



**Tampa Scale for Kinesiophobia for Temporomandibular Disorders versão português brasileiro
 TSK/TMD-Br**

Breve roteiro de caracterização de Sinais e Sintomas

Problemas na região mandibular (por favor, considere toda a área marcada em preto na imagem acima) podem causar muitas dificuldades de maneiras diferentes. Por favor, indique na lista abaixo, o que lhe incomoda (marque sim ou não nos quadrados abaixo).

- Dor mandibular Sim Não
- Ruídos em frente ao ouvido quando eu mexo minha boca (estalos ou outros ruídos) Sim Não
- Minha mandíbula fica travada ou presa de maneira que minha boca não abre ou fecha direito Sim Não
- Outro incômodo na região mandibular, por favor, descreva:



Para cada uma das frases abaixo, por favor, indique o quanto você concorda ou discorda com as frases abaixo considerando sua dor ou desconforto na região mandibular.

Por favor, utilize a escala abaixo:

| | | | | | |
|----|--|---------------------|----------|----------|---------------------|
| 1 | Eu tenho medo de me machucar, se eu movimentar minha mandíbula. | Discordo fortemente | Discordo | Concordo | Concordo fortemente |
| 2 | Se eu ignorasse meus sintomas na região mandibular, eles poderiam piorar. | Discordo fortemente | Discordo | Concordo | Concordo fortemente |
| 3 | Parece que há alguma coisa errada na minha região mandibular que pode ficar séria. | Discordo fortemente | Discordo | Concordo | Concordo fortemente |
| 5 | As pessoas não levam minhas queixas na mandíbula a sério. | Discordo fortemente | Discordo | Concordo | Concordo fortemente |
| 6 | Por causa dos meus sintomas mandibulares minha saúde está em risco pelo resto da minha vida. | Discordo fortemente | Discordo | Concordo | Concordo fortemente |
| 7 | Meus sintomas mandibulares significam que eu machuquei minha mandíbula. | Discordo fortemente | Discordo | Concordo | Concordo fortemente |
| 10 | A maneira mais segura de evitar que os meus sintomas piorem é simplesmente ter cuidado e não mexer minha mandíbula mais do que o necessário. | Discordo fortemente | Discordo | Concordo | Concordo fortemente |
| 11 | Eu não teria tantos sintomas mandibulares se alguma coisa potencialmente prejudicial não estivesse acontecendo. | Discordo fortemente | Discordo | Concordo | Concordo fortemente |
| 13 | Meus sintomas mandibulares me avisam quando devo parar de mexer minha mandíbula para evitar que eu me machuque. | Discordo fortemente | Discordo | Concordo | Concordo fortemente |
| 15 | Eu não consigo fazer tudo o que outras pessoas fazem, porque eu machuco minha mandíbula muito facilmente. | Discordo fortemente | Discordo | Concordo | Concordo fortemente |
| 17 | Alguém que tenha problemas mandibulares, como o meu, não deveria ter que mexer sua mandíbula. | Discordo fortemente | Discordo | Concordo | Concordo fortemente |
| 18 | Tenho medo de abrir muito minha boca, porque é possível que eu não consiga fechá-la novamente. | Discordo fortemente | Discordo | Concordo | Concordo fortemente |