

Assessment of Life Habit

General Long Form

242 items

■ Translation in Portuguese

SPECIMEN



Medida de Avaliação de Hábitos de Vida

(LIFE-H 3.0)

Versão Completa



Desenvolvido por

Patrick Fougeyrollas
Luc Noreau

Em colaboração com

Monique Beaulieu Céline Lepage Ginette St Michel
Sylvie-Anne Dion Marc Sévigny

Versão Portuguesa: Agosto 2008

Tradução para Português por
Joaquim Alvarelhão

Em colaboração com
Ana Luísa Gonçalves

English Original Version
Edition June 2003

Versão original em inglês
Edição de junho de 2003

RIPPH/INDCP
525, boul. Wilfrid-Hamel Est, local A-08
Québec (Québec)
Canada G1M 2S8

E-mail : ripph@irdpq.qc.ca

© INDCP, 1999 – All rights reserved

Legal deposit, 2004
Bibliothèque nationale du Québec
National Library of Canada
ISBN 2-922213-27-7 (Versão original em inglês)

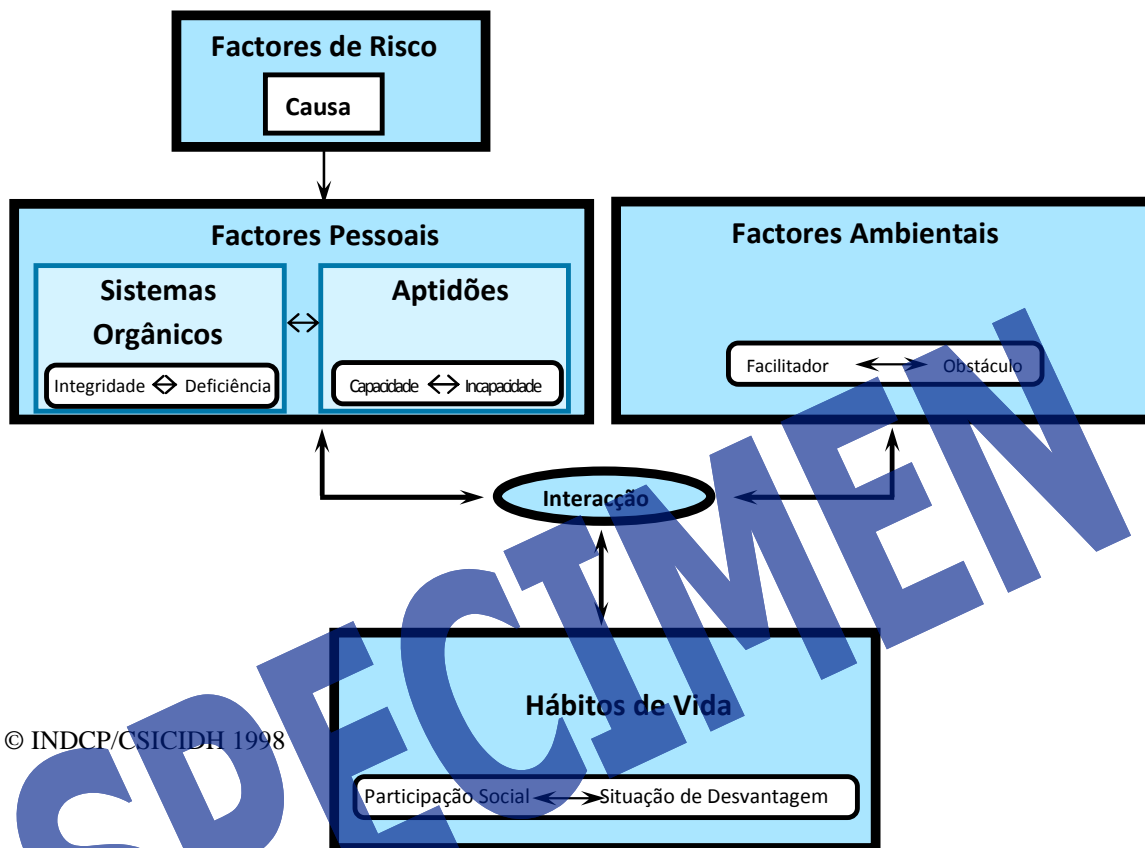
SPECIMEN

Índice

O Processo de Produção de Incapacidade: O Modelo de Referência	4
Instruções para os respondentes.....	5
Questões e Formato do Questionário.....	6
Níveis de Realização.....	7
Tipo de Ajuda Requerida.....	8
Exemplos de Realização de Alguns Hábitos de Vida.....	9
Nível de Satisfação	12
Identificação da Pessoa.....	13
Questionário	14
Comentários.....	28
Sumário de Resultados.....	29

SPECIMEN

O Processo de Produção de Incapacidade: O Modelo de Referência



Este modelo, conhecido como PPI, permite identificar e explicar as causas e consequências da doença, trauma e alterações no desenvolvimento de uma pessoa.

O PPI demonstra que a realização dos hábitos de vida não é apenas o resultado da identidade, das escolhas e das deficiências dos órgãos do corpo da pessoa, mas também das características do meio ambiente onde são realizados.

Assim, a realização dos hábitos de vida pode não só ser influenciado pelo reforço das aptidões e da compensação de incapacidades através da reabilitação, mas também através da redução dos obstáculos prejudiciais, sejam eles relacionados com a falta de ajuda, com a falta de recursos, ou com a ausência de acessibilidades no interior da casa ou escola.

Portanto, medir a realização de hábitos de vida envolve a identificação do resultado da interação entre a pessoa e o seu ambiente. Estaremos a referir-nos à qualidade da participação social da pessoas ou à intensidade das situações de desvantagem experimentadas pela pessoa.

O PPI é por conseguinte um modelo positivo, que não coloca a responsabilidade da desvantagem sobre a pessoa.

Instruções para os Respondentes

Leia, por favor, com muita atenção estas instruções. Estas irão familiarizá-lo com o questionário de forma a responder com maior facilidade.

De uma forma geral, este questionário tem como objectivo obter informação sobre um grupo de hábitos de vida que as pessoas realizam no seu meio ambiente (casa, trabalho, escola e vizinhança).

Hábitos de Vida são *actividades correntes* (comer refeições, comunicar com outros, deslocar-se) e *papéis sociais* (trabalhar, estudar) que asseguram a sobrevivência e o bem-estar duma pessoa em sociedade ao longo do ciclo de vida. A realização de hábitos de vida depende da idade da pessoa, das expectativas do meio ambiente e de factores culturais.

É solicitado aos respondentes que indiquem como, geralmente realizam cada hábito de vida no dia-a-dia. **O propósito do questionário é determinar a forma corrente de realização dos hábitos de vida.** Em complemento, é solicitado que indiquem o nível de satisfação com que realizam cada hábito de vida.

