



Flexibilização Cognitiva e Escala de Beck





BDI

Os Itens se referem:

- | | | |
|----------------------------|----------------------------|-------------------------------|
| 1) tristeza; | 8) auto- acusações; | 15) dificuldade de trabalhar; |
| 2) pessimismo; | 9) idéias suicidas | 16) insônia; |
| 3) sentimento de fracasso; | 10) choro; | 17) fatigabilidade; |
| 4) insatisfação; | 11) irritabilidade; | 18) perda de apetite; |
| 5) culpa; | 12) retraimento social; | 19) perda de peso; |
| 6) punição; | 13) indecisão; | 20) preocupações somáticas |
| 7) auto aversão; | 14) mudança na autoimagem; | 21) perda de libido. |

- Escores: cada grupo apresenta 4 alternativas, que podem ter escore 0, 1, 2 ou 3.
- O maior escore é 63, se o sujeito assinalar duas questões, considerar a de maior escore.
- O escore total é o resultado da soma dos escores individuais dos itens e permite classificação de níveis de intensidade da depressão

557

BDI - DEPRESSÃO	
0-11	Depressão Mínima
12-19	Depressão Leve
20-35	Depressão Moderada
36-63	Depressão Severa

BAI - ANSIEDADE	
0-10	Ansiedade Mínima
11-19	Ansiedade Leve
20-30	Ansiedade Moderada
31-63	Ansiedade Severa

BHS - DESESPERANÇA	
0-4	Assintomático
5-8	Médio
9-13	Desesperança Moderada
14-20	Desesperança Severa

BSI
Qualquer resultado diferente de 0 (zero) revela a existência de ideação suicida e demonstra necessidade de uma avaliação clínica detalhada

CORREÇÃO DO BHS			
1. E	6. E	11. C	16. C
2. C	7. C	12. C	17. C
3. E	8. E	13. E	18. C
4. C	9. C	14. C	19. E
5. E	10. E	15. E	20. C
Respostas iguais = 1			
Respostas diferentes = 0			



Centro de Estudos em Terapia Cognitivo-Comportamental

564

BDI - DEPRESSÃO	
0-11	Depressão Mínima
12-19	Depressão Leve
20-35	Depressão Moderada
36-63	Depressão Severa

BAI - ANSIEDADE	
0-10	Ansiedade Mínima
11-19	Ansiedade Leve
20-30	Ansiedade Moderada
31-63	Ansiedade Severa

BHS - DESESPERANÇA	
0-4	Assintomático
5-8	Médio
9-13	Desesperança Moderada
14-20	Desesperança Severa

BSI
Qualquer resultado diferente de 0 (zero) revela a existência de ideação suicida e demonstra necessidade de uma avaliação clínica detalhada

CORREÇÃO DO BHS			
1. E	6. E	11. C	16. C
2. C	7. C	12. C	17. C
3. E	8. E	13. E	18. C
4. C	9. C	14. C	19. E
5. E	10. E	15. E	20. C
Respostas iguais = 1			
Respostas diferentes = 0			

565

BAI

- **Forma autoadministrada:** em torno de 5 a 10 minutos;
- **Administração oral:** aproximadamente 10 minutos;
- Aplicado a sujeitos de 17 a 80 anos;
- Aplicação coletiva ou individual;

566

Escala de Desesperança de Beck - BHS

Desesperança - a “Medida da dimensão do pessimismo às atitudes negativas frente ao mundo”.

- O constructo Desesperança surgiu na década de 70, na literatura, como um tema central da depressão.
- Vários autores colocaram a Desesperança como um elemento-chave para a formulação teórica do comportamento suicida. A desesperança apresenta nexos causais entre depressão e suicídio, compondo a tríade teórica de Beck sobre a depressão.



Centro de Estudos em Terapia Cognitivo-Comportamental

572

BDI - DEPRESSÃO

0-11	Depressão Mínima
12-19	Depressão Leve
20-35	Depressão Moderada
36-63	Depressão Severa

BAI - ANSIEDADE

0-10	Ansiedade Mínima
11-19	Ansiedade Leve
20-30	Ansiedade Moderada
31-63	Ansiedade Severa

BHS - DESESPERANÇA

0-4	Assintomático
5-8	Médio
9-13	Desesperança Moderada
14-20	Desesperança Severa

BSI

Qualquer resultado diferente de 0 (zero) revela a existência de ideação suicida e demonstra necessidade de uma avaliação clínica detalhada

CORREÇÃO DO BHS

1. E	6. E	11. C	16. C
2. C	7. C	12. C	17. C
3. E	8. E	13. E	18. C
4. C	9. C	14. C	19. E
5. E	10. E	15. E	20. C
Respostas iguais = 1			
Respostas diferentes = 0			

573

Escala de Ideação Suicida Beck – BSI

A BSI é uma versão de auto-relato que investiga a ideação suicida.

