

# Escala de San Martín Versão Portuguesa

Avaliação da Qualidade de  
Vida de Pessoas com  
Dificuldades Significativas

Miguel Verdugo  
Laura Gomez  
Benito Arias  
Mónica Santamaría  
Ester Navallas  
Sónia Fernandez  
Irene Hierro

**Tradução e Adaptação**

Sofia Santos, António Rodrigo e Fernando Gomes

2016



**Dados da Pessoa Avaliada**Nome: Género: Feminino  Masculino Nacionalidade: Morada: Distrito de Residência: Diagnóstico:  Ano do Diagnóstico: Valor QI:  Comportamento Adaptativo: Nível de Apoios: Extensivo  Permanente Nível de Dependência: Moderada  Severa  Total 

Outras Comorbilidades (assinalar todas as que se aplicam):

Sem Outro tipo de Perturbação Deficiência Motora: Limitações Motoras dos Membros Superiores Limitações Motoras dos Membros Inferiores Deficiência Sensorial: Deficiência Visual/cegueira Deficiência Auditiva/surdez Paralisia Cerebral Epilepsia Trissomia 21 Perturbação do Espectro do Autismo  Dificuldades de Aprendizagem Saúde Mental Dificuldades Comunicação/Linguagem Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção 

Condições Crónicas de Saúde:

Outras: Medicação: Sim  Não  Qual: 

Tipo de Medicação (assinalar as opções aplicáveis):

 Antidepressivos Ansiolíticos Estabilizadores de Húmor Neuroléticos/Anti-psicóticos Estimulantes Anti-epiléticos(Anti-convulsivos)

Razões para a medicação:

**DADOS DO RESPONDENTE**

Nome:

Género: Feminino  Masculino  Idade:  anos e  meses

Nacionalidade:  Contacto (email):

**Relação com a pessoa avaliada:**

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Pai/Mãe           | <input type="checkbox"/> Irmão/Irmã           |
| <input type="checkbox"/> Outros Familiares | <input type="checkbox"/> Tutor/Guardião Legal |
| <input type="checkbox"/> Técnicos          | <input type="checkbox"/> Auxiliares/Monitores |

**Profissão/Cargo:**

- |  |  |  |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Psicólogo             | <input type="checkbox"/> Psicomotricista/TSEER | <input type="checkbox"/> Terapeuta da Fala |
| <input type="checkbox"/> Terapeuta Ocupacional | <input type="checkbox"/> Professor             | <input type="checkbox"/> Gestor do Caso    |
| <input type="checkbox"/> Assistente Social     | <input type="checkbox"/> Médico Assistente     | <input type="checkbox"/> Enfermeiro        |

Outros:

Instituição que providencia Apoio:

Tempo que conhece a pessoa:  anos  meses

**Frequência de contacto com a pessoa**

- Várias vezes/sem  1x/sem  1 de 2 em 2 sem  1x/mês

Contextos de Observação/Contacto:  casa  instituição  escola  comunidade

Outro:

**OUTROS RESPONDENTES:**

**Relação com a Pessoa Avaliada:**

<input type="text"/>
<input type="text"/>
<input type="text"/>

**INSTRUÇÕES:**

Em seguida, vai ser apresentado um conjunto de afirmações relativas à qualidade de vida da pessoa que se pretende avaliar. Por favor selecione, a opção que **melhor** descreve a pessoa em questão. Não se esqueça de **responder a todos** os itens.

**CHAVE DE RESPOSTA:**

“N” = Nunca

“A” = Algumas Vezes

“F” = Frequentemente

“S” = Sempre

<b>AUTO-DETERMINAÇÃO</b>		<b>N</b>	<b>A</b>	<b>F</b>	<b>S</b>
1	Os prestadores de cuidados têm em conta as escolhas e preferências da pessoa	1	2	3	4
2	A pessoa participa na elaboração do seu plano individual de apoios	1	2	3	4
3	Os prestadores de cuidados da instituição respeitam as decisões da pessoa	1	2	3	4
4	A pessoa escolhe como passar o seu tempo livre	1	2	3	4
5	São tomadas medidas específicas para que a pessoa possa influenciar o seu envolvimento (i.e., físico, material, social)	1	2	3	4
6	São tomadas medidas específicas que permitam a tomada de decisões pela pessoa	1	2	3	4
7	A pessoa pode negar fazer atividade(s) irrelevante(s) para a sua saúde (i.e., participar em atividade lúdicas, ir para a cama a determinada hora, vestir a roupa que outros escolhem)	1	2	3	4
8	Caso existam alternativas, a pessoa tem oportunidade de escolher o que quer comer à refeição (prato principal, sopa, sobremesa)	1	2	3	4
9	A pessoa decora o seu quarto ao seu gosto	1	2	3	4
10	São proporcionados apoios que têm em conta as necessidades, desejos e preferências da pessoa (e.g., as pessoas que prestam apoios, estar sozinho ou em grupo, os lugares que frequenta, tempo, rotinas diárias)	1	2	3	4
11	Considera-se cuidadosamente a decisão de concretizar uma ação se a pessoa a experienciou como desagradável (e.g., durante o cuidado pessoal, comida, atividades)	1	2	3	4
12	A pessoa tem um programa diário de atividades adequado às suas preferências	1	2	3	4
<b>Pontuação Bruta do Domínio de AutoDeterminação</b>					_____

