pausas que não se mantêm e mal-estar quando falta a substância.

A explorar: as tentativas de reduzir ou parar e o que as fez falhar, as situações que desencadeiam a vontade, os sinais de abstinência.

Para aprofundar: SDS.

Ambivalência e vontade de mudar 10 / 16

Preocupação com o próprio consumo, reflexão sobre o que este traz e custa, hesitação entre mudar e continuar, dúvida sobre a capacidade de o conseguir.

A explorar: o que a pessoa ganha e perde ao consumir e ao mudar, o seu objetivo (reduzir ou parar), as tentativas anteriores, o que a ajudaria a avançar.

Para aprofundar: URICA.

Consumir por prazer e convívio 9 / 16

Consumo ligado à procura de embriaguez ou de euforia, às saídas, ao à-vontade com os outros e à influência das pessoas à volta.

A explorar: os contextos festivos, as pessoas próximas que consomem, o que a pessoa receia perder ao reduzir (saídas, amigos, à-vontade), outras formas de reencontrar esses momentos.

Consequências 8 / 16

Impacto do consumo na saúde, no trabalho ou nos estudos e nas relações, e comportamentos de risco sob o efeito da substância.

A explorar: os problemas de saúde, as dificuldades no trabalho ou nos estudos, as tensões com as pessoas próximas, as situações de perigo (condução, sexualidade, violência), eventuais consequências judiciais.

Para aprofundar: AUDIT, DAST.

Consumir para gerir as emoções 8 / 16

Consumo que serve para acalmar o stress, a tristeza ou a solidão, para conseguir dormir ou para manter à distância pensamentos e recordações dolorosos.

A explorar: o que a pessoa sente antes de consumir, o que a substância lhe traz no momento, uma ansiedade, um humor depressivo, perturbações do sono ou uma vivência traumática subjacentes.

Para aprofundar: GAD-7, PHQ-9, PCL-5.

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