

POR FAVOR, ASSINALE COM UMA CRUZ (X)

Por causa das suas doenças alérgicas respiratórias (asma/rinite/alergia), em média, nas últimas 4 semanas, quantas vezes teve:

	Nunca	Até 2 dias por semana	Mais de 2 dias por semana	Quase todos ou todos os dias
1. Nariz entupido?	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
2. Espirros?	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
3. Comichão no nariz?	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
4. Corrimento/pingo do nariz?	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
5. Falta de ar/dispneia?	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
6. Chiadeira no peito/pieira?	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
7. Aperto no peito com esforço físico?	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
8. Cansaço/dificuldade em fazer as suas atividades ou tarefas do dia-a-dia?	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
9. Acordou durante a noite por causa das suas doenças alérgicas respiratórias?	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0

de 12

Por causa das suas doenças alérgicas respiratórias (asma/rinite/alergia), nas últimas 4 semanas, quantas vezes teve de:

	Não estou a tomar medicamentos	Nunca	Menos de 7 dias	7 ou mais dias
10. Aumentar a utilização dos seus medicamentos?	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 0

de 18

PONTUAÇÃO TOTAL (somatório das 10 questões):

de 30

O QUE É?

É um questionário que avalia o grau de controlo da asma e rinite alérgica.

A asma e a rinite são patologias muitas vezes associadas. Por isso, a iniciativa ARIA (*Allergic Rhinitis and its Impact on Asthma*), da Organização Mundial de Saúde, recomenda que para se atingir o controlo da asma é necessário controlar também a rinite. A falta de uma ferramenta que avaliasse simultaneamente o grau de controlo das duas patologias fez surgir o projeto CARAT®. Mais de 100 médicos e 350 doentes participaram ativamente no seu desenvolvimento.

É recomendado pelas Normas de Orientação Clínica da Direção Geral de Saúde.

COMO INTERPRETAR?

- **Pontuação total** - Mais do que 24 no somatório das 10 questões indica bom controlo global
- **Pontuações parciais** que indicam bom controlo:
 - Mais do que 8 no somatório das questões 1 a 4
 - 16 ou mais no somatório das questões 5 a 10

UTILIZAÇÃO

A utilização dos resultados deste questionário em decisões terapêuticas é da inteira responsabilidade do decisor.

O CARAT® é livre para utilização clínica e gratuito para fins não comerciais / marketing. É obrigatória a comunicação aos autores da sua utilização em qualquer iniciativa em que sejam agregados dados de diferentes pessoas. É proibida qualquer modificação (de formato, conteúdo ou suporte) não expressamente autorizada pelos autores.

mais informações em

www.caratnetwork.org
carat@med.up.pt