

Questionário de qualidade de vida na alergia a veneno de himenópteros

Nome: _____ Data: ____/____/____

O início do Verão marca o regresso de insetos tais como abelhas e vespas. Uma alergia à picada destes insetos pode causar vários sintomas. Este questionário pretende verificar se esta alergia tem impacto negativo na sua qualidade de vida, a nível social ou na sua atividade profissional.

O questionário inclui 14 questões. Cada questão tem 7 respostas possíveis.

Por favor, responda às seguintes questões colocando um X na resposta mais apropriada (selecione apenas 1 opção).

1. Por causa da sua alergia, fica ASSUSTADO(A) pela possibilidade de ser picado(a)?
 - ☐ Não fico nada assustado(a)
 - ☐ Fico muito ligeiramente assustado(a)
 - ☐ Fico ligeiramente assustado(a)
 - ☐ Fico um pouco assustado(a)
 - ☐ Fico moderadamente assustado(a)
 - ☐ Fico muito assustado(a)
 - ☐ Fico extremamente assustado(a)

2. Por causa da sua alergia, quantas vezes, fica AGITADO(A) na presença de insetos que o(a) possam picar (abelhas, vespas)?
 - ☐ Nunca fico agitado(a)
 - ☐ Quase nunca fico agitado(a)
 - ☐ Fico algumas vezes agitado(a)
 - ☐ Fico regularmente agitado(a)
 - ☐ Fico frequentemente agitado(a)
 - ☐ Fico quase sempre agitado(a)
 - ☐ Fico sempre agitado(a)

3. Por causa da sua alergia, quantas vezes se AFASTA de áreas onde existem insetos tais como abelhas e vespas?
 - ☐ Nunca me afasto
 - ☐ Quase nunca me afasto
 - ☐ Afasto-me algumas vezes
 - ☐ Afasto-me regularmente
 - ☐ Afasto-me frequentemente
 - ☐ Afasto-me quase sempre
 - ☐ Fico sempre afastado(a)

4. **Por causa da sua alergia, quantas vezes fica ASSUSTADO(A) quando é picado(a) por um inseto?**
- ☐ Nunca fico assustado(a)
 - ☐ Quase nunca fico assustado(a)
 - ☐ Fico algumas vezes assustado(a)
 - ☐ Fico regularmente assustado(a)
 - ☐ Fico frequentemente assustado(a)
 - ☐ Fico quase sempre assustado(a)
 - ☐ Fico sempre assustado(a)
5. **Por causa da sua alergia, quantas vezes EVITA certos lugares?**
- ☐ Nunca evito certos lugares
 - ☐ Quase nunca evito certos lugares
 - ☐ Algumas vezes evito certos lugares
 - ☐ Regularmente evito certos lugares
 - ☐ Frequentemente evito certos lugares
 - ☐ Quase sempre evito certos lugares
 - ☐ Evito sempre certos lugares
6. **Por causa da sua alergia, quantas vezes REVISTA certos lugares à procura de insetos que o(a) possam picar (abelhas, vespas)?**
- ☐ Nunca revisto certos lugares
 - ☐ Quase nunca revisto certos lugares
 - ☐ Algumas vezes revisto certos lugares
 - ☐ Regularmente revisto certos lugares
 - ☐ Frequentemente revisto certos lugares
 - ☐ Quase sempre revisto certos lugares
 - ☐ Revisto sempre certos lugares
7. **Por causa da sua alergia, sente-se LIMITADO(A) nas suas atividades durante os meses de Verão?**
- ☐ Não me sinto nada limitado(a)
 - ☐ Sinto-me apenas ligeiramente limitado(a)
 - ☐ Sinto-me algo limitado(a)
 - ☐ Sinto-me moderadamente limitado(a)
 - ☐ Sinto-me bastante limitado(a)
 - ☐ Sinto-me muito limitado(a)
 - ☐ Sinto-me extremamente limitado(a)

8. Por causa da sua alergia, quantas vezes fica PERTURBADO(A) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que o(a) possam picar (abelhas, vespas)?
- ☐ Nunca fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar
 - ☐ Quase nunca fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar
 - ☐ Algumas vezes fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar
 - ☐ Regularmente fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar
 - ☐ Frequentemente fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar
 - ☐ Quase sempre fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar
 - ☐ Fico sempre perturbado(a) por ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar
9. Por causa da sua alergia, quantas vezes fica PERTURBADO(A) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que o(a) possam picar (abelhas, vespas) QUANDO ESTÁ AO AR LIVRE?
- ☐ Nunca fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou ao ar livre
 - ☐ Quase nunca fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou ao ar livre
 - ☐ Algumas vezes fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou ao ar livre
 - ☐ Regularmente fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou ao ar livre
 - ☐ Frequentemente fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou ao ar livre
 - ☐ Quase sempre fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou ao ar livre
 - ☐ Fico sempre perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou ao ar livre

