

Escala de obsessões e compulsões de Yale-Brown (Y-BOCS)

Este instrumento é utilizado para avaliar a gravidade dos sintomas obsessivos e compulsivos em pacientes com perturbação obsessivo-compulsiva (POC). Desenvolvida por investigadores da Universidade de Yale, esta escala é reconhecida pela sua fiabilidade e validade no diagnóstico da POC e no acompanhamento da sua evolução.

Número de perguntas	10 perguntas
Duração estimada	2 minutos
Idioma	Português
Nome original	Yale-Brown Obsessive Compulsive Scale
Público-alvo	Adultos com POC
Autores	Wayne K. Goodman, Lawrence H. Price, Steven A. Rasmussen, Cheryl E. Mazure (1989)
Categoria	POC

Pré-visualização das 10 perguntas

Tempo ocupado pelos pensamentos obsessivos

Que parte do seu tempo é ocupada pelos seus pensamentos obsessivos?

- Nenhuma
- Menos de 1 hora por dia (ocasional)
- 1 a 3 horas por dia (frequente)
- 3 a 8 horas por dia (muito frequente)
- Mais de 8 horas por dia (quase constante)

Interferência causada pelos pensamentos obsessivos

Em que medida os seus pensamentos obsessivos interferem com o seu trabalho, os seus estudos ou outras atividades importantes da sua vida? Há coisas que não faz por causa das suas obsessões?

- Nenhuma interferência
- Interferem um pouco com as minhas atividades sociais ou outras, mas não me impedem de funcionar normalmente
- Interferem claramente com as minhas atividades sociais ou profissionais, mas continuo a conseguir funcionar
- Interferem consideravelmente com a minha vida social ou com o meu trabalho
- Impedem-me de funcionar

Mal-estar causado pelos pensamentos obsessivos

Os seus pensamentos obsessivos incomodam-no/a?

- De modo nenhum
- Um pouco
- A um nível tolerável
- Muito
- Sinto-me quase constantemente num estado de mal-estar incapacitante

Resistência às obsessões

Que esforços faz para resistir aos seus pensamentos obsessivos? Tenta ignorá-los ou afastá-los da sua mente?

- Tento sempre resistir-lhes
- Tento resistir-lhes na maior parte do tempo
- Faço algum esforço para lhes resistir
- Cedo a todas as minhas obsessões sem tentar controlá-las, mas com alguma relutância
- Cedo completamente e de bom grado a todas as minhas obsessões

Grau de controlo sobre os pensamentos obsessivos

Que poder tem sobre os seus pensamentos obsessivos? Até que ponto consegue travar as suas obsessões ou desviar delas a sua atenção? Consegue afastá-las da sua mente?

- Tenho-as completamente sob controlo
- Normalmente consigo travá-las ou desviá-las com esforço e concentração
- Às vezes consigo travá-las ou desviá-las
- Raramente consigo travá-las ou afastá-las da mente, e só com dificuldade
- Não tenho qualquer poder sobre as minhas obsessões; raramente consigo desviar a atenção, mesmo por momentos

Cotação e interpretação

Cada pergunta é cotada de 0 a 4, o que representa uma gravidade crescente dos sintomas, para uma pontuação total que varia entre 0 e 40. As pontuações são calculadas separadamente para as obsessões e para as compulsões, com um máximo de 20 para cada parte.

Utilização

Este instrumento não está disponível no Mentaal. Para utilizar este questionário na sua prática, tem de dispor de uma licença de utilização válida. Convidamo-lo a enviá-lo diretamente a partir do site do editor.