

# Bipolar Depression Rating Scale (BDRS) – Versão em Português

---

**INSTRUÇÕES:** “Vamos fazer-lhe algumas perguntas sobre sintomas que pode sentir. Quando responder, lembre-se que nos estamos a referir ao seu estado actual, ou a como se tem sentido nos últimos dias.”

Marque ou assinale ( ) em uma resposta para cada questão abaixo.

## 1. HUMOR DEPRIMIDO

Auto-relato e/ou Depressão observada ou relatada pelo doente, evidenciada por sentimentos de melancolia, tristeza, pessimismo, desesperança e desamparo.

- 0 Nenhum
- 1 Ligeiro [períodos curtos ou transitórios de depressão, ou humor discretamente deprimido]
- 2 Moderado [humor claramente deprimido, mas não presente de forma consistente. Outras emoções expressas, ou depressão com intensidade moderada]
- 3 Grave [humor depressivo pervasivo ou contínuo com intensidade grave]

## 2. ALTERAÇÃO DO SONO: pontue A ou B

Alteração na quantidade total de sono durante um ciclo de 24 horas, independente de factores externos.

### A. Insónia (diminuição no tempo total de sono)

- 0 Nenhuma
- 1 Ligeira [até 2 horas]
- 2 Moderada [2-4 horas]
- 3 Grave [mais de 4 horas]

**OU**

### B. Hipersónia (aumento no tempo total de sono, inclusive de sono durante o dia)

- 0 Nenhuma
- 1 Ligeira [menos que 2 horas, ou total normal, mas com sono não-reparador]
- 2 Moderada [maior que 2 horas]
- 3 Grave [maior que 4 horas]

## 3. ALTERAÇÃO DO APETITE: pontue A ou B

Mudança no apetite e/ou ingestão de alimentos, independente de factores externos

### A. Diminuição do apetite

- 0 Nenhuma
- 1 Leve Ligeira [nenhuma mudança alteração na ingestão de alimentos, contudo faz um esforço para se alimentar e/ou descreve perda de sabor dos alimentos]
- 2 Moderada [alguma diminuição na ingestão de alimentos]
- 3 Grave [marcada diminuição na ingestão de alimentos, muita dificuldade para se alimentar]

**OU**

### B. Aumento de apetite

- 0 Nenhum
- 1 Ligeiro [nenhuma mudança na ingestão de alimentos, mas aumento do apetite]
- 2 Moderado [algum aumento da ingestão, por exemplo, comer como forma de conforto]
- 3 Grave [marcado aumento da ingestão ou obsessão por alimentos]

## 4. DIMINUIÇÃO DA INTERAÇÃO SOCIAL

---

# Bipolar Depression Rating Scale (BDRS) – Versão em Português

---

Descrição de redução no relacionamento ou interacção social e interpessoal.

- 0 Nenhuma [normal]
- 1 Ligeira [discreta redução na interacção social sem prejuízo da função social ou interpessoal]
- 2 Moderada [clara redução na interacção social com tradução funcional, ex. evita algum tipo de interacção social]
- 3 Grave [marcada redução na interacção social ou evitação de quase todas as formas de contacto social, ex. recusa atender o telefone ou ver amigos e/ou familiares]

## 5. DIMINUIÇÃO DA ENERGIA E ACTIVIDADE

Redução da energia, iniciativa (*drive*) e comportamento dirigido a objectivos

- 0 Nenhuma
- 1 Ligeira [capaz de iniciar actividades habituais, mas com algum esforço]
- 2 Moderada [redução significativa da energia, traduzindo uma redução em algumas actividades]
- 3 Grave [flexibilidade céria ou interrupção de quase todas as actividades, ex. passa muito tempo na cama, evita atender o telefone, alteração dos hábitos de higiene pessoal]

## 6. DIMINUIÇÃO DA MOTIVAÇÃO

Relatos de redução subjectiva da iniciativa (*drive*), motivação e consequente actividade.

- 0 Nenhuma [motivação normal]
- 1 Ligeira [discreta redução da motivação sem alteração no funcionamento]
- 2 Moderada [redução da motivação e/ou iniciativa (*drive*) com redução significativa da actividade volitiva ou que requer esforço substancial para manter o nível de funcionamento prévio]
- 3 Grave [redução da motivação e/ou iniciativa (*drive*), com redução marcada do comportamento e do funcionamento]

## 7. ALTERAÇÃO DA CONCENTRAÇÃO E MEMÓRIA

Relatos subjectivos de redução da atenção, concentração ou memória e consequente alteração funcional.

- 0 Nenhuma
- 1 Ligeira [discreta alteração na capacidade de atenção, concentração ou memória sem alteração funcional]
- 2 Moderada [alteração significativa na capacidade de atenção, concentração ou esquecimento, com alguma alteração funcional]
- 3 Grave [alteração marcada na capacidade de atenção, concentração ou memória com prejuízo funcional substancial, por exemplo, incapaz de ler ou ver TV]

## 8. ANSIEDADE

Relatos subjectivos de preocupação, tensão e/ou sintomas somáticos de ansiedade, ex. tremor, palpitações, tontura, sensação de “cabeça vazia”, formigueiro, sudorese, dispnéia, desconforto estomacal ou diarreia.

