

Escala de Transtornos Relacionados à Ansiedade Infantil (SCARED) Versão para crianças

Instruções: Abaixo há uma lista de afirmativas que descrevem como as pessoas se sentem. Leia cada uma delas e decida se ela é “não verdadeira”, “às vezes verdadeira” ou “verdadeira” em relação a você. Então para cada afirmativa, marque a resposta que parece descrever você **nos últimos 3 meses**.

		0 Não verdadeiro	1 Às vezes verdadeiro	2 Verdadeiro
01	Quando estou com medo é difícil respirar.			
02	Tenho dor de cabeça quando estou na escola.			
03	Eu não gosto de estar com pessoas que não conheço direito.			
04	Fico com medo se durmo fora de casa.			
05	Preocupo-me em relação aos outros gostarem de mim.			
06	Quando estou assustado/a parece que vou desmaiar.			
07	Eu sou nervoso/a.			
08	Sigo meu pai ou minha mãe aonde quer que eles vão.			
09	As pessoas me dizem que eu pareço nervoso/a.			
10	Sinto-me nervoso/a com pessoas que não conheço direito.			
11	Tenho dor de estômago na escola.			
12	Quando me assusto, parece que vou enlouquecer.			
13	Preocupo-me em ter que dormir sozinho/a.			
14	Preocupo-me em ser tão bom/a quanto as outras crianças.			
15	Quando me assusto, parece que as coisas não são reais.			
16	Tenho pesadelos de que algo ruim aconteça com meus pais.			
17	Preocupo-me sobre ir à escola.			
18	Quando me assusto, meu coração bate rápido.			
19	Fico trêmulo/a.			
20	Tenho pesadelos de que algo ruim possa me acontecer.			
21	Eu me preocupo sobre as coisas darem certo para mim.			
22	Quando me assusto, sou bastante.			
23	Eu vivo preocupado/a.			
24	Eu fico muito assustado/a sem motivo algum.			
25	Fico com medo de ficar em casa sozinho/a.			
26	Tenho dificuldade para falar com pessoas que não			

	conheço.			
27	Quando me assusto, parece que vou sufocar.			
28	As pessoas me dizem que eu me preocupo demais.			
29	Não gosto de estar longe da família.			
30	Tenho medo de ter crises de ansiedade (ou de pânico).			
31	Preocupo-me que algo ruim possa acontecer com meus pais.			
32	Sinto-me tímido/a com pessoas que não conheço direito.			
33	Preocupo-me com o que vai acontecer no futuro.			
34	Quando fico assustado/a, parece que vou vomitar.			
35	Preocupo-me com quão bem faço as coisas.			
36	Tenho medo de ir a escola.			
37	Preocupo-me com coisas que já aconteceram.			
38	Quando me assusto, fico tonto.			
39	Fico nervoso/a quando estou com outras crianças ou adultos e tenho que fazer alguma coisa com eles me olhando (ex. falar, ler, jogar alguma coisa, praticar algum esporte).			
40	Fico nervoso/a quando vou a festas, bailes ou qualquer lugar onde vai haver pessoas que não conheço.			
41	Sou tímido/a.			

Um escore total igual ou acima de **25** pontos pode indicar a presença de um **Transtorno de Ansiedade**. Pontuações superiores a 30 são mais específicas.

- Um escore de **7** nos itens 1,6,9,12,15,18,19,22,24,27,30,34,38 pode indicar **Transtorno do Pânico ou Sintomas Somáticos significativos**.
- Um escore de **9** nos itens 5,7,14,21,23,28,33,35,37 pode indicar **Transtorno de Ansiedade Generalizada**.
- Um escore de **5** nos itens 4,8,13,16,20,25,29,31 pode indicar **Transtorno de Ansiedade de Separação**.
- Um escore de **8** nos itens 3,10,26,32,39,40,41 pode indicar **Transtorno de Ansiedade Social**.
- Um escore de **3** nos itens 2,11,17,36 pode indicar **Evitação Escolar Significativa**.