

The Bipolar Depression Rating Scale (BDRS)

Versão em Português - Manual de Pontuação

Instruções Gerais

A BDRS foi feita para medir a gravidade dos sintomas da depressão bipolar. Esta escala foi validada para uso clínico por entrevistadores treinados para a aplicação. Baseado em entrevista clínica, os itens da BDRS pontuam a gravidade dos sintomas depressivos e/ou mistos no presente momento e nos últimos dias antes da entrevista. Caso haja discordância entre a pontuação dos sintomas apresentados no momento da entrevista e dos sintomas dos últimos dias, a pontuação de levar em consideração o momento da entrevista. A escala possui 20 questões onde o maior escore possível é de 60 pontos. Quanto mais alto o escore, maior a gravidade.

Cada item pode ser pontuado tanto por relato do paciente, quanto por observação clínica, ou pela combinação de ambos. Quando houver discrepância entre o relato do paciente e a observação clínica, a opinião do examinador deve prevalecer. Caso haja dúvida entre duas graduações na hora da pontuação, deve-se optar pela mais alta. Quando as definições operacionais e as sugestões para a pontuação de cada item da escala não elucidarem completamente a situação do paciente, as categorias leve/moderado/grave devem guiar a pontuação. Entretanto, não se deve perguntar diretamente ao paciente se um determinado sintoma é leve, moderado ou grave.

Naqueles indivíduos com grande labilidade afetiva, como os cicladores ultrarápidos, o estado mental do momento da entrevista deve pesar mais na hora da pontuação. Deve-se tentar excluir possíveis influências ambientais que podem influenciar o exame do estado mental, como uso de hipnóticos para induzir o sono. Quando houver uma condição médica que explique o sintoma, como tremor causado pelo uso de carbonato de lítio, este não deve ser pontuado. Alguns indivíduos que apresentam depressão crônica ou alternância entre depressão e hipomania, podem não lembrar do seu estado de eutímia. Nestes casos pode ser necessário que o entrevistador se refira a situações hipotéticas de eutímia para comparar com o momento atual do paciente.

Fique atento para a tendência de pontuação central! É um erro comum pontuar bem no meio, no caso desta escala 1 ou 2, quando a resposta não está clara. Quando exemplos de situações são dadas pelo entrevistador, uma só situação em que o paciente relate é suficiente para pontuar. Caso a impressão do entrevistador for suficiente, os exemplos listados em cada item não precisam ser dados. As questões listadas em cada item servem como um guia e não como uma entrevista estruturada, deve-se levar em conta o contexto individual de cada paciente. Lembre que é preciso sempre considerar a frequência, duração e gravidade de cada sintoma e, quando necessário, associar na pergunta aspectos referentes à angústia e incapacidade.

Conforme o protocolo geral para entrevistas clínicas, as questões devem, inicialmente ser gerais (abertas) e, se tornarem específicas (estruturadas) ao longo da entrevista; perguntas mais precisas devem ser feitas para obter a pontuação, caso for necessário. O entrevistador deve manter um equilíbrio entre perguntas abertas e estruturadas, tentando sempre manter a melhor forma de obter a pontuação mais precisa para a sintomatologia do paciente. Geralmente, pacientes muito sintomáticos precisam de perguntas mais precisas, já os menos sintomáticos as perguntas mais abertas são suficientes para obter a pontuação.

Critérios e componentes de cada item:

Antes de começar a entrevista explique: “**Eu farei algumas perguntas sobre sintomas que você pode ter. Ao responder, por favor tenha em mente que nós estamos nos referindo a como você está agora, ou têm estado nos últimos dias.**”

Item 1. HUMOR DEPRIMIDO

Incluir o auto-relato e/ou o comportamento observado.
Para pontuar 3 a depressão deve ser grave, mas não precisa ser extrema.

**Como tem estado o seu humor nos últimos dias?
Você se sente/sentiu deprimido, triste ou sem vida?
Você sente algo além da depressão?
Você tem tido sentimentos de desamparo ou desesperança?
Como você se sente a respeito do futuro?
Qual a intensidade destes sentimentos?
Estes sentimentos são persistentes?**

1. HUMOR DEPRIMIDO (auto-relato e/ou depressão observada, evidenciada por melancolia, tristeza, pessimismo, desesperança e desamparo).

