

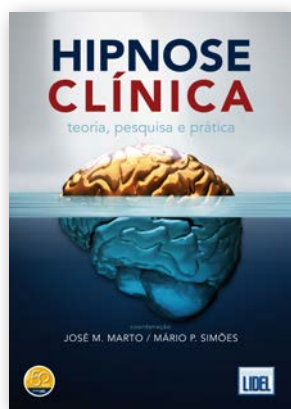
ANEXO I - ESCALA DE DISPNEIA DO mMRC.

Grau	Grau de dispneia relacionado com actividades
1	Não afectado por dispneia, excepto com o exercício
2	Dificuldade respiratória quando está com pressa ou a subir uma rampa ligeira
3	Caminha mais devagar do que as pessoas da sua idade em plano, porque sente dispneia, ou tem que parar para respirar quando caminha ao seu próprio ritmo
4	Pára para respirar depois de caminhar cerca de 100 m ou após alguns minutos em plano
5	Demasiado dispneico para sair de casa, ou dispneico quando se veste ou despe

ANEXO II - CAT ("COPD ASSESSMENT TEST")

Nunca tenho tosse	0	1	2	3	4	5	Estou sempre a tossir
Não tenho nenhuma expectoração (catarro) no peito	0	1	2	3	4	5	O meu peito está cheio de expectoração (catarro)
Não sinto nenhum aperto no peito	0	1	2	3	4	5	Sinto um grande aperto no peito
Não sinto falta de ar ao subir uma ladeira ou um lance de escadas	0	1	2	3	4	5	Quando subo uma ladeira ou um lance de escadas sinto bastante falta de ar
Não sinto nenhuma limitação nas minhas actividades em casa	0	1	2	3	4	5	Sinto-me muito limitado nas minhas actividades em casa
Sinto-me confiante para sair de casa, apesar da minha doença pulmonar	0	1	2	3	4	5	Não me sinto nada confiante para sair de casa, por causa da minha doença pulmonar
Durmo profundamente	0	1	2	3	4	5	Não durmo profundamente devido à minha doença pulmonar
Tenho muita energia	0	1	2	3	4	5	Não tenho nenhuma energia

LIVROS · BOOKS



▶ HIPNOSE CLÍNICA – TEORIA, PESQUISA E PRÁTICA

Coordenação ▶ José M. Marto e Mário P. Simões

Editor ▶ Lidel (www.lidel.pt) (ISBN: 978-972-757-973-0)

A hipnose clínica, nos dias de hoje, possui diversas aplicações na área de saúde somática e mental e tem despertado um interesse clínico crescente, da parte de neurocientistas como objeto de investigação e modelo de funcionamento da consciência, sendo ambas as perspectivas cientificamente comprovadas. Múltiplos estudos ao cérebro humano em estado hipnótico indicam profundas mudanças no modo como se processa a informação.

Atualmente, a hipnose é cientificamente reconhecida como uma forma segura, eficiente e pouco dispendiosa a acrescentar aos modelos da prática clínica anestésica. Por exemplo, na odontologia é aplicada para controlar a ansiedade e a dor e em situações traumáticas emocionais poderá ser um catalisador na reorganização de recursos internos dos doentes. Muitas são também as referências científicas publicadas sobre a credibilidade da hipnose clínica em várias patologias gastrointestinais, destacando-se os benefícios terapêuticos na síndrome do intestino irritável e na dor abdominal crónica.

O livro "Hipnose Clínica – teoria, pesquisa e prática" apresenta este "misterioso salto" na mente, procurando esclarecê-lo à luz das modernas conquistas da psicologia e da neurofisiologia, sobretudo da relação de cura mente/corpo, e ajudar os profissionais de saúde a entender o que é a hipnose clínica e a sua imensa utilidade.

Este livro destina-se a estudantes de pós-graduação em diferentes áreas da saúde, bem como médicos, psicólogos e enfermeiros.

— Sobre os Coordenadores —

José M. Marto é Psicoterapeuta de orientação transpessoal. Docente convidado nos cursos de pós-graduação em Hipnose Clínica e Experimental da Faculdade de Medicina de Lisboa.

Mário P. Simões é Professor Agregado de Psiquiatria e Saúde Mental e de Introdução às Ciências da Consciência da Faculdade de Medicina de Lisboa. Director do curso de pós-graduação em Hipnose Clínica e Experimental da Faculdade de Medicina de Lisboa.