Escala de Rastreio:

PHQ-9 – Questionário Sobre a Saúde do/a Paciente (9)

INSTITUTO TAMMY MARCHIORI de neuropsicologia

Instituto Tammy Marchiori de Neuropsicologia

Questionário Sobre a Saúde do/a Paciente - 9 (PHQ-9):

O **PHQ-9**, sigla para "Patient Health Questionnaire-9" em inglês, ou **Questionário Sobre a Saúde do/a Paciente-9** em português, é uma **ferramenta de triagem** amplamente utilizada para avaliar a presença e gravidade dos **sintomas de depressão** em indivíduos. Ele consiste em nove perguntas relacionadas aos sintomas da depressão, baseadas nos critérios diagnósticos do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5). Cada pergunta é avaliada em uma **escala de 0 a 3**, correspondendo a "não ocorre", "ocorre vários dias", "ocorre mais da metade dos dias" e "ocorre todos os dias". A pontuação total varia de 0 a 27, sendo que uma pontuação mais alta indica uma maior gravidade dos sintomas depressivos. O PHQ-9 é frequentemente utilizado por profissionais de saúde, como médicos e psicólogos, para **ajudar no diagnóstico e monitoramento da depressão**. Ele pode ser aplicado em diversos contextos, como consultórios médicos, clínicas de saúde mental e pesquisas acadêmicas. Além de ser uma ferramenta de triagem, o PHQ-9 também pode auxiliar no acompanhamento do progresso do tratamento da depressão ao longo do tempo. ***É importante ressaltar que o PHQ-9 é uma ferramenta de triagem e não um diagnóstico definitivo.*** Caso a pontuação indique a presença de sintomas depressivos, **é fundamental buscar a avaliação de um profissional de saúde para um diagnóstico preciso e um plano de tratamento adequado**.

Como avaliar o PHQ-9:

1. **Apresentação do questionário:** Explique ao indivíduo que o PHQ-9 é um questionário que avalia a presença e a gravidade dos sintomas de depressão.
2. **Leitura das perguntas:** Leia as nove perguntas do PHQ-9 em ordem, uma de cada vez, fornecendo as opções de resposta para cada pergunta.
3. **Respostas do indivíduo:** Peça ao indivíduo para responder a cada pergunta selecionando a opção que melhor descreve a frequência com que eles têm experimentado cada sintoma nas últimas duas semanas.
4. **Registro das respostas:** Registre as respostas do indivíduo para cada pergunta, anotando a pontuação correspondente a cada resposta.
5. **Cálculo da pontuação total:** Some as pontuações de cada pergunta para obter a pontuação total do PHQ-9. A pontuação total pode variar de 0 a 27.
6. **Utilize a seguinte escala para interpretar a pontuação total:**

Escore Total	Interpretação
0 a 4	Ausência de depressão
5 a 9	Depressão leve
10 a 14	Depressão moderada
15 a 19	Depressão moderadamente grave
20 a 27	Depressão grave

É importante lembrar que o PHQ-9 é uma ferramenta de triagem e *não um diagnóstico definitivo*. Caso a pontuação indique a presença de sintomas depressivos, é recomendável que o indivíduo procure a avaliação de um profissional de saúde, como um médico ou psicólogo, para uma avaliação mais detalhada e um diagnóstico preciso.

+55 11 93456-3345
instituto.tammymarchiori@gmail.com

Instituto Tammy Marchiori de Neuropsicologia

QUESTIONÁRIO SOBRE A SAÚDE DO/A PACIENTE (PHQ-9)

Durante as últimas 2 semanas, com que frequência você foi incomodado/a por qualquer um dos problemas abaixo? *(Marque sua resposta com "✓")*	**Nenhuma vez**	**Vários dias**	**Mais da metade dos dias**	**Quase todos os dias**
1. Tive pouco interesse ou prazer em fazer coisas:	0	1	2	3
2. Senti desânimo, desalento ou falta de esperança:	0	1	2	3
3. Tive dificuldade em adormecer ou em dormir sem interrupções, ou dormi demais:	0	1	2	3
4. Senti cansaço ou falta de energia:	0	1	2	3
5. Tive falta ou excesso de apetite:	0	1	2	3
6. Senti que não gosto de mim próprio/a — ou que sou uma falha ou me desiludi a mim próprio/a ou à minha família:	0	1	2	3
7. Tive dificuldade em concentrar-me nas coisas, como ao ler o jornal ou ver televisão:	0	1	2	3
8. Movimentei-me ou falei tão lentamente que outras pessoas poderão ter notado. Ou o oposto: estive agitado/a a ponto de andar de um lado para o outro muito mais do que é habitual:	0	1	2	3
9. Pensei que seria melhor estar morto/a, ou em magoar-me a mim próprio/a de alguma forma:	0	1	2	3

Escore Total _____ = _____ + _____ + _____

EXTRA: Se você assinalou qualquer um dos problemas, indique o grau de dificuldade que os mesmos lhe causaram para realizar seu trabalho, tomar conta das coisas em casa ou para se relacionar com as pessoas:

Nenhuma vez	**Vários dias**	**Mais da metade dos dias**	**Quase todos os dias**
0	1	2	3

+55 11 93456-3345
instituto.tammymarchiori@gmail.com

TAMMY MARCHIORI
neuropsicologia

Quer ter acesso a mais ferramentas como esta e aprofundar seus conhecimentos em Psicologia?

Se você deseja continuar aprendendo, trocar experiências e receber conteúdos relevantes para a prática clínica e para a formação profissional, convidamos você a fazer parte dos nossos ***canais oficiais*** *e da nossa* ***Pós-Graduação em Terapias Cognitivas Comportamentais com Fundamentos da Neurociência***. 📢

👉 *Entre nos grupos abaixo para ter acesso a materiais exclusivos, conteúdos atualizados e novidades do Instituto:*

www.intitutotammymarchiori.com.br