SPECIMEN

Nota para os respondentes

Por favor, responda livremente ao questionário, de acordo com a sua própria percepção; não existem respostas certas ou erradas. Se sentir que não está confortável a responder a algum dos itens, esteja à vontade para passar para a questão seguinte.

Questões e Formato do Questionário

Existem duas (2) questões para cada hábito de vida.

Questão 1

determina, para cada hábito de vida da pessoa,

A O nível de realização,

e

B O tipo de ajuda requerida para a sua realização.

Note que as respostas às sub-questões (A e B) estão interrelacionadas.

Esta é a escala intervalar que irá encontrar no topo de cada página do questionário.

Responda às duas questões seguintes (assinale a quadrícula apropriada).

- 1 Para cada um dos hábitos de vida seguintes, indique
- A. Como, geralmente, a pessoa o realiza, e
- B. O tipo de ajuda requerida para a sua realização.

- 2 Para cada um dos hábitos de vida seguintes indique o nível de satisfação com que é realizado.

Nota: As respostas devem reflectir a forma habitual de realizar os hábitos de vida.

Questão 1					Questão 2								
A Nível de Realização (Assinale apenas 1)			B Tipo de Ajuda (Assinale 1 ou mais, conforme necessário)		Nível de Satisfação (Assinale apenas 1)								
Sem dificuldade	Com dificuldade	Realizada por substituição	Não realizada	Não aplicável	Sem ajuda	Ajuda técnica	Adaptação	Ajuda Humana	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Mais ou menos satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito

Níveis de Realização

Questão 1-A

Para cada um dos hábitos de vida seguintes, indique de que forma a pessoa habitualmente o realiza.

Para esta sub-questão, por favor assinale **apenas um nível de realização** para cada hábito de vida. As descrições seguintes explicam como cada nível de realização é definido.

Sem dificuldade

A pessoa realize o hábito de vida facilmente ou com pouca dificuldade mesmo se, for o caso, necessitar de adaptação *, ajuda técnica * ou ajuda humana *.

Com dificuldade

A pessoa realize o hábito de vida com dificuldade (desconforto, muito esforço, etc.) mesmo se, for o caso, necessitar de uma ajuda técnica, adaptação ou ajuda humana.

Realizado por substituição

A pessoa não pode participar activamente na realização do hábito de vida devido a severa incapacidade ou devido a grandes obstáculos. Como este hábito de vida é **essencial** na maioria dos casos (pe, lavar-se, vestir-se, mover-se) é **inteiramente realizado por outra pessoa**.

Não realizado

A pessoa não realiza o hábito de vida porque,

- 1) A incapacidade é muito severa,
- 2) Os obstáculos são muito grandes, ou
- 3) Existe falta de ajuda.

Como este hábito de vida **não é essencial** na maioria dos casos (pe, manter um emprego, ir ao cinema), não pode ser realizado por outra pessoa.

Não aplicável

Este hábito de vida não faz parte das actividades diárias da pessoa:

- 1) Nunca foi realizado ou porque não é necessário realizá-lo (por exemplo, viajar de avião, planejar uma mudança de casa, utilizar transporte público),
- 2) Devido à idade ou sexo (por exemplo, para uma criança, planejar um orçamento),
- 3) Devido ao meio ambiente (por exemplo, utilizar uma varanda ou pátio quando não existem), ou
- 4) Devido a escolhas pessoais, familiares ou sócio-culturais (por exemplo, tirar um curso se a pessoa não está a estudar, participar em actividades artísticas: música, pintura, dança, etc.).

* As definições destes termos podem ser encontradas na página seguinte.

Tipo de Ajuda Requerida

Questão 1-B

Para cada um dos hábitos de vida seguintes, indique de que forma a pessoa habitualmente o realiza.

Pode assinalar mais do que uma quadrícula (sob **Tipo de Ajuda**) se todas corresponderem à forma como a pessoa realiza o hábito de vida. Aqui estão descritas as definições de cada tipo de ajuda:

Sem ajuda

A pessoa realiza o hábito de vida sozinha, sem ajuda técnica, adaptação ou ajuda humana. Nesta situação, **nenhuma outra quadrícula deverá ser assinalada.**

Ajuda técnica

Qualquer suporte (não humano) utilizado para ajudar na realização dos hábitos de vida, como uma cadeira de rodas, uma ajuda visual, um aparelho auditivo, um assento para o banho, medicação ou outro acessório. Geralmente, **a pessoa pode transportar consigo a ajuda técnica.**

Adaptação

Qualquer modificação ao meio ambiente ou à tarefa para facilitar a realização do hábito de vida, como uma rampa de acesso, o alargamento de uma porta, modificações da iluminação, adaptação da tarefa, modificação do hábito de vida, **ou do tempo previsto para a sua realização (ter mais tempo para o completar).** Geralmente, **a pessoa não pode transportar consigo as adaptações físicas.**

Ajuda Humana

Esta ajuda é definida como qualquer pessoa que apoia na realização do hábito de vida, incluindo membros da família, amigos, pessoal médico, etc. Inclui ajuda física ou supervisão, pistas verbais, encorajamento, etc. Esta ajuda tem que ser necessária devido **à incapacidade da pessoa ou devido aos obstáculos ambientais.**

Nota

A quadrícula **Ajuda técnica** deverá ser assinalada apenas se a realização do hábito de vida necessitar da sua utilização (por exemplo, cadeira de rodas para mover-se, aparelho auditivo para comunicar).

Exemplos de Realização de Alguns Hábitos de Vida

	Sem dificuldade	Com dificuldade	Realizada por substituição	Não realizada	Não aplicável	Sem ajuda	Ajuda técnica	Adaptação	Ajuda Humana	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Mais ou menos satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito
Preparar uma refeição Se a pessoa facilmente realize este hábito de vida, assinale a quadrícula Sem dificuldade .	√													
Se é difícil para a pessoa preparar uma refeição, assinale a quadrícula Com dificuldade .		√												
Se a pessoa não participa activamente na realização do hábito de vida “Preparar uma refeição”, porque a incapacidade é severa ou os obstáculos são grandes, assinale a quadrícula Realizado por substituição .			√											
Se a pessoa não pode preparar a refeição porque a incapacidade é severa ou os obstáculos são grandes assinale a quadrícula Não realizado .				√										
Se a pessoa não é usualmente responsável pela preparação de refeições por escolha pessoal (e não devido a incapacidade ou obstáculos) este hábito de vida não faz parte das suas actividades diárias e deverá ser assinalada a quadrícula Não aplicável .					√									
Se a pessoa realiza, geralmente, este hábito de vida sozinha, assinale a quadrícula Sem ajuda . O hábito de vida pode ser realizado sem ajuda mesmo que tenha assinalado Com dificuldade na escala de níveis de realização.		√				√								
Se a pessoa utilize aparelhos especiais (pinças, ortóteses, abre-tampas, etc.) para preparar uma refeição, assinale a quadrícula Ajuda técnica .							√							
Se a pessoa necessita de mais tempo para realizar ao hábito de vida, assinale a quadrícula Adaptação .								√						
Se a pessoa é ajudada por outra devido à sua incapacidade ou porque a cozinha não está adaptada para a preparação da refeição, assinale a quadrícula Ajuda Humana .									√					

