

INVENTÁRIO DE DEPRESSÃO DE BURNS

INSTRUÇÕES : Segue uma lista de sintomas que algumas pessoas venham apresentar. Marque um check (V) no espaço à direita que melhor descreve quanto o sintoma ou problema tem incomodado você durante a semana passada.

		0 – DE MODO NENHUM	1 – UM POUCO	2 – MODERADAMENTE	3 – MUITO
1	TRISTEZA: Você tem sentido tristeza ou uma fossa?				
2	DESENCORAJADO: O futuro parece sem esperança?				
3	BAIXA AUTO-ESTIMA: Você se sente sem valor ou se vê como um fracassado?				
4	INTERIORMENTE: Você se sente inadequado ou inferior aos outros?				
5	CULPA: Você se critica e se culpa por tudo?				
6	INDECISÃO : Você tem dificuldade de fazer escolhas?				
7	IRRITABILIDADE E FRUSTAÇÕES: Você tem se sentido ressentido ou zangado boa parte do tempo ?				
8	PERDA DE INTERESSE NA VIDA: Você tem perdido interesse (ou prazer) ?				
9	PERDA DA MOTIVAÇÃO: Você se sente sobrecarregado e tenta arrastar-se com grande esforço para cumprir suas obrigações ?				
10	AUTO-IMAGEM RUIM: Você se vê velha ou sem atração ?				
11	MUDANÇAS NO APETITE: Tem perdido seu apetite ? Ou você come demais ou “ faz farras de comidas “compulsivamente				
12	MUDANÇAS NO SONO: Você sofre de insônia e percebe que é difícil conseguir uma boa noite de sono ? Ou você está sempre excessivamente cansado e dormindo demais ?				
13	PERDA DE LIBIDO: Você perdeu seu interesse por sexo?				
14	HIPOCONDRIA: Você se preocupa excessivamente com sua saúde?				
15	IMPULSOS SUÍCIDAS: Você tem pensamentos de que sua vida não tem valor ou de que seria melhor se estivesse morto?				

SOME SEUS PONTOS : _____

INTERPRETE SEUS RESULTADOS

TOTAL DE PONTOS	GRAU DE DEPRESSÃO
0 - 4	Depressão mínima ou ausência de depressão
0 - 10	Depressão limite
11--20	Depressão leve
21-30	Depressão moderada
31- 45	Depressão severa