10. Trabalha?

Se Não, prossiga para a próxima questão

Se Sim, Por causa da sua alergia, quantas vezes fica PERTURBADO(A) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que o(a) possam picar (abelhas ou vespas) QUANDO ESTÁ A TRABALHAR?

- ☐ Nunca fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a trabalhar
- ☐ Quase nunca fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a trabalhar
- ☐ Algumas vezes fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a trabalhar
- ☐ Regularmente fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a trabalhar
- ☐ Frequentemente fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a trabalhar
- ☐ Quase sempre fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a trabalhar
- ☐ Fico sempre perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a trabalhar

11. Costuma ir de férias?

Se Não, prossiga para a próxima questão

Se Sim: Por causa da sua alergia, quantas vezes fica PERTURBADO(A) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos (tais como abelhas ou vespas) que o(a) possam picar QUANDO ESTÁ DE FÉRIAS?

- ☐ Nunca fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou de férias
- ☐ Quase nunca fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou de férias
- ☐ Algumas vezes fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou de férias
- ☐ Regularmente fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou de férias
- ☐ Frequentemente fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou de férias
- ☐ Quase sempre fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou de férias
- ☐ Fico sempre perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou de férias

12. **Costuma praticar jardinagem?**

Se Não, prossiga para a próxima questão

Se Sim: Por causa da sua alergia, quantas vezes fica perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos (tais como abelhas ou vespas) que o(a) possam picar QUANDO ESTÁ A PRATICAR JARDINAGEM?

- ☐ Nunca fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a fazer jardinagem
- ☐ Quase nunca fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a fazer jardinagem
- ☐ Algumas vezes fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a fazer jardinagem
- ☐ Regularmente fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a fazer jardinagem
- ☐ Frequentemente fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a fazer jardinagem
- ☐ Quase sempre fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a fazer jardinagem
- ☐ Fico sempre perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a fazer jardinagem

13. **Costuma comer ao ar livre?**

Se Não, prossiga para a próxima questão

Se Sim: Por causa da sua alergia, quantas vezes fica PERTURBADO(A) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos (tais como abelhas ou vespas) QUANDO ESTÁ A COMER AO AR LIVRE?

- ☐ Nunca fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a comer ao ar livre
- ☐ Quase nunca fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a comer ao ar livre
- ☐ Algumas vezes fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a comer ao ar livre
- ☐ Regularmente fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a comer ao ar livre
- ☐ Frequentemente fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a comer ao ar livre
- ☐ Quase sempre fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a comer ao ar livre
- ☐ Fico sempre perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a comer ao ar livre

14. **Costuma visitar zonas rurais?**

Se Não, terminou o questionário

Se Sim: Por causa da sua alergia, quantas vezes fica PERTURBADO(A) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos (tais como abelhas ou vespas) que o(a) possam picar QUANDO VAI VISITAR ZONAS RURAIS?

- ☐ Nunca fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a visitar zonas rurais
- ☐ Quase nunca fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a visitar zonas rurais
- ☐ Algumas vezes fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a visitar zonas rurais
- ☐ Regularmente fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a visitar zonas rurais
- ☐ Frequentemente fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a visitar zonas rurais
- ☐ Quase sempre fico perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a visitar zonas rurais
- ☐ Fico sempre perturbado(a) pelo facto de ter que estar atento(a) à presença de insetos que me possam picar quando estou a visitar zonas rurais

Pontuação

A primeira resposta pontua 7 e a última 1, como no exemplo seguinte:

- 7 - ☐ Nunca
- 6 - ☐ Quase nunca
- 5 - ☐ Algumas vezes
- 4 - ☐ Regularmente
- 3 - ☐ Frequentemente
- 2 - ☐ Quase sempre
- 1 - ☐ Sempre

A pontuação obtém-se do cálculo da média de todas as perguntas respondidas, com um resultado entre 1 (pior qualidade de vida) e 7 (melhor qualidade de vida):

Pontuação
final