Exemplos de Realização de Alguns Hábitos de Vida (continuação)

	Sem dificuldade	Com dificuldade	Realizada por substituição	Não realizada	Não aplicável	Sem ajuda	Ajuda técnica	Adaptação	Ajuda Humana	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Mais ou menos satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito
<p>Tomar banho ou duche</p> <p>Se a pessoa utilize um assento no duche para realizar este hábito de vida assinale a quadrícula Ajuda técnica. Se a pessoa necessita de ajuda para realizar este hábito de vida, assinale também a quadrícula Ajuda Humana. Similarmente, se a casa de banho for adaptada, assinale a quadrícula Adaptação.</p>							√		√					
<p>Entrar e sair da sua residência</p> <p>Entrar e mover-se nos equipamentos de recreação da sua vizinhança</p> <p>Se a pessoa se desloca numa cadeira de rodas e deseja aceder a um edifício e não o faz (sem rampa de acesso ou elevador), assinale a quadrícula Não realizado. Isto significa que o hábito de vida não é realizado devido a um grande obstáculo ou devido a falta de ajuda.</p>				√										
<p>Se a pessoa utiliza uma rampa de acesso para realizar este hábito de vida, assinale a quadrícula Adaptação.</p>								√						
<p>Usar um telefone (em casa ou num lugar familiar)</p> <p>Se a pessoa utiliza um aparelho auditivo para realizar uma chamada telefónica, assinale a quadrícula Ajuda técnica.</p>							√							

Exemplos de Realização de Alguns Hábitos de Vida (continuação)

	Sem dificuldade	Com dificuldade	Realizada por substituição	Não realizada	Não aplicável	Sem ajuda	Ajuda técnica	Adaptação	Ajuda Humana	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Mais ou menos satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito
<p>Usar um computador Se a pessoa utilize uma ajuda visual (sistema telescópico, suporte à leitura, ponteiro do rato ampliado, software de ampliação de caracteres, etc.) assinale a quadrícula Ajuda técnica. Se a pessoa necessita de mais tempo para realizar a tarefa, assinale a quadrícula Adaptação. Se a pessoa necessita de pistas verbais ou encorajamento para realizar este hábito de vida, que outras da mesma idade desempenham sozinhas, assinale a quadrícula Ajuda Humana.</p>							✓	✓	✓					
<p>Comunicação Escrita (escrever uma carta, escrever uma mensagem, etc.) Se a pessoa demora mais tempo a realizar este hábito de vida assinale a quadrícula Adaptação.</p>								✓						

Para alguns hábitos de vida, as quadrículas **Realizado por substituição**, **Não realizado**, e **Não aplicável** não deverão ser assinaladas (por exemplo, adormecer e dormir apropriadamente, acordar) porque estes hábitos de vida são essenciais à sobrevivência.

Nota

Para alguns hábitos de vida incluídos no questionário, conteúdos específicos foram colocados entre parêntesis a título exemplificativo, não incluindo todas as actividades relacionadas com esses hábitos de vida. Além disso, certos hábitos de vida poderão não corresponder ao estilo de vida ou às características da pessoa. Nestes casos a quadrícula **Não aplicável** deverá ser assinalada dado que não existe obrigação de realização de todos os hábitos de vida, mas apenas aqueles que são relevantes para a pessoa.

Nível de Satisfação

Questão 2

Para cada um dos hábitos de vida seguintes, indique o nível de satisfação com que é realizado.

Esta segunda questão relaciona-se com a avaliação do nível de realização dos hábitos de vida. Responda livremente baseado na sua realidade diária e na sua experiência de vida. A avaliação refere-se à apreciação do respondente identificado na página seguinte (questão #7). Quando o respondente é a pessoa em avaliação, esta questão diz respeito à sua própria apreciação da realização do hábito de vida.

O nível de satisfação **Mais ou menos satisfeito** significa que em certas situações ou em certos dias está satisfeito e que noutras não está satisfeito com o nível de realização.

Cada nível de satisfação dos hábitos de vida é apenas um indicador, principalmente para decidir da relevância de uma intervenção na modificação de um hábito de vida.

Actualmente, este instrumento não inclui a integração do nível de satisfação nos resultados normalizados da realização dos hábitos de vida.

SPECIMEN

Identificação

1 Nome:

2 Data de nascimento: DD MM AAAA
/ /

3 Sexo: Feminino Masculino

4 Data de avaliação: DD MM AAAA
/ /

5 Forma de preenchimento:

- Auto-administração
- Entrevista

6 O respondente é:

- A pessoa
 - Familiar/Amigo
 - Profissional (nome e disciplina)
-
-

7 O nível de satisfação é:

- Da pessoa
- Do familiar / amigo
- Do profissional

Questionário

Responda às duas questões seguintes (assinale a quadrícula apropriada).

1 Para cada um dos hábitos de vida seguintes, indique
 A. Como, geralmente, a pessoa o realiza, e
 B. O tipo de ajuda requerida para a sua realização.

2 Para cada um dos hábitos de vida seguintes indique o nível de satisfação com que é realizado.

Nota: As respostas devem reflectir a forma habitual de realizar os hábitos de vida.

Questão 1					Questão 2								
A Nível de Realização (Assinale apenas 1)					B Tipo de Ajuda (Assinale 1 ou mais, conforme necessário)								
Nível de Satisfação (Assinale apenas 1)													
Sem dificuldade	Com dificuldade	Realizada por substituição	Não realizada	Não aplicável	Sem ajuda	Ajuda técnica	Adaptação	Ajuda Humana	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Mais ou menos satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito

Dieta													1.1
Planear a compra de alimentos (lista de mercearia)													1.1.1
Seleccionar adequadamente os alimentos para as refeições de acordo com o seu gosto e dieta (quantidade e qualidade)													1.1.2
Preparação de refeições													1.2
Preparar refeições simples (refeições diárias de carne e vegetais; sanduíche, etc.)													1.2.1
Preparar refeições complexas (vários pratos, incluindo seguir uma receita, etc.)													1.2.2
Usar o fogão													1.2.3
Usar o forno													1.2.4
Usar o forno microondas													1.2.5
Usar o frigorífico (incluindo o congelador)													1.2.6
Usar outros electrodomésticos (máquina de café, robot de cozinha, etc)													1.2.7
Pôr e levantar a mesa													1.2.8
Servir a comida													1.2.9
Lavar e secar louça													1.2.10
Usar a máquina de lavar louça													1.2.11
Comer Refeições													1.3
Respeitar as regras de estar à mesa segundo o contexto (comer de forma asseada, “ <i>ter boas maneiras</i> ”, etc.)													1.3.1
Usar um copo ou uma chávena													1.3.2

Responda às duas questões seguintes (assinale a quadrícula apropriada).

