

Compreender a sua dermatite atópica utilizando a ADCT

A dermatite atópica (DA) é uma forma crónica de eczema. É uma doença comum e tratável, mas nem sempre é fácil de controlar e pode afetar a sua qualidade de vida de várias formas.

Medir o controlo da doença em todas as áreas da vida afetadas pela sua DA — incluindo sinais visíveis na pele, sintomas como comichão e dor e a qualidade de vida global — pode ajudar o seu médico a monitorizar a resposta ao tratamento, orientar diálogos sobre os cuidados ideais adequados para si e definir objetivos de tratamento alcançáveis.

A Atopic Dermatitis Control Tool (ADCT; Ferramenta de Controlo da Dermatite Atópica) é uma ferramenta desenvolvida para ajudar os doentes e respetivos médicos a compreenderem a doença de forma completa e eficiente. Para autoavaliar em que medida a sua DA está bem controlada, pedimos-lhe que responda às perguntas seguintes. As suas respostas na ADCT ajudarão o seu médico ou enfermeiro a compreender melhor as suas necessidades de tratamento.

Passo 1: Responder a seis perguntas breves sobre a sua DA

Pedimos-lhe que responda às perguntas abaixo. Para utilizar a ADCT corretamente, tem de responder a todas as seis perguntas.

Ferramenta de Controlo da Dermatite Atópica (ADCT)

Pedimos-lhe que responda às perguntas seguintes considerando a sua experiência relativamente ao eczema, que por vezes se designa «dermatite atópica».

1. Durante a última semana, como classificaria os sintomas relacionados com o eczema (por exemplo, comichão, pele seca, erupção cutânea)?
 0 Nenhum 1 Ligeiros 2 Moderados 3 Fortes 4 Muito fortes
2. Durante a última semana, em quantos dias teve **episódios intensos de comichão** causados pelo eczema?
 0 Não 1 1-2 dias 2 3-4 dias 3 5-6 dias 4 Todos os dias
3. Durante a última semana, de que forma **se sentiu incomodado** pelo eczema?
 0 Nada 1 Um pouco 2 Moderadamente 3 Muito 4 Extremamente
4. Durante a última semana, em quantas noites teve **problemas a adormecer ou a manter-se a dormir** devido ao eczema?
 0 Nenhuma noite 1 1-2 noites 2 3-4 noites 3 5-6 noites 4 Todas as noites
5. Durante a última semana, até que ponto é que o eczema **afetou as suas atividades diárias**?
 0 Nada 1 Um pouco 2 Moderadamente 3 Muito 4 Extremamente
6. Durante a última semana, até que ponto é que o eczema **afetou o seu humor ou emoções**?
 0 Nada 1 Um pouco 2 Moderadamente 3 Muito 4 Extremamente

© Atopic Dermatitis Control Tool_Versão 1, 27 Nov 2018 Sanofi Group e Regeneron Pharmaceuticals Inc. Todos os Direitos Reservados. ADCT – Portugal/Portuguese

Para saber como calcular a sua pontuação total na ADCT, veja no verso desta página.

Passo 2: Calcular a sua pontuação total na ADCT

Depois de responder a todas as seis perguntas, utilize a tabela da ADCT abaixo para calcular a sua pontuação total na ADCT.

- **Para cada pergunta, a sua resposta é pontuada entre 0 pontos e 4 pontos.**
Preencha as caixas **cinzentas** na coluna à direita na tabela da ADCT abaixo com os pontos que obteve em cada pergunta.
- **A soma dos pontos das suas respostas às seis perguntas da ADCT corresponde à sua pontuação total na ADCT.**
Calcule a soma dos seus pontos nas caixas cinzentas e escreva-a na caixa **roxa** da parte inferior. A sua pontuação total na ADCT situar-se-á entre 0 e 24.
- Registe a data de hoje na caixa da parte superior esquerda. Quando falar com o seu médico sobre a sua DA, poderá eventualmente referir o momento temporal em que registou a sua pontuação total na ADCT.

Data de hoje:	<input type="text"/>					Anote os seus pontos para cada pergunta nas caixas cinzentas
1. Durante a última semana, como classificaria os sintomas relacionados com o eczema?	(Nenhuns) 0 pontos	(Ligeiros) 1 ponto	(Moderados) 2 pontos	(Fortes) 3 pontos	(Muito fortes) 4 pontos	
2. Durante a última semana, em quantos dias teve episódios intensos de comichão causados pelo eczema?	(Não) 0 pontos	(1-2 dias) 1 ponto	(3-4 dias) 2 pontos	(5-6 dias) 3 pontos	(Todos os dias) 4 pontos	
3. Durante a última semana, de que forma se sentiu incomodado pelo eczema?	(Nada) 0 pontos	(Um pouco) 1 ponto	(Moderadamente) 2 pontos	(Muito) 3 pontos	(Extremamente) 4 pontos	
4. Durante a última semana, em quantas noites teve problemas a adormecer ou a manter-se a dormir devido ao eczema?	(Nenhuma noite) 0 pontos	(1-2 noites) 1 ponto	(3-4 noites) 2 pontos	(5-6 noites) 3 pontos	(Todas as noites) 4 pontos	
5. Durante a última semana, até que ponto é que o eczema afetou as suas atividades diárias?	(Nada) 0 pontos	(Um pouco) 1 ponto	(Moderadamente) 2 pontos	(Muito) 3 pontos	(Extremamente) 4 pontos	
6. Durante a última semana, até que ponto é que o eczema afetou o seu humor ou emoções?	(Nada) 0 pontos	(Um pouco) 1 ponto	(Moderadamente) 2 pontos	(Muito) 3 pontos	(Extremamente) 4 pontos	
Soma dos seus pontos = a sua pontuação total na ADCT:						

Passo 3: Falar com o seu médico sobre como a sua DA afeta a sua vida diária

A sua DA poderá não estar bem controlada se:

- **a sua pontuação total na ADCT corresponder a pelo menos 7 pontos**
OU
 - **a sua pontuação total na ADCT tiver aumentado 5 ou mais pontos desde a sua utilização anterior da ADCT**
- ✓ Se pensar que a sua DA poderá não estar bem controlada, deve consultar um médico
- ✓ Leve a sua ADCT preenchida consigo para a sua próxima consulta marcada
- ✓ Fale com o seu médico sobre as suas respostas às perguntas da ADCT e como a sua DA o/a está a afetar