**CHAVE DE RESPOSTA:**

“N” = Nunca

“A” = Algumas Vezes

“F” = Frequentemente

“S” = Sempre

<b>BEM-ESTAR EMOCIONAL</b>		<b>N</b>	<b>A</b>	<b>F</b>	<b>S</b>
<b>13</b>	Os prestadores de cuidados dispõem de uma lista de comportamentos observáveis que expressam os estados emocionais da pessoa (e.g., mapas, registos, etc.)	1	2	3	4
<b>14</b>	A pessoa é informada, com antecedência, sobre alterações dos prestadores de cuidados que lhes prestam apoios (e.g., alterações de turnos, férias, situações familiares, baixa médica, etc.)	1	2	3	4
<b>15</b>	Os prestadores de cuidados conhecem as expressões individuais de bem-estar emocional da pessoa	1	2	3	4
<b>16</b>	Os prestadores de cuidados conhecem as expressões individuais de angústia da pessoa	1	2	3	4
<b>17</b>	Os prestadores de cuidados conhecem como a pessoa expressa os seus desejos	1	2	3	4
<b>18</b>	Os prestadores de cuidados têm atenção às expressões faciais, olhares e direção do olhar, voz, tensão muscular, postura, movimento e reações fisiológicas da pessoa	1	2	3	4
<b>19</b>	Existe uma ficha pessoal onde consta o que a pessoa gosta, o que a tranquiliza, o que não suporta e como reage face a esse estímulo, que toda a equipa conhece e deve cumprir	1	2	3	4
<b>20</b>	As pessoas recebem orientações e conselhos específicos para ajudar a controlar os seus comportamentos	1	2	3	4
<b>21</b>	Os prestadores de cuidados têm formação na intervenção com pessoas com DID	1	2	3	4
<b>22</b>	Sempre que a pessoa precisa é-lhe dado carinho, afeto e contacto físico adequados	1	2	3	4
<b>23</b>	São tomadas medidas específicas para otimizar o ambiente em grupo	1	2	3	4
<b>24</b>	São tomadas medidas específicas para conseguir que o envolvimento da pessoa seja reconhecível e previsível (e.g., espaços, rotinas, prestadores de cuidados, atividades, etc.)	1	2	3	4
<b>Pontuação Bruta do Domínio Bem-Estar Emocional</b>					_____

**CHAVE DE RESPOSTA:**

“N” = Nunca

“A” = Algumas Vezes

“F” = Frequentemente

“S” = Sempre

<b>BEM-ESTAR FÍSICO</b>		<b>N</b>	<b>A</b>	<b>F</b>	<b>S</b>
25	A pessoa tem uma dieta adaptada às suas características e necessidades	1	2	3	4
26	A pessoa realiza atividades e exercícios físicos adequados às suas características e necessidades	1	2	3	4
27	A pessoa ingere quantidades de comida e líquidos aconselháveis para manter um bom estado de saúde	1	2	3	4
28	Existe um cuidado com a preparação e apresentação da comida que ingere (e.g., equilibrada, saborosa, variada, etc.)	1	2	3	4
29	Os prestadores de cuidados têm formação relativa às questões de saúde específicas da pessoa	1	2	3	4
30	A pessoa tem hábitos de higiene (e.g., dentes, cabelos, unhas, corpo) e vestuário (e.g., roupa adequada para a sua idade ou ocasião, etc.) adequados	1	2	3	4
31	A pessoa desloca-se em diferentes espaços (i.e., interiores e exteriores)	1	2	3	4
32	São tomadas medidas específicas para prevenir/tratar problemas decorrentes da existência de deficiência motora (e.g., espasticidade, rigidez, deformidades, etc.)	1	2	3	4
33	São tomadas medidas específicas em relação à mobilidade da pessoa, para estimular a sua independência	1	2	3	4
34	São tomadas medidas específicas para prevenir ou tratar a dor	1	2	3	4
35	É dada especial atenção ao diagnóstico e tratamento das deficiências sensoriais que a pessoa possa ter	1	2	3	4
36	Os prestadores de cuidado oferecem guia e aconselhamento acerca da sexualidade da pessoa	1	2	3	4
<b>Pontuação Bruta do Domínio Bem-Estar Físico</b>					_____