1 Para cada um dos hábitos de vida seguintes, indique
 A. Como, geralmente, a pessoa o realiza,
 e
 B. O tipo de ajuda requerida para a sua realização.

2 Para cada um dos hábitos de vida seguintes indique o nível de satisfação com que é realizado.

Nota: As respostas devem reflectir a forma habitual de realizar os hábitos de vida.

	Questão 1					Questão 2									
	A Nível de Realização (Assinale apenas 1)					B Tipo de Ajuda (Assinale 1 ou mais, conforme necessário)									
	Nível de Satisfação (Assinale apenas 1)														
	Sem dificuldade	Com dificuldade	Realizada por substituição	Não realizada	Não aplicável	Sem ajuda	Ajuda técnica	Adaptação	Ajuda Humana	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Mais ou menos satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito	
Comer com utensílios ou com as mãos															1.3.3
Cortar a comida															1.3.4
Dormir															2.1
Entrar e sair da cama															2.1.1
Mudar de posição na cama															2.1.2
Adormecer e dormir apropriadamente (conforto, duração, etc.)															2.1.3
Acordar															2.1.4
Condição Física															2.2
Participar em actividades físicas de interior para manter ou melhorar a sua saúde ou condição física															2.2.1
Participar em actividades físicas de exterior para manter ou melhorar a sua saúde ou condição física															2.2.2
Bem Estar Mental															2.3
Realizar actividades de relaxamento (ouvir música, ler, etc.)															2.3.1
Realizar actividades que asseguram o bem-estar psicológico ou mental (yoga, meditação, desenvolvimento pessoal, etc.)															2.3.2
Realizar actividades que requerem atenção ou concentração (jogo das damas, jogos de memória, palavras cruzadas, etc.)															2.3.3
Cuidados Pessoais															3.1
Tomar banho ou duche															3.1.1
Lavar e secar a metade inferior do corpo															3.1.2
Lavar e secar a metade superior do corpo															3.1.3
Lavar o cabelo															3.1.4
Secar o cabelo															3.1.5

Responda às duas questões seguintes (assinale a quadrícula apropriada).

1 Para cada um dos hábitos de vida seguintes, indique
 A. Como, geralmente, a pessoa o realiza,
 e
 B. O tipo de ajuda requerida para a sua realização.

2 Para cada um dos hábitos de vida seguintes indique o nível de satisfação com que é realizado.

Nota: As respostas devem reflectir a forma habitual de realizar os hábitos de vida.

	Questão 1					Questão 2									
	A Nível de Realização (Assinale apenas 1)					B Tipo de Ajuda (Assinale 1 ou mais, conforme necessário)				Nível de Satisfação (Assinale apenas 1)					
	Sem dificuldade	Com dificuldade	Realizada por substituição	Não realizada	Não aplicável	Sem ajuda	Ajuda técnica	Adaptação	Ajuda Humana	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Mais ou menos satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito	
Pentear e arranjar o cabelo															3.1.6
Escovar os dentes															3.1.7
Barbear															3.1.8
Assoar o nariz															3.1.9
Limpar e cortar as unhas das mãos e dos pés															3.1.10
Maquilhar															3.1.11
Efectuar a manutenção das ortóteses, próteses, e outras ajudas (aparelho auditivo, cadeira de rodas, lentes de contacto, etc.)															3.1.12
Eliminação															3.2
Despir-se para utilizar a sanita e voltar a vestir-se															3.2.1
Usar a sanita em sua casa (incluindo realizar a transferência)															3.2.2
Usar outra sanita além daquela que utiliza em sua casa															3.2.3
Usar equipamento para urinar (dispositivo urinário, cateter, etc.)															3.2.4
Usar equipamento para eliminar o conteúdo do intestino															3.2.5
Efectuar a manutenção do material necessário para urinar e eliminação intestinal															3.2.6
Usar produtos de higiene íntima feminina															3.2.7
Vestir															3.3
Vestir e despir a metade superior do corpo															3.3.1
Vestir e despir a metade inferior do corpo															3.3.2
Escolher a roupa apropriada (de acordo com o estado do tempo, tipo de actividade, etc.)															3.3.3
Mudar de roupa quando está suja ou manchada															3.3.4
Retirar a roupa das gavetas															3.3.5

Responda às duas questões seguintes (assinale a quadrícula apropriada).

1 Para cada um dos hábitos de vida seguintes, indique
 A. Como, geralmente, a pessoa o realiza,
 e
 B. O tipo de ajuda requerida para a sua realização.

2 Para cada um dos hábitos de vida seguintes indique o nível de satisfação com que é realizado.

Nota: As respostas devem reflectir a forma habitual de realizar os hábitos de vida.

	Questão 1					Questão 2										
	A Nível de Realização (Assinale apenas 1)					B Tipo de Ajuda (Assinale 1 ou mais, conforme necessário)				Nível de Satisfação (Assinale apenas 1)						
	Sem dificuldade	Com dificuldade	Realizada por substituição	Não realizada	Não aplicável	Sem ajuda	Ajuda técnica	Adaptação	Ajuda Humana	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Mais ou menos satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito		
Retirar a roupa do armário																3.3.6
Colocar jóias																3.3.7
Colocar e retirar ortóteses e próteses																3.3.8
Cuidados de Saúde															3.4	
Reconhecer problemas de saúde (infecções, stresse, ansiedade, etc.)																3.4.1
Tratar indisposições ou feridas ligeiras (pensos rápidos, medicamentos não sujeitos a prescrição médica, etc.)																3.4.2
Tomar medicamentos sujeitos a prescrição (incluindo seguir a dosagem e as instruções de administração)																3.4.3
Renovar prescrições																3.4.4
Seguir as instruções terapêuticas (dieta, exercícios para fazer em casa, etc.)																3.4.5
Pedir ajuda numa situação de emergência (vizinho, polícia, ambulância, emergência médica, linha de informação em saúde, etc.)																3.4.6
Comunicação Oral e Gestual															4.1	
Exprimir as suas necessidades em casa ou com os familiares próximos																4.1.1
Exprimir as suas necessidades no exterior de casa ou com outras pessoas que não os familiares próximos																4.1.2
Manter uma conversa com uma pessoa, em casa ou na comunidade																4.1.3
Manter uma conversa com um grupo de pessoas, em casa ou na comunidade																4.1.4
Receber e compreender informação oral, em casa ou na comunidade																4.1.5
Comunicação Escrita															4.2	
Comunicar através da escrita (carta, mensagem, etc.)																4.2.1

Responda às duas questões seguintes (assinale a quadrícula apropriada).

