

PROTOCOLO SAD

Stress, Anxiety and Depression

Questionário para rastreio psicológico no contexto da seleção de conscritos.

Rio de Janeiro

2023

Questionário para rastreio psicológico no contexto da seleção de conscritos

A Psicologia militar pode ser descrita como o estudo do comportamento de militares que servem nas Forças Armadas. A Diretoria de Assistência ao Pessoal em Visita solicitou ao Centro de Psicologia Aplicada do Exército (CPAEx) um instrumento que permitisse um rastreio preliminar em relação a Saúde Mental do conscrito, de modo que a aplicação fosse realizada por um oficial de seleção treinado e não especializado em Saúde Mental, dada a demanda por um exame em um número elevado de candidatos em períodos de tempo curto e distribuídos ao longo do território nacional.

Este questionário para rastreio psicológico no contexto da seleção de conscritos foi desenvolvido pela equipe de psicólogos da Seção de Pesquisa e Laboratório de Psicologia militar do Centro de Psicologia Aplicada do Exército para inferir comportamentos que sugerem quadros de estresse, ansiedade e depressão.

A indicação de um candidato para o Serviço militar diz respeito a capacidade de adaptação do candidato ao treinamento militar, à cultura organizacional militar e o comportamento prospectivo em operações, sendo assim, este questionário poderá ser aplicado na seleção do conscrito com a finalidade de realizar um rastreio contribuindo para uma maior adaptabilidade a carreira militar.

UNIDADE: _____ Cidade: _____
 NOME: _____ IDADE: _____ ESCOLARIDADE: _____

Esse é um questionário com 40 (quarenta) frases sobre o seu comportamento no dia a dia. De acordo com a frequência com que cada comportamento acontece, marque um “X” nas colunas abaixo. Quanto mais frequente for o comportamento, maior será a pontuação que você vai marcar conforme o quadro abaixo.

Nº DE PONTOS	FREQUÊNCIA	
	0	Nada frequente
1	Pouco frequente	De 2 – 5 vezes
2	Moderadamente frequente	De 6 – 10 vezes
3	Frequente	De 11 – 20 vezes
4	Muito frequente	De 21 - 31 vezes

Nr.	Resposta referente ao seu comportamento, durante o último MÊS.	0	1	2	3	4
1.	Me sinto entediado.					
2.	Quando percebo estou tremendo.					
3.	Sinto que meu ar está faltando – sensação de asfixia.					
4.	Meu coração se acelera sem motivo.					
5.	Tenho suor excessivo.					
6.	Minhas mãos ficam frias e suadas.					
7.	Sinto enjoo (náusea).					
8.	Dou respostas precipitadas					
9.	Penso em deixar tudo para trás (a família, amigos)					
10.	Sinto um vazio.					
11.	Não planejo nada.					
12.	Brigo com as pessoas, mesmo sem motivo.					
13.	Estou sempre irritado.					
14.	Não sinto vontade de comer.					
15.	Tenho ataques de raiva.					
16.	Me corto ou me machuco para sentir alívio.					
17.	Sinto preocupação constante.					
18.	Eu me sinto confuso.					
19.	Tenho a sensação contínua de que algo de ruim pode acontecer.					
20.	Tenho dificuldade para dormir (insônia).					
21.	Tenho pouco prazer de fazer as coisas que sempre gostei.					
22.	Me sinto para baixo, sem esperança.					
23.	Gosto pouco de mim.					
24.	Tenho pouca energia.					
25.	Sinto-me mal comigo mesmo, um fracasso.					
26.	Tenho dificuldade para me concentrar.					
27.	A vida não faz muito sentido.					
28.	Sinto vontade de sumir.					
29.	Penso em deixar tudo para trás (a família, amigos e a namorada).					
30.	Já pensei que morrer solucionaria meus problemas.					
31.	Percebo minhas ideias como inúteis e desagradáveis.					
32.	Choro com frequência.					
33.	Sinto a vontade de me isolar, não quero participar de festas ou atividades em grupo.					
34.	Costumo ficar sozinho.					
35.	Aumentei o consumo de bebida alcoólica.					
36.	Sinto aperto no peito.					
37.	Acordo de madrugada e não consigo mais dormir.					
38.	Tive perda excessiva ou ganho de peso.					
39.	Acho que a vida não vale a pena ou não vale a pena estar vivo.					
40.	Reclamo da vida e acredito que ela está longe de ser a que gostaria.					
SOMA DE PONTOS						
TOTAL DE PONTOS						

PARA O EXAMINADOR

Em cada afirmativa do instrumento é necessário observar a coluna onde foi assinalado o X. Cada coluna corresponde a uma pontuação específica que se encontra no topo da tabela (0, 1, 2, 3 e 4 pontos). Os pontos de cada pergunta deverão ser multiplicados pela pontuação correspondente e posteriormente, somados.