- 0 Nenhum
- 1 Leve [períodos curtos ou transitórios de depressão, ou humor levemente deprimido]
- 2 Moderado [humor deprimido é claro, mas não está presente de forma consistente e outras emoções são expressas, ou a depressão é de intensidade moderada]
- 3 Grave [humor depressivo pervasivo ou contínuo de acentuada intensidade]

Item 2. ALTERAÇÃO DO SONO

Pontue insônia (a) ou hipersonia (b), comparando com o padrão de sono normal do paciente. Pontue a quantidade de sono independentemente do uso de medicação, inclua o sono diurno, some o total de horas de sono em 24 horas.

**Como tem estado o seu sono nos últimos dois dias?
Quantas horas você costuma dormir quando você está bem?
O seu sono costuma ser interrompido?
Você levanta pela manhã se sentindo descansado?
Quantas horas, no total, você esteve dormindo nas últimas duas noites?
Você cochila ou tira uma sesta durante o dia? Quanto tempo?
Quantas horas a mais ou a menos você tem dormido além do usual?**

2. ALTERAÇÃO DO SONO: pontue A ou B (Mudança na quantidade total de sono durante um ciclo de 24 horas, avaliada de forma independente do efeito de fatores externos).

A. Insônia (redução no tempo total de sono)

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

OU

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

- 0 Nenhuma
- 1 Leve [menos que 2 horas, ou total normal, mas não-restaurador]
- 2 Moderada [maior que 2 horas]
- 3 Grave [maior que 4 horas]

Item 3. ALTERAÇÃO DO APETITE

Pontue perda de apetite (a) ou aumento de apetite (b) comparado ao padrão usual de apetite.

Como está o seu apetite?

Atualmente você tem vontade de comer mais ou menos do que o usual?

A sua mudança de apetite mudou a quantidade de comida que você tem ingerido?

A comida perdeu o gosto?

Você tem que forçar para comer?

Comer ou beliscar além do normal faz você se sentir bem?

Você tem desejo por alguma comida que leva você a comer compulsivamente?

3. ALTERAÇÃO DO APETITE: pontue A ou B (Mudança de apetite e consumo de alimentos, avaliado independente de fatores externos)

A. Diminuição de apetite

- 0 Nenhuma
- 1 Leve [nenhuma mudança na ingestão de alimentos, mas tem que se forçar a comer ou relata que a comida perdeu sabor]
- 2 Moderado [alguma diminuição na ingestão de alimentos]
- 3 Grave [marcada diminuição na ingestão de alimentos, dificilmente come]

OU

B. Aumento de apetite

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

Item 4. DIMINUIÇÃO DA INTERAÇÃO SOCIAL

Avalie qualquer redução no contato social e interpessoal. Pontue de acordo com o padrão de normalidade do paciente.

Você tem interagido com as pessoas conforme o usual?

Você acha fácil estar no meio de outras pessoas no momento?

Você tem visto/encontrado pessoas que você normalmente não encontra?

Você tem evitado encontrar ou contatar as pessoas?

Quanto você tem evitado contatar com as pessoas?

Você evita atender o telefone ou receber visitas?

4. DIMINUIÇÃO DA INTERAÇÃO SOCIAL (Relatos de redução do engajamento ou interação social e interpessoal).

- 0 Nenhuma [normal]
- 1 Leve [discreta redução na interação social sem prejuízo na função social e interpessoal]
- 2 Moderado [clara redução na interação social com algumas seqüelas funcionais, ex. evita algumas interações sociais e conversas]
- 3 Grave [acentuada redução na interação social ou evitação de quase todas as formas de contato social, ex. se recusa a atender o telefone ou ver amigos ou familiares]

Item 5. REDUÇÃO DA ENERGIA E ATIVIDADE

A redução da energia e da atividade deve ser pontuada baseado no relato subjetivo e na diminuição do alcance de metas

Você acha que tem tido energia e iniciativa como usual?

