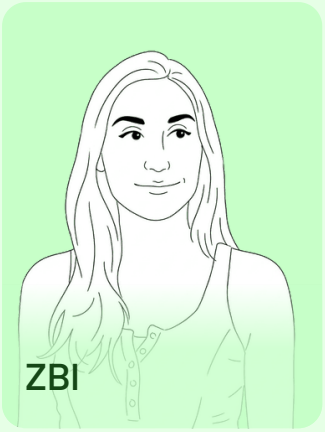


Escala de sobrecarga do cuidador de Zarit (ZBI)

A Escala de sobrecarga do cuidador de Zarit é um instrumento de avaliação padronizado que mede a carga emocional, física, social e financeira (a «sobrecarga») vivida pelos cuidadores familiares de pessoas dependentes. Particularmente utilizada no contexto das perturbações neurocognitivas, como a doença de Alzheimer, permite ao psicólogo objetivar o impacto concreto da prestação de cuidados na vida quotidiana. Na prática clínica (geriatria, neuropsicologia, psiquiatria), este instrumento é utilizado para orientar a entrevista, rastrear o risco de burnout e acompanhar a evolução da sobrecarga ao longo do tempo, de modo a avaliar a eficácia do apoio.

Número de perguntas	22 perguntas
Duração estimada	10 minutos
Idioma	Português
Nome original	Zarit Burden Interview
Público-alvo	Cuidadores adultos
Autores	Steven H. Zarit, Judy M. Reever, Julie Bach-Peterson (1980)
Categoria	Geral

Pré-visualização das 22 perguntas

Sente que o seu familiar lhe pede mais ajuda do que aquela de que realmente necessita?

Nunca | Quase nunca | Às vezes | Muitas vezes | Quase sempre

Sente que, devido ao tempo que dedica ao seu familiar, já não tem tempo suficiente para si?

Nunca | Quase nunca | Às vezes | Muitas vezes | Quase sempre

Sente-se tenso/a por ter de cuidar do seu familiar e, ao mesmo tempo, cumprir outras responsabilidades com a família ou o trabalho?

Nunca | Quase nunca | Às vezes | Muitas vezes | Quase sempre

Sente-se envergonhado/a com o comportamento do seu familiar?

Nunca | Quase nunca | Às vezes | Muitas vezes | Quase sempre

Sente-se irritado/a quando está perto do seu familiar?

Nunca | Quase nunca | Às vezes | Muitas vezes | Quase sempre

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 0 a 4, geralmente de «Nunca» a «Quase sempre». A pontuação total obtém-se somando as 22 respostas, para um total entre 0 e 88. Uma pontuação mais elevada indica uma maior sobrecarga do cuidador. Os pontos de corte mais utilizados são: 0-20 sobrecarga ausente ou reduzida, 21-40 sobrecarga ligeira a moderada, 41-60 sobrecarga moderada a grave, 61-88 sobrecarga grave. A interpretação deve manter-se clínica e ter em conta o contexto familiar, o nível de dependência da pessoa cuidada e o estado psicológico do cuidador.

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.

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

★★★★★

“O Mentaal simplificou verdadeiramente a minha prática online, graças à cotação automática e ao envio fluido dos questionários.”



Basile R. - Psicólogo clínico