Exemplo:

Nr	Resposta referente ao seu comportamento, durante o último MÊS.	0	1	2	3	4
1.	Me sinto entediado.		x			
2.	Quando percebo estou tremendo.				x	
3.	Sinto que meu ar está faltando – sensação de asfixia.				x	
		0	1	0	6	0
Total Geral						7

Para a correção: 1 “X” assinalado na coluna com pontuação 1 = 1

2 “X” assinalados na coluna com pontuação 3 = (2x3) = 6

Total de pontos: 6 + 1 = 7

Identifique na tabela abaixo a orientação adequada para cada conscrito/candidato.

Interpretação da Pontuação			
0 a 40	41 a 80	81 a 120	121 a 160
<p>Candidato sem indícios de desordem psicológica e/ou psiquiátrica</p> <p>Ações 1- Encaminhe para uma entrevista de orientação no qual o candidato é informado sobre as perspectivas de carreira e os próximos passos da seleção e 2- Prossiga com o processo de seleção.</p>	<p>Candidato com indícios moderados de sintomatologia psicológica/ psiquiátrica</p> <p>Ação - Encaminhe para militar de Saúde Mental (psiquiatra e/ou psicólogo) para avaliação mais criteriosa e posterior decisão.</p>	<p>Candidato com indícios graves de sintomatologia psicológica. Candidato NÃO RECOMENDADO para servir no Exército Brasileiro</p> <p>Ação - Oriente a busca por auxílio especializado no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) ou Centro de Referência Especializada de Assistência Social (CREAS) de sua cidade.</p>	<p>Candidato com indícios muito graves de sintomatologia psicológica. Candidato NÃO RECOMENDADO para servir no Exército Brasileiro</p> <p>Ação - Oriente a busca por auxílio especializado no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) ou Centro de Referência Especializada de Assistência Social (CREAS) de sua cidade.</p>

Limitações

Este protocolo apresenta algumas limitações que devem ser consideradas. O protocolo para avaliar a aptidão psicológica não foi testado quanto à validade e confiabilidade. Assim, seus resultados podem estar enviesados. A idade, o sexo que participaram do estudo são representativos apenas para os candidatos a soldados, de modo que a generalização da aplicação desse instrumento é limitada.

O modelo foi desenvolvido e revisado com uma amostra reduzida, posteriormente alguns itens foram reposicionados. Por se tratar de uma amostra não aleatória, estudos confirmatórios precisam ser realizados para verificação do modelo. O CPAEx indica estudos mais robustos, com uma amostra aleatória representativa para responder a esse questionário são necessários.

Conclusão

O CPAEx contribuiu para o desenvolvimento de um instrumento de triagem em relação a Saúde mental de candidatos ao Serviço Militar. O escopo deste protocolo está restrito apenas ao exame preliminar de aptidão ao Serviço Militar de candidatos a soldados. Não se constitui uma avaliação psicológica, não possui fins diagnósticos e nem tampouco de tratamento psicológico e/ou psiquiátrico.

A especificidade deste questionário permite a oficiais de seleção rastrear candidatos com desordens psicológicas patentes (moderadas e graves), além de diferenciar os candidatos aptos e inaptos ao serviço militar. Como o preenchimento desses questionários leva aproximadamente 20 minutos, o instrumento de triagem, candidatos com níveis presumivelmente baixos de aptidão precisam ser encaminhados para a Rede de Saúde Mental. Recomenda-se que candidatos com níveis moderados de aptidão sejam encaminhados para exames adicionais com profissionais especializados (psicólogos/psiquiatras).

Estudos estatísticos são necessários para melhorar o poder preditivo do protocolo, em outras palavras a validade preditiva refere-se a capacidade de um instrumento avaliar com que se propõe. Revisões periódicas são relevantes, para que se possa ofertar um produto mais efetivo para o Exército Brasileiro.

O CPAEx afirma que a melhoria do sistema de avaliação tem sido a preocupação do Centro de modo específico e se sente honrado de participar desse projeto em parceria com a DAP visando aprimorar a especificidade da seleção, bem como contribuir com a Dimensão Humana da Força.

Referências

- NIH. *Depression*. Disponível em: <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/depression/index.shtml>>. Acesso em 25 ago 2020.
- MELROSE, S (2015). *Seasonal Affective Disorder: An Overview of Assessment and Treatment Approaches*. Depression Research and Treatment. Vol.15. 1-6.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (2020). *What Is Depression?*. Disponível em: <https://www.psychiatry.org/patients-families/depression/what-is-depression>.



Contatos:

E-mail: cpaexcomsoc@gmail.com

Telefone: (21) 3223-5056 / RITEx 810-7298

Endereço: Praça Almirante Júlio de Noronha, S/N

CEP: 22010-020 - Leme/Rio de Janeiro-RJ