

1 Sexo?

1. ___ Masculino
2. ___ Feminino

2 Idade?

_____ anos

3 Estado civil?

1. ___ Solteiro (a)
2. ___ Divorciado (a)/Separado (a)
3. ___ Viúvo (a)
4. ___ Casado (a)/União de facto

4 Habilitações literárias?

1. ___ Analfabeto (a)
2. ___ Sabe ler e escrever (1º ciclo incompleto)
3. ___ 1º ciclo (1ª à 4ª classe)
4. ___ 2º ciclo (1º e 2º ano)
5. ___ 3º ciclo (3º ao 5º ano)
6. ___ Secundário
7. ___ Curso superior

5 Nº de elementos do agregado familiar?

1. ___ 1
2. ___ 2
3. ___ 3
4. ___ 4
5. ___ 5 ou mais

6 Grau de parentesco do utente a quem presta cuidados?

1. ___ Pai
2. ___ Mãe
3. ___ Sogro
4. ___ Sogra
5. ___ Esposo
6. ___ Esposa
7. ___ Outro. Qual? _____
8. ___ Pais

7 Há quanto tempo é cuidador informal?

1. ___ Menos de 1 ano
2. ___ Entre 1 e 5 anos
3. ___ Entre 5 e 10 anos
4. ___ Mais de 10 anos

7.1 – Coabita com a pessoa de quem cuida?

1. ___ Sim
2. ___ Não

8 Tem apoio da família?

1. Sim

2. Não

Se sim de quem? _____

9 Ter este utente a seu cargo piorou o seu estado de saúde física?

1. Nada

2. Pouco

3. Nem muito nem pouco

4. Muito

5. Bastante

10 Ter este utente a seu cargo piorou o seu estado de saúde mental?

1. Nada

2. Pouco

3. Nem muito nem pouco

4. Muito

5. Bastante

11 - Nos últimos 6 meses teve de faltar ao trabalho por motivo de doença sua?

1. Não

2. Sim

3. Não trabalha

Se sim, especifique, por favor

12 - Nos últimos 6 meses teve de faltar ao trabalho por motivo de doença do utente de quem está a cuidar?

1. Não

2. Sim

3. Não trabalha

Se sim, especifique, por favor

13- Sente que a sua vida familiar foi significativamente afectada, nos últimos 6 meses, por causa da situação da pessoa de quem está a cuidar?

1. Não

2. Sim

Se sim, especifique, por favor

14- Sente que a sua vida social foi significativamente afectada, nos últimos 6 meses, por causa da situação da pessoa de quem está a cuidar?

1. Não

2. Sim

Se sim, especifique, por favor

15 – Quais as maiores dificuldades que enfrenta no dia a dia (tempo, actividades de vida, nível físico, fadiga, questões financeiras) e que sente que necessita de apoio?

Sim ou não.

- 1- falta de tempo para si
- 2- não convive com amigos
- 3- falta a consultas (de si próprio)
- 4- falta de apoio psicológico
- 5- falta de apoio da família
- 6- isolamento social
- 7- Não consegue ir ao supermercado/família
- 8- falta de exercício físico
- 9- fadiga física e psicológica
- 10- falta de dinheiro para medicamentos e ajudas técnicas
- 11- pouco cuidado com a alimentação/ingestão de água ao longo do dia
- 12- OUTRA:

PARA QUEM NÃO FREQUENTA O CANTINHO (utentes da ECCI)

16 – Conhece o Cantinho do cuidador?

17 – Em que medida o cantinho o poderia ajudar na sua prestação de cuidador?

**18 Que actividades gostaria de ver desenvolvidas no cantinho no próximo ano?
Que conteúdos gostaria de trabalhar?**

Sim Não

1. _ _ Instrumentais (Cuidados de higiene e conforto, alimentação, posicionamentos)
2. _ _ Avaliações de glicémia, TA e interpretação de valores (em caso de avaliarem)
3. _ _ prevenção de acidentes/quedas
4. _ _ promoção do bem estar físico e mental do utente
5. _ _ cuidados ao próprio cuidador (bem estar físico e mental)
6. _ _ passeios e actividades culturais
7. _ _ workshops (temas diversos)
8. _ _ dar a conhecer patologias mais comuns (HTA, diabetes, alzheimer, parkinson, depressão, incontinência urinária, doente com alterações comportamentais)
9. _ _ falar da morte/luto
10. _ _ Yoga/massagem/relaxamento
11. _ _ Outro

19 Vê importância na existência de um guia/manual do cuidador abordando diferentes temas, dividido em 3 conteúdos diferentes (1 – cuidados ao utente (instrumentais); 2- cuidados ao cuidador (comer melhor, vigiar saúde, ocupação de tempos livres); 3 - recursos da comunidade (ajudas técnicas, apoios sociais, instituições)

- 1- Sim
- 2- Não

20 Alguma sugestão para adicionar ao manual?

- 1- Sim
- 2- Não

PESSOA DEPENDENTE

Instrumentos Rede

1 - Sexo:

- 1. ___ Masculino
- 2. ___ Feminino

2 - Data de nascimento

(dia-mês-ano): ___/___/___

3 - Estado civil:

- 1. ___ Solteiro
- 2. ___ Casado
- 3. ___ A viver como casado
- 4. ___ Separado
- 5. ___ Divorciado
- 6. ___ Viúvo

4 Escolaridade:

- 1. ___ Não sabe ler nem escrever
- 2. ___ 1º ciclo do ensino básico incompleto
- 3. ___ 1º ciclo do ensino básico completo
- 4. ___ 2º ciclo do ensino básico
- 5. ___ 3º ciclo do ensino básico
- 6. ___ Ensino superior