



Universidade Federal de Pelotas
Centro de Pesquisas Epidemiológicas
Coorte de Nascimentos de 2004
ACOMPANHAMENTO COVID
QUESTIONÁRIO DO(A) ADOLESCENTE



Sou da Faculdade de Medicina e faço parte do mesmo estudo que você participa desde o nascimento. A última visita foi aos 15-16 anos de idade e, agora, estamos entrevistando novamente todos(as) adolescentes que visitaram a clínica neste último acompanhamento. Gostaria de conversar sobre a sua saúde, de sua família e sobre a pandemia. Podemos conversar?

BLOCO A – IDENTIFICAÇÃO

1. Número de identificação do adolescente	_____
2. Nome da entrevistadora	_____
2a. Nome do adolescente	_____
3. Data e horário de início da entrevista	____/____/____ ____:____
3a. Você tem algum telefone próprio para contato?	_____
3b. Você tem Instagram?	(0) Não (1) Sim
SE SIM: 3c. Qual o nome do seu perfil?	_____
3d. Você Tem Facebook?	(0) Não (1) Sim
SE SIM: 3e. Qual o nome do seu perfil?	_____
3d. Você tem e-mail?	(0) Não (1) Sim
SE SIM: 3e. Qual o seu endereço de e-mail?	_____

BLOCO B – ESCOLA

VAMOS COMEÇAR FALANDO SOBRE OS SEUS ESTUDOS.

4. Você teve aulas presenciais e/ou on-line durante o primeiro ano da pandemia do coronavírus? <i>Ler opções</i>	(0) Não estava estudando → vá para 6 (1) Não, as aulas foram suspensas durante a pandemia (2) Sim, presencial somente (3) Sim, on-line somente (4) Sim, presencial e on-line
5. Qual o tipo de escola em que você estuda? <i>Ler opções</i>	(1) Pública municipal (2) Pública estadual (3) Pública federal (4) Privada
6. No momento, você está tendo aulas presenciais e/ou on-line? <i>Ler opções</i>	(0) Não está estudando → vá para 8 (1) Não, as aulas foram suspensas durante a pandemia e ainda não voltaram → vá para 8 (2) Sim, presencial somente (3) Sim, on-line somente → vá para 8 (4) Sim, presencial e on-line
7. Quando retornaram as aulas presenciais?	7a. <mês> _____ 7b. <ano> 202__

BLOCO C – COVID-19

AGORA VAMOS FALAR UM POUCO SOBRE A PANDEMIA DO NOVO CORONAVÍRUS.

8. Você teve COVID-19?	(0) Não (1) Sim → vá para 11 (9) IGN → vá para 11
SE NÃO TEVE COVID-19:	(0) Não → vá para 11
9. Você tem medo de pegar coronavírus?	(1) Sim
SE SIM, TEM MEDO:	
10. Por quê?	_____
11. Algum dos seus amigos/amigas teve COVID-19?	(0) Não → vá para 13 (1) Sim
SE SIM:	(0) Não
12. Algum dos seus amigos/amigas morreu de COVID-19?	(1) Sim (9) IGN

13. Seu peso mudou durante a pandemia do coronavírus? <i>Ler opções</i>	(1) Perdeu peso (2) Ganhou peso (3) Manteve o mesmo peso (9) Não sabe
14. Qual seu peso atual?	__ __ __ kg [999 = IGN]
15. Quanto você pesava antes da pandemia do coronavírus?	__ __ __ kg [999 = IGN]
16. Qual a sua altura?	__ __ __ cm [999 = IGN]

BLOCO D – DISTANCIAMENTO SOCIAL E COVID-19

AS NORMAS GOVERNAMENTAIS PARA O ENFRENTAMENTO DA PANDEMIA COM RELAÇÃO À RESTRIÇÃO DE ATIVIDADES NÃO ESSENCIAIS E DISTANCIAMENTO SOCIAL FORAM INSTAURADAS A PARTIR DE MARÇO DE 2020.

(Ler todas as opções para o adolescente e mostrar cartela de opções de resposta “covid jovem” para as perguntas 17 e 22)

VOU LHE PERGUNTAR ALGUMAS COISAS SOBRE SEUS HÁBITOS DURANTE A PANDEMIA. PENSE NO PERÍODO DE MARÇO A JULHO DE 2020

(Atenção: As questões 17 a 21 correspondem ao período de março a julho de 2020.)