**NOTA**

**ITEM 35:** Se a pessoa não apresenta uma deficiência sensorial, avalie se se procede à sua prevenção e monitorização.

**CHAVE DE RESPOSTA:**

“N” = Nunca

“A” = Algumas Vezes

“F” = Frequentemente

“S” = Sempre

<b>BEM-ESTAR MATERIAL</b>		<b>N</b>	<b>A</b>	<b>F</b>	<b>S</b>
37	Os bens da pessoa são substituídos ou reparados quando estão deteriorados	1	2	3	4
38	A instituição que a pessoa frequenta está adaptada às suas características (i.e., sensoriais, cognitivas, comportamentais, motoras)	1	2	3	4
39	A instituição toma medidas específicas para evitar riscos como golpes, quedas e fugas	1	2	3	4
40	A pessoa tem um espaço físico com os seu pertences e ao seu alcance na instituição que frequenta	1	2	3	4
41	As tecnologias de apoio que a pessoa necessita foram adaptadas de forma individual	1	2	3	4
42	Avalia-se o efeito das tecnologias de apoio no funcionamento e na conduta da pessoa	1	2	3	4
43	A pessoa dispõe das tecnologias de apoio de que necessita	1	2	3	4
44	Os prestadores de cuidados utilizam sistemas alternativos de comunicação de que a pessoa necessita	1	2	3	4
45	A pessoa dispõe das suas próprias formas de entretenimento (e.g., jogos, revistas, música, televisão, etc.)	1	2	3	4
46	A pessoa dispõe dos bens materiais de que necessita	1	2	3	4
47	São tomadas medidas específicas para adaptar o meio em que a pessoa vive às suas capacidades e limitações (i.e., sensoriais, cognitivas, comportamentais, motoras)	1	2	3	4
48	São tomadas medidas específicas para adaptar o meio em que a pessoa vive aos seus desejos e preferências	1	2	3	4
<b>Pontuação Bruta do Domínio Bem-Estar Material</b>					_____

**NOTA**

**ITEM 38 E 39:** a “instituição” é referente a qualquer estabelecimento onde a pessoa se encontra: centro de dia, CAO, escola, centros de tempos-livres, etc.

**ITEM 44:** em caso de a pessoa não necessitar, marque “sempre”

**CHAVE DE RESPOSTA:****“N” = Nunca****“A” = Algumas Vezes****“F” = Frequentemente****“S” = Sempre**

<b>DIREITOS</b>		<b>N</b>	<b>A</b>	<b>F</b>	<b>S</b>
<b>49</b>	Os prestadores de cuidados dispõem de formação específica sobre ética e respeito dos direitos das pessoas com dificuldades/deficiência	1	2	3	4
<b>50</b>	Os prestadores de cuidados tratam a pessoa com respeito (e.g., falam num tom adequado, não infantilizam, utilizam termos positivos, evitam comentários negativos em publico, evitam falar em frente à pessoa como se não estivesse presente, etc.)	1	2	3	4
<b>51</b>	No serviço que é prestado, os direitos da pessoa são respeitados (e.g., confidencialidade, informações sobre os seus direitos como usuários, etc.)	1	2	3	4
<b>52</b>	A pessoa conhece os seus direitos	1	2	3	4
<b>53</b>	Na instituição que providencia os serviços é respeitada a intimidade da pessoa (e.g., bater à porta e perguntar antes de entrar, fechar a porta quando é feita a higiene - casa-de-banho ou quando trocam a fralda, etc.)	1	2	3	4
<b>54</b>	Na instituição que providencia os serviços, a pessoa dispõe de um espaço onde pode estar sozinha, caso o deseje	1	2	3	4
<b>55</b>	A pessoa tem toda a sua documentação legal, subsídios e outras prestações a que tenha direito/previstas por lei em dia	1	2	3	4
<b>56</b>	São tomadas medidas específicas para respeitar a privacidade da pessoa (e.g., na relação com a sua sexualidade, informação confidencial, etc.)	1	2	3	4
<b>57</b>	A pessoa é tratada com respeito no espaço em que se insere	1	2	3	4
<b>58</b>	Na instituição que providencia os serviços, as posses e o direito à propriedade da pessoa é respeitado	1	2	3	4
<b>59</b>	Na instituição que providencia os serviços, os direitos da pessoa são respeitados	1	2	3	4
<b>60</b>	A instituição respeita a privacidade da informação (e.g. partilha de imagens, dados pessoais, etc.)	1	2	3	4
<b>Pontuação Bruta do Domínio de Direitos</b>					_____