Você se sente mais cansado do que usualmente?

Você acha que gasta mais energia do que usualmente para fazer suas atividades?

Você sente os seus braços e/ou pernas mais pesados ou cansados?

Isto leva você a diminuir as atividades usuais?

Existem coisas que você não faz mais por se sentir mais cansado?

Você tem passado mais temp encima da cama?

5. REDUÇÃO DA ENERGIA E ATIVIDADE (Redução da energia, iniciativa (*drive*) e comportamento dirigido a objetivos).

- 0 Nenhum
- 1 Leve [capaz de se engajar em atividades usuais, mas com aumento do esforço]
- 2 Moderado [redução significativa da energia levando a redução de algumas atividades específicas da pessoa]
- 3 Grave ["paralisia de chumbo" ou cessação de quase todas as atividades específicas da pessoa, ex. passa muito tempo na cama, evita atender o telefone, prejuízo da higiene pessoal]

Item 6. REDUÇÃO DA MOTIVAÇÃO

A redução da motivação e da iniciativa deve d ser pontuada baseado no relato subjetivo e na diminuição do alcance de metas

A sua motivação e iniciativa estão reduzidas?

Você está menos interessado nas suas atividades usuais?

Você precisa se forçar para fazer coisas usuais?

Você tem feito as coisas que normalmente faria?

Você parou de fazer coisas que você usualmente faria? Quais coisas?

6. REDUÇÃO DA MOTIVAÇÃO (Relatos de redução subjetiva da iniciativa (*drive*), motivação e conseqüente atividade dirigida a objetivos)

- 0 Nenhuma [motivação normal]
- 1 Leve [discreta redução da motivação sem prejuízo no funcionamento]
- 2 Moderado [redução da motivação ou iniciativa (*drive*) com redução significativa da atividade volitiva ou requer esforço substancial para manter o nível usual de funcionamento]
- 3 Grave [redução da motivação ou iniciativa (*drive*) com redução acentuada do comportamento ou funcionamento dirigido a objetivos]

Ítem 7. PREJUÍZO DE CONCENTRAÇÃO E MEMÓRIA

Este item examina a concentração, capacidade de manter a tenção e as dificuldades na memória imediata

Você acha que está difícil para se concentrar?

Você perda a atenção facilmente?

Você está mais esquecido do que o usual?

Isto é grave?

Você está tendo dificuldade para ler, dirigir, ver TV, pegar ônibus?

Isto prejudica o seu funcionamento?

7. PREJUÍZO DE CONCENTRAÇÃO E MEMÓRIA (Relatos subjetivos de redução da atenção, concentração ou memória e conseqüente prejuízo funcional)

- 0 Nenhum
- 1 Leve [pequeno prejuízo na atenção, concentração ou memória sem prejuízo funcional]
- 2 Moderado [prejuízo significativo da atenção, concentração ou esquecimento com algum prejuízo funcional]
- 3 Grave [marcado prejuízo da concentração ou memória com prejuízo funcional substancial, por exemplo, incapaz de ler ou assistir TV]

Item 8. ANSIEDADE

Este item avalia sintomas de ansiedade tanto em nível cognitivo quanto somático. A presença de sintomas somáticos significativos normalmente indica maior ansiedade, a menos que haja uma condição médica geral que explique os sintomas.

Você tem se sentido mais ansioso ou tenso nos últimos dias?

Você tem se sentido mais aborrecido com coisas que normalmente não incomodariam?

Você tem tido algum sintoma físico como tremor, palpitação, tontura, sensação de “cabeça vazia”, formigamento, sudorese, dispnéia, desconforto estomacal ou diarreia?

Qual a intensidade da ansiedade?

O quanto persistente é a ansiedade?

A ansiedade está interferindo no seu funcionamento?

8. ANSIEDADE (Relatos subjetivos de preocupação, tensão e/ou sintomas somáticos de ansiedade, ex. tremor, palpitação, tontura, sensação de “cabeça vazia”, formigamento, 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 atividades normais; ou ataques de pânico]

Item 9. ANEDONIA

Avalie neste item o relato pessoal de conseguir sentir prazer nas atividades usuais.