1 Para cada um dos hábitos de vida seguintes, indique
 A. Como, geralmente, a pessoa o realiza,
 e
 B. O tipo de ajuda requerida para a sua realização.

2 Para cada um dos hábitos de vida seguintes indique o nível de satisfação com que é realizado.

Nota: As respostas devem reflectir a forma habitual de realizar os hábitos de vida.

	Questão 1					Questão 2								
	A Nível de Realização (Assinale apenas 1)					B Tipo de Ajuda (Assinale 1 ou mais, conforme necessário)								
	Sem dificuldade	Com dificuldade	Realizada por substituição	Não realizada	Não aplicável	Sem ajuda	Ajuda técnica	Adaptação	Ajuda Humana	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Mais ou menos satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito
Receber e compreender informação escrita (instruções escritas, publicidade, sinalização rodoviária, etc.)														4.2.2
Ler jornais, revistas, livros, cartas, etc.														4.2.3
Telecomunicações														4.3
Usar um telefone em casa ou no trabalho														4.3.1
Usar um telefone público														4.3.2
Ver televisão														4.3.3
Ouvir rádio														4.3.4
Usar um computador														4.3.5
Usar um sistema de vídeo ou de som														4.3.6
Actividades relacionadas com a casa														5.1
Escolher uma casa adequadas às suas necessidades														5.1.1
Planear e efectuar uma mudança de casa														5.1.2
Organizar a casa segundo os seus gostos e necessidades (incluindo adaptar a sua casa)														5.1.3
Manutenção doméstica														5.2
Varrer e aspirar no interior da casa														5.2.1
Limpar a mobília (limpar o pó, lavar, etc.)														5.2.2
Limpar aparelhos domésticos														5.2.3
Lavar a roupa (incluindo seguir instruções de limpeza)														5.2.4
Limpar a casa de banho														5.2.5
Lavar o chão														5.2.6
Engomar														5.2.7
Dobrar e arrumar a roupa lavada														5.2.8
Fazer a cama														5.2.9
Fazer tarefas de limpeza de grandes superfícies (paredes, janelas, etc.)														5.2.10

Responda às duas questões seguintes (assinale a quadrícula apropriada).

1 Para cada um dos hábitos de vida seguintes, indique

- A. Como, geralmente, a pessoa o realiza,
e
B. O tipo de ajuda requerida para a sua realização.

2 Para cada um dos hábitos de vida seguintes indique o nível de satisfação com que é realizado.

Nota: As respostas devem reflectir a forma habitual de realizar os hábitos de vida.

	Questão 1					Questão 2									
	A Nível de Realização (Assinale apenas 1)					B Tipo de Ajuda (Assinale 1 ou mais, conforme necessário)				Nível de Satisfação (Assinale apenas 1)					
	Sem dificuldade	Com dificuldade	Realizada por substituição	Não realizada	Não aplicável	Sem ajuda	Ajuda técnica	Adaptação	Ajuda Humana	Muito insatisfeito		Insatisfeito	Mais ou menos satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito
Esvaziar baldes do lixo e levar o lixo à rua															5.2.11__
Cortar a relva															5.2.12__
Remover a neve															5.2.13__
Manter os canteiros ou o jardim (flores, plantas de vaso, etc.)															5.2.14__
Cuidar de animais de estimação															5.2.15__
Cuidar de plantas de interior															5.2.16__
Efectuar pequenas reparações (mudança de lâmpadas, fusível, etc.)															5.2.17__
Usar pequenas ferramentas (martelo, chave de parafusos, etc.)															5.2.18__
Usar ferramentas manuais pesadas (serra, berbequim, etc.)															5.2.19__
Mobiliário e Equipamento Doméstico														5.3__	
Entrar e sair de casa															5.3.1__
Deslocar-se de um quarto para outro em casa															5.3.2__
Deslocar-se na casa de banho															5.3.3__
Deslocar-se noutras divisões de casa															5.3.4__
Deslocar-se de um andar para outro em casa															5.3.5__
Abrir e fechar portas em casa															5.3.6__
Abrir e fechar janelas em casa															5.3.7__
Usar as várias luzes de casa															5.3.8__
Usar espaços de armazenamento (armários de louça, armários de roupa, etc.)															5.3.9__
Usar sistemas e equipamento de segurança (extintor, alarme, etc.)															5.3.10__
Controlar a temperatura e humidade da casa (aquecimento, ar condicionado, etc.)															5.3.11__
Usar mobília (cadeira, sofá, mesa, secretária, etc.)															5.2.12__
Usar a varanda ou pátio															5.2.13__

Responda às duas questões seguintes (assinale a quadrícula apropriada).

1 Para cada um dos hábitos de vida seguintes, indique

A. Como, geralmente, a pessoa o realiza,
e
B. O tipo de ajuda requerida para a sua realização.

2 Para cada um dos hábitos de vida seguintes indique o nível de satisfação com que é realizado.

Nota: As respostas devem reflectir a forma habitual de realizar os hábitos de vida.

	Questão 1					Questão 2								
	A Nível de Realização (Assinale apenas 1)					B Tipo de Ajuda (Assinale 1 ou mais, conforme necessário)								
	Nível de Satisfação (Assinale apenas 1)													
	Sem dificuldade	Com dificuldade	Realizada por substituição	Não realizada	Não aplicável	Sem ajuda	Ajuda técnica	Adaptação	Ajuda Humana	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Mais ou menos satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito
Deslocar-se no seu complexo habitacional (loja de conveniência, cabeleireiro, salas comuns, etc.)														5.3.14__
Ir da rua para a entrada de casa														5.3.15__
Obter o correio da caixa de correio														5.3.16__
Deslocar-se no terreno circundante da sua casa durante o Verão														5.3.17__
Deslocar-se no terreno circundante da sua casa durante o Inverno														5.3.18__
Mobilidade em distâncias curtas														
Mover-se em superfícies escorregadias														6.1__
Mover-se no passeio														6.1.1__
Mover-se na rua														6.1.2__
Atravessar um cruzamento com semáforos														6.1.3__
Atravessar um cruzamento sem semáforos														6.1.4__
Mover-se em superfícies irregulares (relva, gravilha, areia, neve, etc.)														6.1.5__
														6.1.6__
Utilização de transportes														
Andar como meio de se transportar (a cadeira de rodas é considerada uma ajuda técnica)														6.2__
Conduzir um automóvel														6.2.1__
Ser passageiro de um carro														6.2.2__
Usar transporte público (o transporte adaptado é considerado uma Adaptação)														6.2.3__
Usar transporte escolar (o transporte escolar adaptado é considerado uma Adaptação)														6.2.4__
Usar um táxi (táxis adaptados são considerados uma Adaptação)														6.2.5__
Andar de bicicleta														6.2.6__
Andar de motocicleta														6.2.7__
														6.2.8__

Responda às duas questões seguintes (assinale a quadrícula apropriada).

