

## Brazilian-Portuguese version of Tampa Scale for Kinesiophobia for Temporomandibular Disorders

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
- Outros incômodos 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