**CHAVE DE RESPOSTA:****“N” = Nunca****“A” = Algumas Vezes****“F” = Frequentemente****“S” = Sempre**

<b>DESENVOLVIMENTO PESSOAL</b>		<b>N</b>	<b>A</b>	<b>F</b>	<b>S</b>
<b>61</b>	A pessoa tem um programa de atividades com coisas que gosta e que contribuem para o seu enriquecimento pessoal	1	2	3	4
<b>62</b>	As atividades que a pessoa realiza permitem a aprendizagem de novas habilidades	1	2	3	4
<b>63</b>	A pessoa aprende/é ensinada atividades/competências que lhe interessam	1	2	3	4
<b>64</b>	A pessoa aprende habilidades/competências que contribuem para a sua independência	1	2	3	4
<b>65</b>	Na instituição são proporcionadas instruções e modelos para a aprendizagem de novas habilidades, por parte da pessoa	1	2	3	4
<b>66</b>	Na instituição, a pessoa tem oportunidade para demonstrar as suas habilidades	1	2	3	4
<b>67</b>	A pessoa tem oportunidade de desenvolver atividades de forma autónoma	1	2	3	4
<b>68</b>	São tomadas medidas específicas para manter as capacidades e habilidades da pessoa	1	2	3	4
<b>69</b>	São tomadas medidas específicas para ensinar novas habilidades à pessoa	1	2	3	4
<b>70</b>	A pessoa é estimulada em diversas áreas (e.g., cognitiva, social, sensorial, emocional, motora)	1	2	3	4
<b>71</b>	A estimulação do desenvolvimento da pessoa respeita os seus ritmos e preferências pessoais (e.g., evitando a <i>sub</i> e <i>sobre</i> -estimulação)	1	2	3	4
<b>72</b>	A pessoa adquire novas habilidades ou experiências/vivências mediante a sua participação em atividades	1	2	3	4
<b>Pontuação Bruta do Domínio de Desenvolvimento Pessoal</b>					_____

**CHAVE DE RESPOSTA:****“N” = Nunca****“A” = Algumas Vezes****“F” = Frequentemente****“S” = Sempre**

<b>INCLUSÃO SOCIAL</b>		<b>N</b>	<b>A</b>	<b>F</b>	<b>S</b>
<b>73</b>	A pessoa tem oportunidade de conhecer outros locais diferentes do lugar onde vive (i.e., viajar, fazer excursões, roteiros turísticos, etc.)	1	2	3	4
<b>74</b>	A pessoa faz férias em ambientes inclusivos (e.g., hotel, turismo rural, praia, montanha, SPA, etc.)	1	2	3	4
<b>75</b>	A pessoa tem uma ficha com a informação dos seus apoios que todos os prestadores de cuidados conhecem e devem cumprir	1	2	3	4
<b>76</b>	A pessoa participa em atividades exteriores à instituição com outras pessoas fora do seu contexto de apoios	1	2	3	4
<b>77</b>	A pessoa participa em atividades inclusivas adequadas às suas condições motoras e cognitivas	1	2	3	4
<b>78</b>	A pessoa participa em atividades sociais do seu interesse	1	2	3	4
<b>79</b>	As atividades que a pessoa realiza têm em conta as instalações lúdicas e culturais da zona	1	2	3	4
<b>80</b>	São tomadas medidas específicas para oferecer tanta variedade quanto possível de atividades (e.g., atividades novas em função da preferência do sujeito)	1	2	3	4
<b>81</b>	A pessoa participa em atividades sociais fora da instituição que frequenta	1	2	3	4
<b>82</b>	São tomadas medidas específicas para potenciar a participação da pessoa na comunidade	1	2	3	4
<b>83</b>	A pessoa utiliza espaços comunitários (e.g., restaurantes, cafés, bibliotecas, piscina, cinemas, parques, praias, etc.)	1	2	3	4
<b>Pontuação Bruta do Domínio de Inclusão Social</b>					_____

**NOTA**

**ITEM 76:** O contexto de apoios pode incluir familiares, profissionais, voluntários, outros clientes do centro, amigos, etc.