1 Para cada um dos hábitos de vida seguintes, indique

- A. Como, geralmente, a pessoa o realiza,
e
B. O tipo de ajuda requerida para a sua realização.

2 Para cada um dos hábitos de vida seguintes indique o nível de satisfação com que é realizado.

Nota: As respostas devem reflectir a forma habitual de realizar os hábitos de vida.

	Questão 1					Questão 2									
	A Nível de Realização					B Tipo de Ajuda			Nível de Satisfação						
	(Assinale apenas 1)					(Assinale 1 ou mais, conforme necessário)			(Assinale apenas 1)						
	Sem dificuldade	Com dificuldade	Realizada por substituição	Não realizada	Não aplicável	Sem ajuda	Ajuda técnica	Adaptação	Ajuda Humana	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Mais ou menos satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito	
Andar de comboio															6.2.9
Andar de avião															6.2.10
Andar de barco (ferry boat)															6.2.11
Utilizar autocarros de serviço de longa distância															6.2.12
Responsabilidades Financeiras															7.1
Utilizar correctamente as diferentes notas e moedas															7.1.1
Reconhecer o valor do dinheiro															7.1.2
Utilizar cartões de crédito, cartões bancários e caixas Multibanco (ATM's)															7.1.3
Planear o seu orçamento (identificar despesas e poupanças, etc.)															7.1.4
Seguir um orçamento (pagar contas e rendas, poupar dinheiro, etc.)															7.1.5
Realizar transacções financeiras de longa duração (empréstimos, hipotecas, fundos de pensões, investimentos, etc.)															7.1.6
Efectuar contratos de seguros (seguro de vida, seguro de casa, seguro automóvel, etc.)															7.1.7
Responsabilidades Cívicas															7.2
Respeitar os direitos de outras pessoas															7.2.1
Respeitar a propriedade de outras pessoas															7.2.2
Assumir as suas responsabilidades perante a sociedade como cidadão (votar, obedecer à lei, etc.)															7.2.3
Assumir responsabilidade perante si próprio (bem-estar e segurança pessoal, etc.)															7.2.4
Assumir as suas responsabilidades cívicas perante os outros membros da família (esposa, pais, etc.)															7.2.5
Assegurar que seus direitos são respeitados.															7.2.6

Responda às duas questões seguintes (assinale a quadrícula apropriada).

1 Para cada um dos hábitos de vida seguintes, indique

- A. Como, geralmente, a pessoa o realiza,
e
B. O tipo de ajuda requerida para a sua realização.

2 Para cada um dos hábitos de vida seguintes indique o nível de satisfação com que é realizado.

Nota: As respostas devem reflectir a forma habitual de realizar os hábitos de vida.

Questão 1					Questão 2								
A Nível de Realização (Assinale apenas 1)					B Tipo de Ajuda (Assinale 1 ou mais, conforme necessário)								
Nível de Satisfação (Assinale apenas 1)													
Sem dificuldade	Com dificuldade	Realizada por substituição	Não realizada	Não aplicável	Sem ajuda	Ajuda técnica	Adaptação	Ajuda Humana	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Mais ou menos satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito

Responsabilidades Familiares

Fornecer cuidados de saúde ou de higiene ao seu parceiro (cuidado mínimo)														7.3
Fornecer apoio psicológico ao seu parceiro														7.3.1
Aceitar ajuda do parceiro														7.3.2
Assegurar a educação dos seus filhos														7.3.3
Fornecer cuidados aos seus filhos (cuidados de saúde, alimentação, vestuário, etc.)														7.3.4
Fornecer apoio psicológico aos seus filhos														7.3.5
Aceitar a ajuda dos seus filhos														7.3.6
Fornecer cuidados aos seus pais														7.3.7
Fornecer apoio psicológico aos seus pais														7.3.8
Aceitar a ajuda dos seus pais														7.3.9
Fornecer cuidados a outros membros da família														7.3.10
Fornecer apoio psicológico a outros membros da família														7.3.11
														7.3.12

Relações interpessoais sexuais

Ter uma relação sexual com outra pessoa														8.1
														8.1.1

Relações interpessoais afectivas

Manter uma relação afectiva com o seu parceiro														8.2
Manter uma relação afectiva com os seus filhos														8.2.1
Manter uma relação afectiva com os seus pais														8.2.2
Manter uma relação afectiva com os seus irmãos														8.2.3
Manter uma relação afectiva com outros membros da sua família														8.2.4
Manter amizades														8.2.5
														8.2.6

Responda às duas questões seguintes (assinale a quadrícula apropriada).

1 Para cada um dos hábitos de vida seguintes, indique

- A. Como, geralmente, a pessoa o realiza,
e
B. O tipo de ajuda requerida para a sua realização.

2 Para cada um dos hábitos de vida seguintes indique o nível de satisfação com que é realizado.

Nota: As respostas devem reflectir a forma habitual de realizar os hábitos de vida.