A BSI é constituída por 21 itens. Os primeiros 19, apresentados com 3 alternativas de respostas, “gradações da gravidade de desejos, atitudes e planos suicidas”, subtendem os conteúdos:

- 1) Desejo de viver;
- 2) Desejo de morrer;
- 3) Razões para viver ou morrer;
- 4) Tentativa de suicídio ativa;
- 5) Tentativa de suicídio passiva;
- 6) Duração de ideias de suicídio;
- 7) Frequência de ideação;
- 8) Atitude em relação a ideação;
- 9) Controle sobre os atos suicidas;
- 10) Inibições para a tentativa;
- 11) Razões para a tentativa;
- 12) Especificidade do planejamento;
- 13) Acessibilidade ou oportunidade do método;
- 14) Capacidade de realizar a tentativa;
- 15) Probabilidade de tentativa real;
- 16) Extensão de preparação verdadeira;
- 17) Bilhete suicida;
- 18) Atos finais;
- 19) Despistamento e segredo;

Guia prático **Para o Desenvolvimento do Trabalho em** **Terapia Cognitivo-Comportamental**





CORREÇÃO DAS ESCALAS DE BACK

BDI II - DEPRESSÃO	
0-11	Depressão Mínima
12-19	Depressão Leve
20-35	Depressão Moderada
36-63	Depressão Severa

BAI - ANSIEDADE	
0-10	Ansiedade Mínima
11-19	Ansiedade Leve
20-30	Ansiedade Moderada
31-63	Ansiedade Severa

BHS - DESESPERANÇA	
0-4	Assintomático
5-8	Médio
9-13	Desesperança Moderada
14-20	Desesperança Severa

BSI
Qualquer resultado diferente de 0 (zero) revela a existência de ideação suicida e demonstra necessidade de uma avaliação clínica detalhada

CORREÇÃO DO BHS			
1. E	6. E	11. C	16. C
2. C	7. C	12. C	17. C
3. E	8. E	13. E	18. C
4. C	9. C	14. C	19. E
5. E	10. E	15. E	20. C
Respostas iguais = 1			
Respostas diferentes = 0			



CHECAGEM DE HUMOR

Em toda a sessão faz-se a checagem de humor de duas formas:

- Perguntando: Como está seu humor hoje: triste, alegre, ansioso, preocupado de 0 a 100%? -Usando essa escala analógica no início da sessão e no final da mesma e anota-se no formulário: **Anotações de Sessão.**
- Através dos Inventários de Beck: BDI, BAI, BHS. Se o paciente pontuar a questão 9 do BDI e se forem altos os escores do BHS aplica-se o BSI e/ou se já houve tentativa prévia de suicídio.

Escores dos Inventários:

BDI II – Somam-se os escores assinalados em cada afirmativa (0 a 3)

0-11 = Depressão Mínima

12-19 = Depressão Leve

20-35 = Depressão Moderada

14

36-63 = Depressão Severa

BAI – Somam-se os escores das colunas (a 1ª vale 0, a 2ª 1, a 3ª 2 e a 4ª 3) em separados e depois somam-se os resultados de cada coluna:

0-10 = Ansiedade Mínima

11-19 = Ansiedade Leve

20-30 = Ansiedade Moderada

31-63 = Ansiedade Severa

BHS – Tem um crivo que acompanha o Kit dos inventários. Somam-se os pontos vazados do crivo, valendo 1 ponto cada um:

0-4 = Assintomático

5-8 = Médio

9-13 = Desesperança moderada

14-20 = Desesperança severa

BSI – Tem 2 fases: se o paciente pontuar a questão 4 ou 5 ou ambas ele abre o inventário e responde às afirmativas que podem indicar um planejamento suicida. Independente da pontuação, tomam-se as providências cabíveis nestes casos.

Se não pontuar nestas duas questões encerra-se a aplicação do inventário.

CORREÇÃO DO BHS							
1. E	2. C	3. E	4. C	5. E	6. E	7. C	8. E
9. C	10. E	11. C	12. C	13. E	14. C	15. E	16. C
17. C	18. C	19. E	20. C	Respostas iguais = 1		Respostas diferentes = 0	

