

## **Medida Internacional de Exposição ao Trauma (ITEM)**

**Resumo:** A Medida Internacional de exposição ao Trauma é uma nova escala desenvolvida para registar eventos de vida traumáticos e as suas características de acordo com a definição de evento traumático da 11<sup>a</sup> versão da Classificação Internacional de Doenças.

A ITEM mede a exposição a diferentes eventos de vida traumáticos ao longo de diferentes fases de desenvolvimento (infância, adolescência e idade adulta); a frequência de exposição ao evento traumático mais angustiante para o indivíduo; e a principal emoção associada a esse evento traumático mais angustiante. A ITEM está disponível para as comunidades clínicas e de investigação e pode ser usada sem autorização.

Rocha, J., Moreira, A., Corvacho, M. e Facão, R. (2021) Versão Portuguesa da Medida Internacional de Exposição ao Trauma.

### Medida Internacional de Exposição ao Trauma

**Instruções:** Queremos saber se experienciou algum dos eventos traumáticos seguintes ao longo de diferentes períodos da sua vida.

Por favor, leia as descrições de eventos traumáticos com atenção e diga-nos se experienciou algum deles ao longo da sua infância, adolescência ou idade adulta.

	Isto aconteceu-me...		
	Infância (até aos 12 anos)	Adolescência (entre os 13 e os 18 anos)	Idade adulta (depois dos 18 anos)
1. Foi diagnosticado/a com uma doença possivelmente mortal.			
2. Alguém próximo de si morreu de um modo terrível.			
3. Alguém que lhe era próximo/a foi diagnosticado/a com uma doença possivelmente mortal ou teve um acidente que pôs em causa a vida.			
4. Alguém ameaçou a sua vida com uma arma (faca, arma de fogo, bomba, etc.).			
5. Foi fisicamente agredido/a (esmurrado/a, pontapeado/a, esbofetado/a, assaltado/a, etc.) <b>pelo seu pai, sua mãe ou cuidador.</b>			
6. Foi fisicamente agredido/a (esmurrado/a, pontapeado/a, esbofetado/a, assaltado/a, etc.) por alguém <b>que não era seu pai, sua mãe ou cuidador.</b>			
7. Foi sexualmente agredido/a (penetração anal, vaginal ou oral ou qualquer contacto com os genitais) <b>pelo seu pai, sua mãe ou cuidador.</b>			
8. Foi sexualmente agredido/a (penetração anal, vaginal ou oral ou qualquer contacto com os genitais) por alguém <b>que não era seu pai ou cuidador.</b>			
9. Foi sexualmente assediado/a (comentários ou comportamentos sexuais indesejados).			

10. Foi exposto/a a guerra ou combate (como soldado ou como civil)			
11. Esteve em cativeiro e/ou foi torturado.			
12. Causou sofrimento extremo ou a morte de outra pessoa.			
13. Testemunhou o sofrimento extremo ou a morte de outra pessoa.			
14. Esteve envolvido/a num acidente (ex.: transportes, trabalho, casa, lazer) no qual a sua vida esteve em perigo.			
15. Foi exposto/a a um desastre natural (ex.: furacão, <i>tsunami</i> , tremor de terra) durante o qual a sua vida esteve em perigo.			
16. Foi exposto/a a um desastre provocado pelo Homem (ex.: ataque terrorista, derramamento químico, tiroteio público) no qual a sua vida esteve em perigo.			
17. Alguém já o/a perseguiu persistentemente.			
18. Foi repetidamente alvo de <i>bullying</i> ( <i>online</i> ou <i>offline</i> ).			
19. Foi humilhado/a, rebaixado/a ou insultado/a por outra pessoa.			
20. Fizeram-no/a sentir não-amado/a, indesejado/a ou sem valor.			
21. Foi negligenciado/a, ignorado/a, rejeitado/a ou isolado/a.			
22. Outro evento que não conste na lista (por favor especifique)  -----			

1. Por favor identifique qual o evento traumático mais angustiante para si, indicando o número que corresponde a esse evento a partir da lista acima: \_\_\_\_\_

2. Se experienciou este evento mais do que uma vez, por favor indique aproximadamente quantas vezes o experienciou: \_\_\_\_\_

3. Há quanto tempo ocorreu este evento?

- Há menos de um mês.
- Entre há 1-6 meses atrás.
- Entre há 6-12 meses atrás.
- Entre há 1-5 anos atrás.
- Entre há 6-10 anos atrás.
- Há mais de 10 anos.

4. Qual é a principal emoção que associa a este evento?

- Medo
- Raiva
- Nojo
- Tristeza
- Vergonha
- Culpa
- Nenhuma

**Instruções de cotação:** A ITEM pode ser cotada de várias maneiras diferentes dependendo dos objetivos da utilização.

- ✓ O resultado total para o número de diferentes eventos traumáticos durante a infância pode ser obtido através da soma de todos os eventos que ocorreram “até aos 12 anos de idade”.
- ✓ O resultado total para o número de diferentes eventos traumáticos durante a adolescência pode ser obtido através da soma de todos os eventos que ocorreram “entre os 13 e os 18 anos de idade”.
- ✓ O resultado total para o número de diferentes eventos traumáticos durante a idade adulta pode ser obtido através da soma de todos os eventos que ocorreram “depois dos 18 anos de idade”.
  
- ✓ A exposição a um evento específico ao longo da vida é indicada se uma pessoa experienciou esse evento em qualquer fase de desenvolvimento.
- ✓ O resultado total para o número total de eventos traumáticos ao longo da vida pode ser obtido através da soma de todos os eventos que ocorreram durante qualquer fase de desenvolvimento.
  
- ✓ A exposição traumática durante a vida é indicada se qualquer evento (ITEM1 – ITEM2) em qualquer fase do desenvolvimento é assinalada.