

# QUESTIONÁRIO DE QUALIDADE DE VIDA SF-12 (The 12-Item Short-Form Health Survey) – VERSÃO PORTUGÊS BRASIL

Data da avaliação: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_. Avaliador: \_\_\_\_\_.

NOME DO PARTICIPANTE (SOCIAL): \_\_\_\_\_ ID: \_\_\_\_\_ DATA DE NASCIMENTO: / /

**Instruções:** Queremos saber sua opinião sobre sua saúde. Essa informação nos ajudará a saber como o(a) sr(a) se sente e como é capaz de fazer suas atividades do dia a dia. Responda cada questão indicando a resposta certa. Se está em dúvida sobre como responder a questão, por favor, responda da melhor maneira possível. Marque apenas uma opção em cada pergunta.

	Excelente	Muito boa	Boa	Regular	Ruim
1. Em geral, o(a) sr(a) diria que sua saúde é:	1	2	3	4	5

AS PERGUNTAS SEGUINTE SÃO SOBRE COISAS QUE O(A) SR(A) FAZ NA MÉDIA, NO SEU DIA A DIA (DIA TÍPICO/COMUM).

O sr(a) acha que sua saúde, **agora**, o dificulta de fazer algumas coisas do dia a dia, como por exemplo:

	Sim, dificulta muito	Sim, dificulta pouco	Não, não dificulta de modo algum
2. Atividades médias (como mover uma cadeira, fazer compras, limpar a casa, trocar de roupa)?	1	2	3
3. O(a) sr(a) acha que sua saúde, <b>agora</b> , o dificulta de fazer algumas coisas do dia a dia, como por exemplo: subir três ou mais degraus de escada?	1	2	3

Durante as **últimas 4 semanas**, o(a) sr(a) teve algum dos seguintes problemas com seu trabalho ou em suas atividades do dia a dia, como por exemplo:

	Sim	Não
4. Fez menos do que gostaria, <u>por causa de sua saúde física</u> ?	1	2
5. Durante as <b>últimas 4 semanas</b> , o(a) sr(a) teve algum dos seguintes problemas com seu trabalho ou em suas atividades do dia a dia, como por exemplo: sentiu-se com dificuldade no trabalho ou em outras atividades, <u>por causa de sua saúde física</u> ?	1	2

Durante as **últimas 4 semanas**, o(a) sr(a) teve algum dos seguintes problemas, como por exemplo:

	Sim	Não
6. Fez menos do que gostaria, <u>por causa de problemas emocionais</u> ?	1	2
7. Durante as <b>últimas 4 semanas</b> , o(a) sr(a) teve algum dos seguintes problemas, como por exemplo: deixou de fazer seu trabalho ou outras atividades cuidadosamente como de costume, <u>por causa de problemas emocionais</u> ?	1	2

  

	Não, nem um pouco.	Um pouco	Moderadamente	Bastante	Extremamente
8. Durante as <b>últimas 4 semanas</b> , alguma dor atrapalhou seu trabalho normal (tanto o trabalho de casa como o de fora de casa)?	1	2	3	4	5

ESTAS QUESTÕES SÃO SOBRE COMO O(A) SR(A) SE SENTE E COMO AS COISAS TÊM ANDADO PARA O (A) SR(A), DURANTE **AS 4 ÚLTIMAS SEMANAS**. PARA CADA QUESTÃO, POR FAVOR, DÊ A RESPOSTA QUE MAIS SE ASSEMELHA À MANEIRA COMO O(A) SR(A) VEM SE SENTINDO.

Quanto tempo durante **as últimas 4 semanas**:

	Todo o tempo	A maior parte do tempo	Uma boa parte do tempo	Alguma parte do tempo	Uma pequena parte do tempo	Nem um pouco do tempo
9. O(a) sr(a) tem se sentido calmo e tranquilo?	1	2	3	4	5	6
10. Quanto tempo durante <b>as últimas 4 semanas</b> : o(a) sr(a) teve bastante energia?	1	2	3	4	5	6
11. Quanto tempo durante <b>as últimas 4 semanas</b> : o(a) sr(a) sentiu-se desanimado e deprimido?	1	2	3	4	5	6
12. Durante <b>as últimas 4 semanas</b> , em quanto do seu tempo a sua saúde ou problemas emocionais atrapalharam suas atividades sociais, tais como: visitar amigos, parentes, sair, etc?	1	2	3	4	5	6

## REFERÊNCIA

Ware Jr J et al. A 12-Item Short-Form Health Survey: construction of scales and preliminary tests of reliability and validity. *Med Care*. 1996 Mar; 34(3): 220-33.