**Você acha as coisas divertidas como de usual?
Você ainda tem algum prazer com as coisas que normalmente lhe divertem?
Quais atividades ainda lhe dão prazer? Quanto?
Você tem perdido a sua capacidade de sentir prazer?**

9. ANEDONIA (Redução subjetiva na capacidade de sentir prazer em atividades usuais)
- 0 Nenhuma
 - 1 Leve [discreta redução no prazer em atividades usualmente prazerosas]
 - 2 Moderado [redução significativa no prazer em atividades usualmente prazerosas; consegue sentir prazer em algumas atividades isoladas]
 - 3 Grave [incapacidade completa de sentir prazer]

Item 10. ACHATAMENTO DE AFETO

Este item pontua a intensidade e a extensão das emoções. Fique atento neste item ao dar exemplos, alguns exemplos como capacidade de chorar podem ter variações de acordo com o gênero do entrevistado.

**Você sente como se estivesse sem vida ou seus sentimentos estivessem adormecidos?
Seus sentimentos estão menores ou menos intensos por pessoas importantes na sua vida?
Você acha que está mais difícil ficar entusiasmado ou brabo com as coisas?
Você algumas vezes sente como se estivesse anestesiado ou não tivesse mais sentimentos?**

10. ACHATAMENTO DE AFETO (Sensação subjetiva de redução da intensidade ou da variação de sentimentos e emoções)
- 0 Nenhum
 - 1 Leve [discreta constrição da variação de afeto, 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 afeto ou incapacidade de experimentar emoções usuais]

Item 11. DESVALIA

Avalia a autoconfiança e o sentimento de auto-valorização comparada a auto estima usual.

**Qual a sua opinião sobre o seu valor próprio e autoconfiança?
Você se sente menos digno que as outras pessoas?
Você ainda consegue ver suas qualidades positivas?
Você acha que as pessoas poderiam ficar melhor sem você?**

11. DESVALIA (Sensação subjetiva ou pensamentos de auto-depreciação e desvalia).
- 0 Nenhuma
 - 1 Leve [discreto aumento da autodepreciação]
 - 2 Moderado [alguns pensamentos de desvalia e aumento da autodepreciação]
 - 3 Grave [aumento acentuado, pervasivo e persistente de pensamentos de desvalia, ex. sente que os outros estariam melhor sem ele, incapaz de reconhecer atributos positivos]

Item 12. DESESPERANÇA E DESAMPARO

Este item avalia sentimentos de desesperança, desamparo, melancolia e desespero.

Você se sente otimista ou pessimista em relação ao futuro?

Você acha que pode lidar com o futuro?

Você se sente com desesperança ou como se estivesse desamparado?

Estes sentimentos estão constantemente presentes?

Qual a intensidade destes sentimentos?

12. DESESPERANÇA E DESAMPARO (Sensação subjetiva de pessimismo ou melancolia quanto ao futuro, inabilidade de lidar com problemas, ou sensação de perda de controle)

- 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]

Item 13. IDEIAÇÃO SUICIDA

Este item avalia pensamentos de morte e idéias de suicídio.

Você acha que a vida não vale a pena ou perdeu o sentido?

Você tem pensamentos de morte ou sente-se como se estivesse agonizando?

Você acha que seria melhor se estivesse morto?

Você tem tido pensamentos de acabar com a sua própria vida?

Você tem pensamentos de se automutilar?

Você tem algum plano?

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]

Item 14. CULPA

Este item pontua culpa e remorso por eventos atuais ou passados. A pontuação varia de acordo com a extensão do sentimento de culpa e de merecimento do seu próprio destino.

Você se acha culpado por coisas que tenham acontecido no passado?

Você tem muita crítica sobre o seu papel em coisas que foram feitas erradas?

Qual a intensidade destes sentimentos?

Estes sentimentos estão presentes algumas vezes ou sempre?

Você acha que estes sentimentos são excessivos?

Você acha que ter esta doença é, de alguma maneira, uma forma de punição?

