

Questionário Sociodemográfico e Clínico

dados pessoais do sujeito:

data: _____ local: _____ contacto telef.: _____

nome: _____ idade: _____ naturalidade: _____

estado civil: S C UF D V outros: _____

escolaridade (nº anos c/ sucesso): _____

habilitações literárias: _____

dados do conjugue:

idade: _____ naturalidade: _____ estado civil: S C UF D V

escolaridade (nº anos c/ sucesso): _____

habilitações literárias: _____

história conjugal (nº de anos de namoro e de união conjugal): _____

história obstétrica: _____

nº GA: _____ nº F _____ nº IVG: _____ nº IEG: _____ nº ICG: _____

sem^a gest. _____ nº ecografias: _____

nº/consultas médicas: _____ sem^a gestação /1^a consulta: _____

gravidez desejada sim: ___ não: ___ gravidez planeada sim: ___ não: ___

factores de risco: não: ___ sim: ___ quais: _____

acontecimentos traumáticos recentes: _____

sexo/reacção: _____

preferência/ sexo: não: ___ sim: ___ qual: _____

percepção dos movimentos fetais: _____

escolha do nome: sim: ___ não: ___ observações: _____

Questionário do Paradigma Placentário

QPP (*Raphael-Leff, 2004; adaptação portuguesa de Carvalho e Justo, 2009*)

Instruções: muitas mulheres sentem emoções e reacções muito fortes durante a gravidez que às vezes podem parecer difíceis de lidar. Mas cada mulher tem uma experiência pessoal e gostávamos de saber qual é a sua. Não há respostas certas ou erradas. Por isso, responda tão sinceramente e rapidamente quanto possível. Todas as suas respostas são confidenciais.

Este grupo de perguntas relaciona-se com os sentimentos acerca de si mesma durante esta gravidez.

1. Eu sinto-me mais mulher, agora que estou grávida.

- Sim, muito mais.
- Sim, um pouco
- Não muito.
- Não, nunca sinto isto.

2. Preocupa-me que o bebé, dentro da mim, saiba tudo a meu respeito, incluindo as coisas más.

- Não, nem pensar.
- Raramente.
- Sim, por vezes.
- Sim, muito frequentemente.

3. O meu corpo “saberá” como dar à luz naturalmente, sem ajuda médica.

- Concordo completamente
- Concordo.
- Discordo.
- Discordo completamente.

4. Duvido que tenha qualidades suficientes dentro de mim que chegue para nós os dois.

- Frequentemente.
- Por vezes.
- Quase nunca.
- Nunca.

5. Sonho acordada com o bebé

- Nunca.
- Quase nunca
- Sim, às vezes.
- Sim, muito frequentemente.

6. Preocupa-me que os meus pensamentos negativos durante a gravidez possam afectar o meu bebé.

- Não, de modo nenhum.
- Quase nunca

- Sim, algumas vezes.
- Sim, muito.

7. Sinto-me em contacto com as minhas emoções.

- Mais do que antes de estar grávida.
- Tanto quanto antes de estar grávida.
- Menos do que antes de estar grávida.
- Não, nem pensar.

8. A gravidez é o auge da minha experiência feminina.

- Concordo completamente.
- Concordo bastante
- Discordo.
- Discordo totalmente.

9. Surgem-me pensamentos estranhos de que posso fazer mal ao bebé.

- muito frequentemente.
- Algumas vezes.
- Raramente.
- Nunca.

10. A gravidez faz-me sentir especial

- Concordo completamente
- Concordo.
- Discordo.
- Discordo totalmente.

Este grupo de perguntas relaciona-se com os seus sentimentos a respeito do bebé que tráz dentro de si.

11. Sinto que tenho um bebé encantador dentro de mim.

- Sim, a maior parte das vezes.
- Sim, algumas vezes.
- Poucas vezes.
- Não, nunca.

12. Acredito que os bebés recém-nascidos precisam de ter uma rotina.

- Concordo completamente.
- Concordo.
- Discordo.
- Discordo totalmente.

13. Sinto que o bebé que está dentro de mim é difícil de satisfazer.

- Não, nem pensar.
- Quase nunca.
- Sim, algumas vezes.
- Sim, muitas vezes.

14. Sinto que, de alguma forma, o meu bebé tenta comunicar comigo.

- Concordo completamente.
- Concordo.
- Discordo.
- Discordo totalmente.

15. O bebé parece ser um intruso ou um parasita.

- Não, de maneira nenhuma.
- Ocasionalmente.
- bastantes vezes.
- Muitas vezes.

16. Sinto como se o bebé pudesse fazer-me mal dentro de mim.

- Sim, frequentemente.
- Sim, de vez em quando.
- Raramente.
- Não, nunca.