Questão 1					Questão 2									
A Nível de Realização (Assinale apenas 1)					B Tipo de Ajuda (Assinale 1 ou mais, conforme necessário)					Nível de Satisfação (Assinale apenas 1)				
Sem dificuldade	Com dificuldade	Realizada por substituição	Não realizada	Não aplicável	Sem ajuda	Ajuda técnica	Adaptação	Ajuda Humana	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Mais ou menos satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito	

Relações sociais

Participar em actividades sociais com o seu parceiro														8.3
Participar em actividades sociais com as suas crianças														8.3.1
Participar em actividades sociais com os seus pais														8.3.2
Manter relações sociais com outros membros da sua família														8.3.3
Manter relações sociais com os vizinhos														8.3.4
Manter relações sociais com outras pessoas (trabalho, escola, lazer, etc.)														8.3.5
Ter relações hierárquicas no trabalho ou na escola (empregador - empregado, professor - aluno, etc.)														8.3.6
														8.3.7

Consumo de bens e serviços

Realizar transacções bancárias na sua instituição financeira														9.1
Realizar transacções bancárias na caixa Multibanco (ATM)														9.1.1
Utilizar os vários serviços fornecidos por uma clínica médica, hospital, ou centro de reabilitação														9.1.2
Usar os serviços oferecidos pelas organizações de serviço social comunitário (apoio domiciliário, apoio psicológico, e serviços sociais, etc.)														9.1.3
Ir, entrar, e deslocar-se nos estabelecimentos de serviços da sua vizinhança (saúde, de governo, igreja, etc.)														9.1.4
Usar os serviços governamentais (apoio jurídico, impostos, assistência social, apoio financeiro, etc.)														9.1.5
Fazer compras (escolher mercadoria, método de pagamento, compras por telefone, etc.)														9.1.6
Usar o comércio local (supermercado, centro comercial, serviços de limpeza, etc.)														9.1.7
														9.1.8

Responda às duas questões seguintes (assinale a quadrícula apropriada).

1 Para cada um dos hábitos de vida seguintes, indique
 A. Como, geralmente, a pessoa o realiza,
 e
 B. O tipo de ajuda requerida para a sua realização.

2 Para cada um dos hábitos de vida seguintes indique o nível de satisfação com que é realizado.

Nota: As respostas devem reflectir a forma habitual de realizar os hábitos de vida.

Questão 1					Questão 2					
A Nível de Realização (Assinale apenas 1)					B Tipo de Ajuda (Assinale 1 ou mais, conforme necessário)				Nível de Satisfação (Assinale apenas 1)	

	Sem dificuldade	Com dificuldade	Realizada por substituição	Não realizada	Não aplicável	Sem ajuda	Ajuda técnica	Adaptação	Ajuda Humana	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Mais ou menos satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito	
Usar uma máquina de venda															9.1.9__
Comer no restaurante (serviço de mesa)															9.1.10__
Comer no restaurante de fast food															9.1.11__
Usar os serviços postais (selos, enviar e receber encomendas, etc.)															9.1.12__
Ir, entrar e deslocar-se no comércio local (supermercado, centro comercial, loja de conveniência, etc.)															9.1.13__

Associações de Voluntariado 9.2__

Participar nas actividades duma organização que promove direitos (direitos humanos, ecologia, sindicatos, etc.)															9.2.1__
Participar em actividades de um partido político															9.2.2__
Participar em actividades de um grupo social (lions club, escutismo, etc.)															9.2.3__
Participar em actividades de grupos de auto-ajuda															9.2.4__
Participar em actividades de um grupo religioso															9.2.5__

Educação 10.0__
 (Se não está a estudar, assinale a caixa e passe para a secção de “procura de emprego”) ■

Frequentar um curso															10.0.1__
Fazer trabalhos do curso na escola (laboratórios, ciências, informática, etc.)															10.0.2__
Tirar apontamentos															10.0.3__
Fazer exames															10.0.4__
Fazer os trabalhos escolares em casa															10.0.5__
Trabalhar em projectos de equipa															10.0.6__
Participar em actividades organizadas pela escola (extra-curricular, dias especiais, etc.)															10.0.7__

Responda às duas questões seguintes (assinale a quadrícula apropriada).

1 Para cada um dos hábitos de vida seguintes, indique
 A. Como, geralmente, a pessoa o realiza,
 e
 B. O tipo de ajuda requerida para a sua realização.

2 Para cada um dos hábitos de vida seguintes indique o nível de satisfação com que é realizado.

Nota: As respostas devem reflectir a forma habitual de realizar os hábitos de vida.

	Questão 1					Questão 2									
	A Nível de Realização (Assinale apenas 1)					B Tipo de Ajuda (Assinale 1 ou mais, conforme necessário)					Nível de Satisfação (Assinale apenas 1)				
	Sem dificuldade	Com dificuldade	Realizada por substituição	Não realizada	Não aplicável	Sem ajuda	Ajuda técnica	Adaptação	Ajuda Humana	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Mais ou menos satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito	
Usar as infra-estruturas da escola (cafeteria, biblioteca, recreio, centro de dia)															10.0.8__
Ir, entrar, e deslocar-se no seu local de estudo															10.0.9__
Usar serviços para estudantes (orientação, serviços de tutoria, etc.)															10.0.10__
Participar em actividades na creche ou jardim infantil															10.0.11__
Frequentar um curso em casa (curso por correspondência, modular, tele-universidade, etc.)															10.0.12__
Frequentar cursos especializados (educação física, música, informática, etc.)															10.0.13__

Se for estudante, assinale o nível de escolaridade

Pré-escolar Básico Secundário Profissional/Vocacional Superior Outro

10.1 10.2.1 10.2.2 10.3.1 10.3.2 10.3.3

Procura de emprego 11.2__

(Se não está à procura de emprego, assinale a caixa e passe para a próxima secção)

Escolher um ofício ou profissão															11.2.1__
Procurar um emprego regular (preparar um curriculum, contactar um empregador, entrevista, etc.)															11.2.2__
Procurar um emprego temporário (sazonal, emprego estudantil, etc.)															11.2.3__
Utilizar serviços de colocação de emprego e orientação profissional (outros fora do ambiente escolar)															11.2.4__

Emprego remunerado 11.3__

Manter um emprego remunerado (se, actualmente, não está trabalhar assinale “não realizado”)*															11.3.1__
Interagir com colegas															11.3.2__
Usar as infra-estruturas do seu local de emprego (cafeteria, sala de pessoal, serviços de pessoal, etc)															11.3.3__

* (Se assinalar “não realizado”, todos os outros itens desta secção devem ser assinalados “não aplicável”)

Responda às duas questões seguintes (assinale a quadrícula apropriada).

1 Para cada um dos hábitos de vida seguintes, indique

- A. Como, geralmente, a pessoa o realiza,
e
B. O tipo de ajuda requerida para a sua realização.

2 Para cada um dos hábitos de vida seguintes indique o nível de satisfação com que é realizado.

Nota: As respostas devem reflectir a forma habitual de realizar os hábitos de vida.

