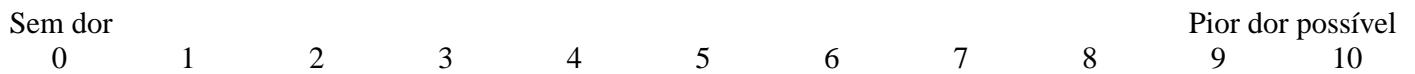


Dimensões Globais do Questionário de Bournemouth

As escalas abaixo foram desenvolvidas para sabermos sobre a sua dor nas costas e como ela está te afetando. Por favor, responda TODAS as perguntas, circulando apenas UM número em CADA escala que melhor represente como você se sente.

1. Durante a última semana, em média, como você classificaria sua dor nas costas?



2. Ao longo da última semana, quanto sua dor nas costas interferiu nas atividades diárias (tarefas domésticas, tomar banho, colocar roupa, caminhar, subir/descer escadas, levantar-se/deitar-se da cama, levantar-se/ sentar-se na cadeira)?



3. Ao longo da última semana, quanto sua dor nas costas interferiu nas suas atividades recreativas, sociais e/ou familiares?



4. Ao longo da última semana, quão ansioso(a) você se sentiu (tenso(a), nervoso (a), irritado(a), com dificuldade para se concentrar/relaxar)?



5. Ao longo da última semana, quão deprimido(a) você se sentiu (desanimado(a), triste, pessimista, infeliz)?



6. Ao longo da última semana, quanto você acha que seu trabalho (dentro ou fora de casa) afetou/afetaria na sua dor nas costas?



7. Ao longo da última semana, quanto você conseguiu controlar (reduzir/aliviar) sua dor nas costas por conta própria?