17. Sinto o bebé dentro de mim como amigável.

- Sim, a maior parte das vezes.
- Sim, algumas vezes.
- Raramente.
- Nunca.

Este grupo de perguntas relaciona-se com os seus sentimentos mais globais sobre esta gravidez

18. Dou por mim a falar com o bebé.

- Não, nem pensar
- Quase nunca.
- Sim, algumas vezes.
- Sim, frequentemente.

19. Tenho ataques de pânico

- Frequentemente
- Algumas vezes.
- Raramente.
- Nunca

20. Sinto que há uma luta dentro mim entre as minhas próprias necessidades e aquilo que o bebé deseja de mim.

- Sim, a maior parte das vezes.
- Sim, algumas vezes.
- Raramente.
- Não, nunca.

21. Esta gravidez é perfeita.

- Concordo completamente.
- Concordo.

- Discordo.
- Discordo totalmente.

22. Tanto eu, como o bebê, estamos a adorar a gravidez.

- Concordo completamente.
- Concordo.
- Discordo.
- Discordo totalmente.

23. Sinto-me incomodada em partilhar o meu corpo com o bebê.

- A maior parte das vezes.
- Algumas vezes.
- Raramente.
- Nunca tenho esta sensação.

24. A minha vida decorre como se eu não estivesse grávida.

- Sim, a maior parte das vezes.
- Sim, algumas vezes.
- Raramente.
- Nunca.

25. Ao longo dos últimos meses, tenho-me sentido bastante triste, sem saber porquê.

- Não, de maneira nenhuma.
- Quase nunca.
- Sim, algumas vezes.
- Sim, a maior parte do tempo.

26. Preocupo-me que possa perder o controlo durante o trabalho de parto.

- Sim, constantemente.
- Sim, com alguma frequência.
- Só algumas vezes.
- Não, nunca.

27. Durante esta gravidez tenho tido pensamentos de fazer mal a mim própria.

- Não, nunca.
- Quase nunca.
- Ocasionalmente.
- Sim, frequentemente.

28. Já me senti ansiosa e não sei porquê.

- A maior parte do tempo.
- Algumas vezes.
- Raramente.
- Nunca.

Escala das Representações Sonoro-Musicais da Gravidez

ERSMG

(Carvalho e Justo, 2008)

Esta entrevista pretende avaliar a sua sensibilidade sonoro-musical nesta gravidez e as interações sonoro-musicais entre si e o seu bebé antes e após o parto. Pedimos-lhe que leia atentamente cada questão e que assinale a opção de resposta que melhor se aplica a si. Não existem respostas certas nem erradas, sendo todas elas confidenciais e independentes de qualquer conhecimento ou cultura musical.

Formação musical:

ensino básico ensino secundário coro
instrumento musical
profissional da música
Problemas auditivos: não sim

O primeiro grupo de questões relaciona-se com aspectos da sua sensibilidade sonoro-musical nesta gravidez.

1-Desde que está grávida, nota uma sensibilidade particular a determinados sons e ruídos?

- (1) não, nem por isso
- (2) sim, mas menos do que antes de estar grávida
- (3) sim, tanto quanto antes de estar grávida
- (4) sim, mais do que antes de estar grávida

2- Durante esta gravidez, tem sentido vontade de ouvir música?

- (1) não, nem por isso
- (2) sim, mas menos do que antes de estar grávida
- (3) sim, tanto quanto antes de estar grávida
- (4) sim, mais do que antes de estar grávida

3- Desde que está grávida, nota alteração nas suas preferências e hábitos musicais por comparação ao período anterior à gravidez?

- (1) não, nenhuma.
- (2) sim, pouca
- (3) sim, alguma
- (4) sim, muita

4- Desde que está grávida, fica incomodada quando está em ambientes com ruídos desagradáveis e intensidade sonoro-musical elevada?

- (1) não, nem por isso
 - (2) sim, mas menos do que antes de estar grávida
 - (3) sim, tanto quanto antes de estar grávida
 - (4) sim, mais do que antes de estar grávida
-

5- Desde que está grávida, sente vontade de estar em ambientes silenciosos?

- (1) 1 não, nem pensar
- (2) 2 sim, mas menos do que antes de estar grávida
- (3) 3 sim, tanto quanto antes de estar grávida
- (4) 4 sim, mais do que antes de estar grávida

6- Nos últimos meses, costuma cantar ou cantarolar?

- (1) 1 não, nunca
- (2) 2 sim, mas menos do que antes de estar grávida
- (3) 3 sim, tanto quanto antes de estar grávida
- (4) 4 sim, mais do que antes de estar grávida

7- Ultimamente, nota que determinadas músicas a deixam particularmente triste?

- (1) 1 não, nem pensar
- (2) 2 sim, mas menos do que antes de estar grávida
- (3) 3 sim, tanto quanto antes de estar grávida
- (4) 4 sim, mais do que antes de estar grávida

8- Ultimamente, nota que algumas músicas a deixam particularmente tensa e irritada?