**CHAVE DE RESPOSTA:**

"N" = Nunca

"A" = Algumas Vezes

"F" = Frequentemente

"S" = Sempre

<b>RELAÇÕES INTERPESSOAIS</b>		<b>N</b>	<b>A</b>	<b>F</b>	<b>S</b>
<b>84</b>	Os prestadores de cuidados conhecem e usam o sistema de comunicação que utiliza	1	2	3	4
<b>85</b>	A instituição onde se insere, identifica a melhor maneira de comunicar com a pessoa (i.e., visual, tátil, auditiva, olfativa, gustativa)	1	2	3	4
<b>86</b>	Na instituição são escolhidas atividades que facilitam a interação da pessoa com outros clientes/seus pares	1	2	3	4
<b>87</b>	A instituição proporciona informação relativa ao estilo interativo de comunicação da pessoa, quando esta conhece pessoas novas	1	2	3	4
<b>88</b>	A pessoa celebra acontecimentos importantes para si e para as pessoas significativas (e.g., aniversários, datas importantes)	1	2	3	4
<b>89</b>	A instituição planifica atividades ou apoios que permitem a interação social	1	2	3	4
<b>90</b>	Na interação com a pessoa, é-lhe dado tempo suficiente para responder	1	2	3	4
<b>91</b>	Quando exhibe um comportamento concreto, verifica-se de forma sistemática o seu significado	1	2	3	4
<b>92</b>	Os prestadores de cuidados verificam se a pessoa as entende corretamente, mediante a análise das suas reações	1	2	3	4
<b>93</b>	São tomadas medidas específicas para melhorar as habilidades de comunicação da pessoa	1	2	3	4
<b>94</b>	A pessoa tem oportunidade de conhecer outras, externas ao contexto de apoios	1	2	3	4
<b>95</b>	São tomadas medidas específicas para manter e alargar as redes sociais da pessoa	1	2	3	4
<b>Pontuação Bruta do Domínio de Relações Interpessoais</b>		_____			

**NOTA**

**ITEM 94:** O contexto de apoios pode incluir a família, profissionais, voluntários, pares, clientes do centro, amigos, etc.



<b>ESCALA DE SAN MARTÍN</b>			
<b>RESUMO DAS PONTUAÇÕES</b>			
1. Introduzir as pontuações brutas de cada uma das dimensões 2. Introduzir as pontuações padronizadas e os percentis 3. Introduzir o Índice de Qualidade de Vida e o percentil correspondente			
<b>DIMENSÕES</b>	<b>PONTUAÇÕES</b>	<b>VALOR MÉDIO</b>	<b>PERCENTIS</b>
<b>Auto-Determinação</b>			
<b>Bem-Estar Emocional</b>			
<b>Bem-Estar Físico</b>			
<b>Bem-Estar Material</b>			
<b>Direitos</b>			
<b>Desenvolvimento Pessoal</b>			
<b>Inclusão Social</b>			
<b>Relações Interpessoais</b>			
<b>Pontuação padronizada total (soma)</b>			
<b>Índice de Qualidade de Vida (Pontuação padronizada composta)</b>			
<b>Percentil do Índice de Qualidade de Vida</b>			

Não Responder

## PERFIL DE QUALIDADE DE VIDA

Faça um círculo à volta do **valor médio** de cada dimensão e do Índice de Qualidade de Vida. Depois, una os círculos das dimensões com uma linha para formar o perfil.

AD	BE	BF	BM	DI	DP	IS	RI	ÍNDICE DE QV	PERCENTIL
16-20	16-20	16-20	16-20	16-20	16-20	16-20	16-20	>128	99
15	15	15	15	15	15	15	15	122-128	95
14	14	14	14	14	14	14	14	118-121	90
13	13	13	13	13	13	13	13	114-117	85
								112-113	80
12	12	12	12	12	12	12	12	110-111	75
								108-109	70
11	11	11	11	11	11	11	11	106-107	65
								104-105	60
								101-103	55
10	10	10	10	10	10	10	10	100	50
								98-99	45
								96-97	40
9	9	9	9	9	9	9	9	94-95	35
								92-93	30
8	8	8	8	8	8	8	8	90-91	25
								86-89	20
7	7	7	7	7	7	7	7	83-85	15
6	6	6	6	6	6	6	6	79-82	10
5	5	5	5	5	5	5	5	71-78	5
1-4	1-4	1-4	1-4	1-4	1-4	1-4	1-4	<70	1