Drdeenz_
The Psychometric Tool

Escala de Dismorfia Corporal de Deenz (DBDS) Questionário

Instruções

Escala de Dismorfia Corporal de Deenz (DBDS) contém 20 itens avaliados numa escala de 5 pontos. Responda a cada pergunta com sinceridade, com base nos seus pensamentos, sentimentos e experiências habituais. Não há respostas certas ou erradas.

#	Declaração	Nunca (0)	Raramente (1)	Às vezes (2)	Frequentemente (3)	Quase sempre (4)
1	Frequentemente noto coisas na minha aparência que me incomodam.	◯	◯	◯	◯	◯
2	Costumo comparar a minha aparência com a dos outros e sinto-me insatisfeito.	◯	◯	◯	◯	◯
3	Preocupo-me que os outros reparem e julguem as minhas supostas imperfeições.	◯	◯	◯	◯	◯
4	Sinto-me angustiado se não conseguir corrigir ou esconder o que considero imperfeições.	◯	◯	◯	◯	◯
5	Olho-me frequentemente ao espelho ao longo do dia.	◯	◯	◯	◯	◯
6	Estou constantemente preocupado com a forma como os outros me veem.	◯	◯	◯	◯	◯
7	Envolvo-me em rituais repetitivos de higiene pessoal para me sentir melhor com a minha aparência.	◯	◯	◯	◯	◯

#	Declaração	Nunca (0)	Raramente (1)	Às vezes (2)	Frequentemente (3)	Quase sempre (4)
8	Toquei ou examino frequentemente certas partes do meu corpo.	◯	◯	◯	◯	◯
9	Critico-me frequentemente por não ter uma determinada aparência.	◯	◯	◯	◯	◯
10	Tenho dificuldade em ver quaisquer aspetos positivos na minha aparência física.	◯	◯	◯	◯	◯
11	Tenho dificuldade em aceitar elogios sobre a minha aparência.	◯	◯	◯	◯	◯
12	Tenho dificuldade em ver a minha aparência de forma positiva.	◯	◯	◯	◯	◯
13	Sinto-me desconfortável ao aparecer em fotografias ou vídeos.	◯	◯	◯	◯	◯
14	Recuso convites para encontros sociais para evitar ser julgado.	◯	◯	◯	◯	◯
15	Tenho receio de conhecer novas pessoas devido a preocupações com a minha aparência.	◯	◯	◯	◯	◯
16	Sinto-me ansioso por sair em público.	◯	◯	◯	◯	◯
17	Tenho dificuldade em concentrar-me no trabalho devido a preocupações com a minha aparência.	◯	◯	◯	◯	◯
18	As minhas preocupações com a minha aparência afetam a minha capacidade de concentração.	◯	◯	◯	◯	◯

#	Declaração	Nunca (0)	Raramente (1)	Às vezes (2)	Frequentemente (3)	Quase sempre (4)
19	Evito relações amorosas devido a preocupações com a minha aparência.	◯	◯	◯	◯	◯
20	Tenho dificuldade em expressar-me emocionalmente nas relações devido às minhas preocupações com a aparência.	◯	◯	◯	◯	◯

Instruções para a pontuação

As respostas devem ser somadas de acordo com os procedimentos de pontuação da avaliação.

Pontuações mais elevadas indicam, em geral, uma maior expressão do conceito avaliado, salvo indicação em contrário.

Chaves de pontuação das dimensões

Dimensão	Artigos	Número de artigos
Obsessão com a Aparência	1, 2	2
Obsessão com a aparência	3, 4	2
Comportamentos repetitivos	5	1
Comportamentos Repetitivos	6, 7, 8	3
Autoimagem Negativa	9, 10, 11, 12	4
Evitação Social	13, 14	2
Evitação social	15, 16	2
Comprometimento funcional	17	1
Comprometimento Funcional	18, 19, 20	3

Intervalos de pontuação bruta

Escala	Artigos	Intervalo possível
Obsessão com a Aparência	2	0–8
Obsessão com a aparência	2	0–8
Comportamentos repetitivos	1	0–4
Comportamentos Repetitivos	3	0–12
Autoimagem Negativa	4	0–16
Evitação Social	2	0–8
Evitação social	2	0–8
Comprometimento funcional	1	0–4
Comprometimento Funcional	3	0–12
Pontuação geral	**20**	**0–80**

Fonte

Dar, Deen Mohd, Desenvolvimento e Validação da Escala de Dismorfia Corporal de Deenz (DBDS-20). ScienceOpen Preprints, 11 de março de 2024.

Elaborado por Drdeenz

Versão interativa: Escala de Dismorfia Corporal de Deenz (DBDS)