Questão 1					Questão 2									
A Nível de Realização (Assinale apenas 1)					B Tipo de Ajuda (Assinale 1 ou mais, conforme necessário)					Nível de Satisfação (Assinale apenas 1)				
Sem dificuldade	Com dificuldade	Realizada por substituição	Não realizada	Não aplicável	Sem ajuda	Ajuda técnica	Adaptação	Ajuda Humana	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Mais ou menos satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito	

Trabalho voluntário

Realizar trabalho voluntário como ocupação principal														11.4
Efectuar tarefas familiares ou domésticas como ocupação principal														11.4.1
Efectuar tarefas voluntárias como ocupação secundária														11.4.2
Frequentar um centro de dia como ocupação principal														11.4.3
Ir, entrar e deslocar-se no interior do seu local de ocupação, pago ou não pago (trabalho, estudo, voluntário, centro de dia, etc.)														11.4.4
														11.4.5

Assinale a quadrícula que corresponde ao seu estado actual em relação ao

- Tempo inteiro regular Part time regular
 Tempo inteiro temporário Part time temporário Desempregado

Desportos e Jogos

Escolher as suas actividades desportivas e os seus jogos														12.1
Planear as suas actividades desportivas e os seus jogos														12.1.1
Praticar actividades desportivas individuais no interior (natação, ginástica, etc.)														12.1.2
Praticar actividades desportivas individuais no exterior (natação, jogging, etc.)														12.1.3
Jogar jogos individuais no interior (brinquedos, puzzles, palavras cruzadas, etc.)														12.1.4
Jogar jogos individuais no exterior (brinquedos, caixa de areia, etc.)														12.1.5
Praticar actividades desportivas colectivas no interior (basquetebol, voleibol, etc.)														12.1.6
Praticar actividades desportivas colectivas no exterior (futebol, rugby, baseball, etc.)														12.1.7
Jogar em grupo jogos de interior (brinquedos, jogos, etc.)														12.1.8
														12.1.9

Responda às duas questões seguintes (assinale a quadrícula apropriada).

1 Para cada um dos hábitos de vida seguintes, indique

- A. Como, geralmente, a pessoa o realiza,
e
B. O tipo de ajuda requerida para a sua realização.

2 Para cada um dos hábitos de vida seguintes indique o nível de satisfação com que é realizado.

Nota: As respostas devem reflectir a forma habitual de realizar os hábitos de vida.

	Questão 1					Questão 2										
	A Nível de Realização (Assinale apenas 1)					B Tipo de Ajuda (Assinale 1 ou mais, conforme necessário)				Nível de Satisfação (Assinale apenas 1)						
	Sem dificuldade	Com dificuldade	Realizada por substituição	Não realizada	Não aplicável	Sem ajuda	Ajuda técnica	Adaptação	Ajuda Humana	Muito insatisfeito		Insatisfeito	Mais ou menos satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito	
Jogar em grupo jogos de exterior (jogos de bola, croquet, etc.)																12.1.10__
Participar em actividades recreativas no exterior (campismo, caminhadas, observação de pássaros, etc.)																12.1.11__
Assistir a um evento desportivo																12.1.12__
Usar as instalações desportivas da sua vizinhança																12.1.13__
Jogar cartas e jogos de mesa (xadrez, monopólio, bingo, etc.)																12.1.14__
Praticar jogos de habilidade (tiro ao arco, jogos de vídeo, etc.)																12.1.15__
Usar barcos de recreio (barco a remos, canoa, barco à vela, iate, etc.)																12.1.16__
Conduzir veículos de recreação motorizados																12.1.17__
Arte e Cultura																12.2__
Escolher as suas actividades artísticas ou culturais																12.2.1__
Planear as suas actividades artísticas ou culturais																12.2.2__
Ir ao cinema, teatro ou concertos																12.2.3__
Visitar uma exposição (museu, galeria de arte, etc.)																12.2.4__
Realizar actividades turísticas (visitar locais históricos e naturais)																12.2.5__
Praticar actividades artísticas (música, pintura, dança, teatro, etc.)																12.2.6__
Usar os equipamentos culturais e recreativos existentes na sua vizinhança (biblioteca, centro de lazer municipal, organizações recreativas, etc.)																12.2.7__
Ir, entrar, deslocar-se no centro de recreação da sua vizinhança																12.2.8__
Fazer artesanato ou outras actividades (costura, jardinagem, hobbies, artesanato, etc)																12.2.9__
Preparar viagens e viajar																12.2.10__

Comentários

Utilize as linhas seguintes para comentários ou observações especificamente relacionados com uma ou mais categorias em termos de

- a) Nível de realização
- b) Tipo de ajuda requerida
- c) Nível de satisfação

ou para comentários gerais relativos a qualquer outro aspecto do questionário.

SPECIMEN

Sumário de Resultados

SPECIMEN

Hábitos de Vida – Escala de Realização		
Pontuação	Nível de Dificuldade	Tipo de Ajuda
9	Sem dificuldade	Sem ajuda
8	Sem dificuldade	Ajuda técnica (ou adaptação)
7	Com dificuldade	Sem ajuda
6	Com dificuldade	Ajuda técnica (ou adaptação)
5	Sem dificuldade	Ajuda Humana
4	Sem dificuldade	Ajuda técnica (ou adaptação) e ajuda humana
3	Com dificuldade	Ajuda Humana
2	Com dificuldade	Ajuda técnica (ou adaptação) e ajuda humana
1	Realizado por substituição	
0	Não realizado	
N/A	Não aplicável	

Formula: Cálculo do Nível de Realização (Pontuação Ponderada)
 $(\Sigma \text{ Pontuação} \times 10) \div (\text{Número de Hábitos de Vida Aplicáveis} \times 9)$

Exemplo: Cálculo do Nível de Realização (MAHVI Versão Completa 3.0)					
Cálculo da Pontuação			Exemplo		
Categorias	Número de Hábitos de Vida Aplicáveis	Pontuação (amplitude)	Número de Hábitos de Vida Aplicáveis	Pontuação Total	Pontuação Ponderada (0-10)
Nutrição	17	0-153	17	38	2,5
Condição Física	9	0-81	9	6	0,7
Cuidados Pessoais	33	0-297	31	54	1,9
Comunicação	14	0-126	11	2	0,2
Habitação	40	0-360	14	54	4,3
Mobilidade	18	0-162	9	20	2,5
Responsabilidades	25	0-225	14	0	0
Relações Interpessoais	14	0-126	5	8	1,8
Vida Comunitária	18	0-162	15	7	0,5
Educação	13	0-117	11	5	0,5
Trabalho	12	0-108	10	11	1,2
Recreação	27	0-243	21	37	2
Total	240	0-2160	167	242	1,6 / 10

Nível de Realização de Hábitos de Vida por Categoria

Nível de Realização: (0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10)

Categorias de Hábitos de Vida

Nutrição	2,5	Responsabilidades	0
Condição Física	0,7	Relações Interpessoais	1,8
Cuidados Pessoais	1,9	Vida Comunitária	0,5
Comunicação	0,2	Educação	0,5
Habitação	4,3	Trabalho	1,2
Mobilidade	2,5	Recreação	2