Você já mediu seu cansaço?

Responda ao questionário abaixo considerando como de fato está se sentindo nos últimos 7 dias e, ao final, some a pontuação conforme orientação.

Questionário

Nome: _____

Data: ___/___/___

	Nenhum pouco	Um pouco	Mais ou menos	Muito	Muitíssimo
Sinto-me fatigado(a)	0	1	2	3	4
Sinto fraqueza generalizada	0	1	2	3	4
Sinto-me sem forças	0	1	2	3	4
Sinto-me cansado(a)	0	1	2	3	4
Tenho dificuldade em começar as coisas por cansaço	0	1	2	3	4
Tenho dificuldade em terminar as coisas por cansaço	0	1	2	3	4
Tenho energia	0	1	2	3	4
Sou capaz de fazer as minhas atividades normais	0	1	2	3	4
Preciso dormir durante o dia	0	1	2	3	4
Estou cansado(a) demais para comer	0	1	2	3	4
Preciso de ajuda para as minhas atividades normais	0	1	2	3	4
Estou frustrado(a) por estar cansado(a) demais para fazer as coisas que quero	0	1	2	3	4
Tenho de limitar a minha vida social por estar cansado(a)	0	1	2	3	4

1. **Somar as colunas verdes: (apenas as assinaladas por você)** ○ + ○ + ○ + ○ + ○ = □
2. **Subtrair 44 da somatória das colunas verdes:** 44 − □ = ●
3. **Somar as colunas corais: (apenas as assinaladas por você)** ○ + ○ + ○ + ○ + ○ = ○
4. **Somar o resultado 2 e 3 e obterá o resultado final:** **Total:** ● + ○ = □

Material destinado a público leigo. 2025© – Direitos Reservados – Novartis Biociências S/A. Proibida a reprodução total ou parcial sem a autorização do titular. Material produzido em abril/2025.

BR-33995

Compartilhe os resultados com o seu médico!

A pontuação 43 representa a média da população saudável.[*1]

Adaptado de Cella D et al. J Patient Rep Outcomes. 2023 Jul 5;7(1):63.

1. Cella D et al. Cancer. 2002 Jan 15;94(2):528-38

NOVARTIS

Novartis Biociências S.A.
Setor Farma - Av. Prof. Vicente Rao, 90
São Paulo, SP - CEP 04636-000
www.novartis.com.br
www.saude.novartis.com.br

SIC - Serviço de Informação ao Cliente
0800 888 3003
sic.novartis@novartis.com