Camelier AA. [Avaliação da qualidade de vida relacionada à saúde em participantes com DPOC: estudo de base populacional com o SF-12 na cidade de São Paulo-SP](#) [tese]. São Paulo: Universidade Federal do Estado de São Paulo; 2004.

Ware JE, Kosinski M, Keller SD. [SF-12: How to Score the SF-12 Physical and Mental Health Summary Scales](#). 2nd Edition. Boston: The Health Institute, New England Medical Center; 1995.

Cálculo da pontuação: SF-12 - OrthoToolKit <<https://orthotoolkit.com/sf-12/>>.



UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ  
FACULDADE DE MEDICINA  
Departamento de Fisioterapia

[www.gaipa.ufc.br](http://www.gaipa.ufc.br)



## PARÂMETROS PARA INTERPRETAÇÃO DO SF-12

O SF-12 possui um escore de 0 (pior) a 100 (melhor) pontos, sendo quanto maior a pontuação melhor a percepção da qualidade de vida física (PCS) e mental (MCS).

### Pontuação:

- PCS12 = \_\_\_\_\_.
- MCS12 = \_\_\_\_\_.



PONTO DE CORTE	MCID
PCS $\leq$ 50 pontos determina saúde física afetada; MCS $\leq$ 42 pontos determina saúde mental afetada. (Ware et al. <a href="#">Med Care</a> . 1995)	Em pacientes com lombalgia subaguda e crônica, melhorias $>$ 3,77 no MCS e $>$ 3,29 no PCS podem ser consideradas clinicamente relevantes. (Díaz-Arribas et al. <a href="#">Spine (Phila Pa 1976)</a> . 2017)

### REFERÊNCIAS

Ware JE Jr, Kosinski M, Bayliss MS, McHorney CA, Rogers WH, Raczek A. Comparison of methods for the scoring and statistical analysis of SF-36 health profile and summary measures: summary of results from the Medical Outcomes Study. [Med Care](#). 1995 Apr;33(4 Suppl):AS264-79.

Ware JE, Kosinski M, Keller SD. [SF-12: How to Score the SF-12 Physical and Mental Health Summary Scales](#). 2nd Edition. Boston: The Health Institute, New England Medical Center; 1995.

Silveira MF, Almeida JC, Freire RS, Haikal DS, Martins AE. Propriedades psicométricas do instrumento de avaliação da qualidade de vida: 12-item health survey (SF-12). [Cien Saude Colet](#). 2013 Jul;18(7):1923-31.

Damásio BF, Andrade TF, Koller SH. Psychometric Properties of the Brazilian 12-Item Short-Form Health Survey Version 2 (SF-12v2). [Paidéia \(Ribeirão Preto\)](#). 2015;25:29–37.

Díaz-Arribas MJ, Fernández-Serrano M, Royuela A, Kovacs FM, Gallego-Izquierdo T, Ramos-Sánchez M, Llorca-Palomera R, Pardo-Hervás P, Martín-Pariente OS. Minimal Clinically Important Difference in Quality of Life for Patients With Low Back Pain. [Spine \(Phila Pa 1976\)](#). 2017 Dec 15;42(24):1908-1916.



## OPÇÕES DE RESPOSTAS PARA O PARTICIPANTE

SF-12

Pergunta 01

<b>Excelente</b>	<b>Muito boa</b>	<b>Boa</b>	<b>Regular</b>	<b>Ruim</b>
------------------	------------------	------------	----------------	-------------

Pergunta 02 e 03

<b>Sim, dificulta muito</b>	<b>Sim, dificulta pouco</b>	<b>Não, não dificulta de modo algum</b>
-----------------------------	-----------------------------	---

Pergunta 04 a 07

<b>Sim</b>	<b>Não</b>
------------	------------

Pergunta 08

<b>Não, nem um pouco.</b>	<b>Um pouco</b>	<b>Moderadamente</b>	<b>Bastante</b>	<b>Extremamente</b>
---------------------------	-----------------	----------------------	-----------------	---------------------

Pergunta 09 a 12

<b>Todo o tempo</b>	<b>A maior parte do tempo</b>	<b>Uma boa parte do tempo</b>	<b>Alguma parte do tempo</b>	<b>Uma pequena parte do tempo</b>	<b>Nem um pouco do tempo</b>
---------------------	-------------------------------	-------------------------------	------------------------------	-----------------------------------	------------------------------