- 0 Nenhuma
- 1 Leve [preocupação ou tensão transitória sobre coisas pequenas]
- 2 Moderado [significativa ansiedade, tensão ou preocupação, ou alguns sintomas somáticos associados]
- 3 Grave [ansiedade, tensão ou preocupação acentuada e contínua, que interfere com as actividades normais; ou ataques de pânico]

## 9. ANEDONIA

Redução subjectiva na capacidade de sentir prazer em actividades usuais

- 0 Nenhuma
  - 1 Leve [discreta redução no prazer em actividades]
  - 2 Moderado [redução significativa no prazer em actividades; consegue sentir prazer em algumas actividades isoladas]
-

## Bipolar Depression Rating Scale (BDRS) – Versão em Português

---

3 Grave [incapacidade completa de sentir prazer]

### 10. APLANAMENTO DOS AFECTOS

Sensação subjectiva de redução da intensidade ou da variação de sentimentos e emoções

0 Nenhum

1 Leve [discreta constrição da variação de afecto, ou redução transitória da variação ou intensidade de sentimentos]

2 Moderado [constrição significativa da variação ou intensidade dos sentimentos com preservação de algumas emoções, por exemplo, incapaz de chorar]

3 Grave [marcada e pervasiva constrição de variação de afecto ou inabilidade de experimentar emoções usuais]

### 11. DESVALORIZAÇÃO

Sensação subjectiva ou pensamentos de auto-depreciação e desvalorização.

0 Nenhuma

1 Leve [discreto aumento da auto depreciação]

2 Moderado [alguns pensamentos de desvalorização e aumento da auto depreciação]

3 Grave [aumento acentuado, pervasivo e persistente de pensamentos de desvalorização, ex. sente que os outros estariam melhor sem ele, incapaz de reconhecer atributos positivos]

### 12. DESESPERANÇA E DESAMPARO

Sensação subjectiva de pessimismo ou melancolia quanto ao futuro, inabilidade de lidar com problemas, ou sensação de perda de controlo

0 Nenhum

1 Leve [sentimentos ocasionais e leves de não conseguir lidar com as situações (*cope*) como de costume; ou pessimismo]

2 Moderado [frequentemente sente-se incapaz de lidar com as situações (*cope*); ou sentimentos significativos de desesperança ou desamparo com melhora ocasional]

3 Grave [sentimentos acentuados e persistentes de pessimismo, desesperança e desamparo]

### 13. IDEIAÇÃO SUICIDA

Pensamentos e sentimentos de que a vida não vale a pena; pensamentos de morte e suicídio

0 Nenhuma

1 Leve [pensamentos de que a vida não vale a pena ou não tem sentido]

2 Moderado [pensamentos de morrer ou de morte, mas sem ideação ou plano suicida]

3 Grave [pensamentos ou plano suicida]

### 14. CULPABILIDADE

Sensação subjectiva de auto-recriminação, fracasso ou remorso por erros reais ou imaginários do passado

0 Nenhuma

1 Leve [pequena diminuição na auto-estima ou aumento da autocrítica]

2 Moderado [pensamentos significativos de fracasso, autocrítica, incapacidade de lidar com as situações (*cope*), ou ruminacões acerca de fracassos no passado e o efeito nos outros; capaz de reconhecer como excessiva]

3 Grave [culpa acentuada, pervasiva e persistente, ex. sentimentos de merecer punição; ou não reconhece claramente como excessiva]

### 15. SINTOMAS PSICÓTICOS

Presença de ideias sobrevalorizadas, delírios e alucinações

0 Nenhum [ausente]

---

## Bipolar Depression Rating Scale (BDRS) – Versão em Português

---

- 1 Leve [ideias sobrevalorizadas leves, ex. auto-crítica ou pessimismo sem efeito claro no comportamento]
- 2 Moderado [ideias sobrevalorizadas significativas com efeito claro no comportamento, ex. sentimentos fortes de culpa, pensamentos claros de que os outros estariam melhor sem ele]
- 3 Grave [sintomas psicóticos claros, ex. delírios e alucinações]

### 16. IRRITABILIDADE

Relatos de irritabilidade subjectiva não comum, pavio curto, facilmente com raiva, manifestado por explosões verbais ou físicas

- 0 Nenhuma
- 1 Leve [discreta irritabilidade subjectiva; pode não estar aparente]
- 2 Moderado [agressividade verbal e irritabilidade que facilmente observada na entrevista]
- 3 Grave [relatos de agressões físicas, ex. jogar/quebrar objectos, ou agressividade verbal acentuada]

### 17. LABILIDADE

Observação de labilidade do humor ou relato de mudanças de humor

- 0 Nenhuma
- 1 Leve [relatos subjectivos de aumento leve da labilidade do humor]
- 2 Moderado [labilidade do humor observada, de intensidade moderada]
- 3 Grave [labilidade do humor acentuada e dominante, mudanças de humor frequentes ou dramáticas]

### 18. ACTIVIDADE MOTORA AUMENTADA

Relatos subjectivos e evidência objectiva de aumento de actividade motora e impulso motor.

- 0 Nenhuma
- 1 Leve [discreto aumento do impulso, não observado na entrevista]
- 2 Moderado [claro e observável aumento de energia e impulso]
- 3 Grave [marcado ou contínuo aumento de impulso]

### 19. DISCURSO AUMENTADO

Aumento observável na velocidade ou na quantidade da fala, ou fuga de ideias observável.

- 0 Nenhum
- 1 Leve [leve aumento na velocidade ou quantidade do débito do discurso]
- 2 Moderado [aceleração do pensamento, verborreia, clara distração, ou alguma circunstancialidade; não impede a entrevista]
- 3 Grave [fuga de ideias; interfere com a entrevista]

### 20. AGITAÇÃO

Observação de inquietação ou agitação

- 0 Nenhuma [normal]
- 1 Leve [discreta inquietação]
- 2 Moderado [aumento evidente no nível de agitação]
- 3 Grave [agitação aumentada, ex. deambulação quase contínua ou automatismos nas mãos]

**TOTAL :** \_\_\_\_\_

---