14. CULPA (Sensação subjetiva 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 ruminções 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]

Item 15. SINTOMAS PSICÓTICOS

Este item pontua os sintomas psicóticos, desde idéias supervalorizadas até sintomas psicóticos francos).

Os seus sentimentos de culpa afetam as coisas que você faz?

Você se sente desconfiado?

Você tem tido experiências não usuais como ouvir vozes ou ter visões?

Você acredita em coisas que as outras pessoas acham estranhas?

15. SINTOMAS PSICÓTICOS (Presença de idéias supervalorizadas, delírios e alucinações)

- 0 Nenhum [ausente]
- 1 Leve [idéias supervalorizadas leves, ex. auto-crítica ou pessimismo sem efeito claro no comportamento]
- 2 Moderado [idéias supervalorizadas 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]

Itens 16-20: Sub-escala para sintomas mistos

Item 16. IRRITABILIDADE

Este item pontua irritabilidade e hostilidade. A pontuação pode ser feita tanto pelo relato de irritabilidade quanto pelo comportamento observado.

Você acha se acha mais irritável atualmente com coisas que não lhe irritavam previamente?

Você mostra a sua irritação ou consegue guardá-la?

Você tem saído de si devido à irritação?

Você tem perdido a cabe e gritado ou quebrado coisas?

16. IRRITABILIDADE (Relatos de irritabilidade subjetiva não-usual, pavio curto, facilmente com raiva, manifestado por explosões verbais ou físicas)

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

Item 17. LABILIDADE

Este item pontua tanto a labilidade afetiva observada, quanto a relatada.

Você tem tido oscilações de humor nos últimos dois dias?

Qual a intensidade destas oscilações de humor?

Qual frequência que elas acontecem?

17. LABILIDADE (Observação de labilidade do humor ou relato de mudanças de humor)

- 0 Nenhuma
- 1 Leve [relatos subjetivos 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 freqüentes ou dramáticas]

Item 18. ATIVIDADE MOTORA AUMENTADA

Este item pontua tanto a atividade motora observada, quanto a relatada. Neste item é importante incluir a atividade direcionada a uma meta e as atividades sem propósito específico.

Você tem estado mais ativo que o usual ao longo dos últimos dias?

Você se sente com mais energia e motivação do que o usual? Quanto mais?

Você tem feito mais coisas por causa disto?

18. ATIVIDADE MOTORA AUMENTADA (Relatos subjetivos e evidência objetiva de aumento de atividade 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]

Item 19. AUMENTO DA FALA

Este item pontua a velocidade do discurso, bem como o curso do pensamento. A pontuação é baseada predominantemente na observação do entrevistador; a pesar disto, o relato do paciente também deve ser levado em conta.

Você acha que está com mais vontade de falar do que o usual?

Você acha que interrompe as pessoas mais do que usualmente faria?

Os seus pensamentos estão mais rápidos do que o usual?

Você acha que está explodindo de idéias que tem que contar para as pessoas?

19. AUMENTO DA FALA (Aumento observável na velocidade ou na quantidade da fala, ou fuga de idéias observável).

- 0 Nenhum
- 1 Leve [leve aumento na velocidade ou quantidade da fala]

- 2 Moderado [aceleração de pensamentos, significativamente mais falante, claramente distraível, ou alguma circunstancialidade; não impede a entrevista]
- 3 Grave [fuga de idéias; interfere com a entrevista]

Item 20. AGITAÇÃO

Este item pontua a inquietação e agitação observadas, a pesar disto, o relato do paciente também deve ser levado em conta.

Você se sente mais inquieto do que o usual?

Você se sente agitado?

Você acha difícil ficar sentado?

Qual a intensidade destes sentimentos?

20. AGITAÇÃO (Observação de inquietude ou agitação)

- 0 Nenhuma [normal]
- 1 Leve [discreta inquietude]
- 2 Moderado [aumento claro no nível de agitação]
- 3 Grave [agitação acentuada, ex. mantém-se caminhando quase que continuamente ou torcendo as mãos]

TOTAL : _____