- (1) 1 não, nem pensar
- (2) 2 sim, mas menos do que antes de estar grávida
- (3) 3 sim, tanto quanto antes de estar grávida
- (4) 4 sim, mais do que antes de estar grávida

9- Ultimamente, nota que há músicas que a fazem sentir alheada da realidade actual da sua vida?

- (1) 1 não, nunca
- (2) 2 sim, mas menos do que antes de estar grávida
- (3) 3 sim, tanto quanto antes de estar grávida
- (4) 4 sim, mais do que antes de estar grávida

10- Ultimamente, nota que determinadas músicas a fazem recordar episódios da sua vida?

- (1) 1 não, nem por isso
- (2) 2 sim, principalmente episódios da minha infância
- (2) 3 sim, principalmente episódios da minha juventude
- (2) 4 sim, principalmente episódios da minha vida conjugal

11- Ultimamente, nota que determinadas músicas a fazem imaginar o seu futuro?

- (1) 1 não, nem por isso
 - (2) 2 sim, imaginando o momento do parto
 - (2) 3 sim, imaginando o primeiro contacto com o meu bebé logo após o parto
 - (2) 4 sim, imaginando as mudanças que o nascimento do bebé vai provocar na minha vida
-

As próximas questões relacionam-se com aspectos da sensibilidade sonoro-musical do bebé que está dentro de si e com a interacção sonoro-musical entre si e o seu bebé, antes e após o parto.

12- Ultimamente, nota que determinadas músicas a fazem sonhar acordada com o o bebé que está dentro de si?

- (1) não, nunca
- (2) não, raramente
- (3) sim, às vezes
- (4) sim, muitas vezes

13- Sente que o bebé que está dentro de si reage, particularmente, aos sons e à música?

- (1) não, nunca
- (2) não, raramente
- (3) sim, por vezes
- (4) sim, muitas vezes

14- Consegue perceber se o bebé que está dentro de si mostra agrado ou desagrado a determinados sons ou a certas músicas?

- (1) não, nem pensar
- (2) não, raramente
- (3) sim, por vezes
- (4) sim, muitas vezes

15- Costuma seleccionar a música que ouve de acordo com as reacções de agrado ou desagrado do bebé que está dentro de si?

- (1) não, nem pensar
- (2) não, raramente
- (3) sim, por vezes
- (4) sim, frequentemente

16- Nota alguma sintonia entre as músicas que gosta de ouvir e aquelas que julga serem do agrado do bebé que está dentro de si?

- (1) não, nem pensar
- (2) não, raramente
- (3) sim, por vezes
- (4) sim, frequentemente

17- Sente que a presença do bebé dentro de si a impede de ouvir determinadas músicas que gosta?

- não, nem pensar
 - não, raramente
 - sim, por vezes
 - sim, frequentemente
-

18- Preocupa-se que certos ruídos agressivos e ambientes sonoros de intensidade elevada possam incomodar o bebê que está dentro de si?

- (1) não, nem pensar
- (2) não, raramente
- (3) sim, por vezes
- (4) sim, frequentemente

19- Acha que o som que mais atrai o bebê que está dentro de si é a sua voz?

- (1) não, nem pensar
- (2) sim, talvez
- (3) sim, muito provavelmente
- (4) sim, tenho a certeza

20- Costuma falar com o bebê que está dentro de si?

- (1) não, nem pensar
- (2) não, raramente
- (3) sim, por vezes
- (4) sim, frequentemente

21- Fica preocupada se o bebê reage negativamente às súbitas alterações emocionais da sua voz?

- (1) não, nem pensar
- (2) não, raramente
- (3) sim, por vezes
- (4) sim, muitas vezes

22- Já alguma vez cantou para o bebê que está dentro de si?

- (1) não, nem pensar
- (2) não, raramente
- (3) sim, por vezes
- (4) sim, muitas vezes

23- Acredita que, logo após o parto, o seu bebê vai reconhecer a sua voz?

- (1) não, nem pensar
- (2) sim, talvez
- (3) sim, muito provavelmente
- (4) sim, tenho a certeza

24- Imagina-se a cantar para o seu bebê depois de ele nascer?

- (1) não, tal como não me lembro que o tivessem feito comigo, em criança
- (1) não, apesar de me lembrar que cantavam para mim quando era criança
- (2) sim, tal como o fizeram comigo, quando era criança
- (2) sim, tal como gostaria que o tivessem feito, quando era criança

25- Preocupa-se acerca da sua capacidade de descobrir as causas do choro do bebé?

- (1) não, nem pensar
 - (2) não, raramente
 - (3) sim, por vezes
 - (4) sim, frequentemente
-