17. Em qual nível de restrição de atividades e distanciamento social você esteve nos cinco primeiros meses da pandemia (março a julho de <u>2020</u>), na maior parte do tempo? <i>Ler opções e mostrar cartela de opções de resposta “covid jovem”</i>	(1) Não saía de casa (2) Saía de casa apenas para atividades essenciais, como serviços médicos, farmácia, mercado e alimentação (3) Saía de casa apenas para atividades essenciais e para trabalhar (4) Saía de casa para ir para casa de outros familiares ou pessoas próximas do ciclo social mais restrito (indo para casa de tios ou vizinhos) (5) Saía de casa para atividades de lazer com amigos ou outras pessoas fora do ciclo familiar mais próximo (6) Tive vida praticamente normal → vá para 21
18. Por quanto tempo adotou as medidas de distanciamento social? <i>Ler opções</i>	(1) Menos de 30 dias (2) 30 a 45 dias (3) 45 a 60 dias

	(4) 60 a 75 dias (5) 75 a 90 dias (6) Mais de 90 dias
19. Durante esse período dos cinco primeiros meses (<u>março a julho</u>), seu comportamento se alterou? <i>Ler opções</i>	(1) Mantive o mesmo padrão (2) Aumentei as restrições com o passar dos meses (3) Reduzi as restrições com o passar dos meses
20. Por qual(is) motivo(s) você manteve o distanciamento social entre <u>março e julho de 2020</u> ? Vou ler diversas possibilidades e você me responde sim ou não, como melhor se aplicar a você. → Após responder essa pergunta, vá para 22	
20a. Para evitar a disseminação da doença/para evitar que a doença se espalhasse	(0) Não (1) Sim
20b. Minha cidade estava de quarentena	(0) Não (1) Sim
20c. Eu não quero ficar doente/não quero que familiares fiquem doentes	(0) Não (1) Sim
20d. Meus pais/responsáveis me obrigaram a ficar em casa	(0) Não (1) Sim
20e. Eu prefiro ficar em casa de qualquer maneira	(0) Não (1) Sim
20f. Não tinha nada para fazer fora de casa, já que estava tudo fechado	(0) Não (1) Sim
20g. Meus amigos me disseram que eu devia ficar em casa	(0) Não (1) Sim
20h. Não queria que as outras pessoas pensassem mal de mim por sair de casa	(0) Não (1) Sim
21. Quais motivos te levaram a esse comportamento (vida praticamente normal)? Vou ler diversas possibilidades e você me responde sim ou não, como melhor se aplicar a você.	
21a. Não achei que o distanciamento social era necessário ou efetivo para controlar a doença	(0) Não (1) Sim
21b. Precisei trabalhar ou exercer alguma atividade essencial	(0) Não (1) Sim
21c. Estava sentindo falta de conviver com meus amigos e familiares	(0) Não (1) Sim
21d. Já estava cansado(a) de ficar em casa	(0) Não (1) Sim

21e. A pandemia já estava controlada, então o distanciamento social não era mais necessário	(0) Não (1) Sim
21f. Me senti pressionado pelos meus amigos/familiares para sair de casa	(0) Não (1) Sim
AGORA PENSE NO PERÍODO DE MARÇO A JULHO DE 2021 <i>(Atenção: AS QUESTÕES 22 A 26 CORRESPONDEM AO PERÍODO DE <u>MARÇO A JULHO DE 2021</u>.)</i>	
22. Em relação aos meses de <u>março a julho de 2021</u> , qual nível de restrição você esteve na maior parte do tempo? <i>Ler opções e mostrar cartela de opções de resposta "covid jovem"</i>	(1) Não saía de casa (2) Saía de casa apenas para atividades essenciais, como serviços médicos, farmácia, mercado e alimentação (3) Saía de casa apenas para atividades essenciais incluindo escola e trabalho (4) Saía de casa para ir para casa de outros familiares ou pessoas próximas do ciclo social mais restrito (indo para casa de tios ou vizinhos) (5) Saía de casa para atividades de lazer com amigos ou outras pessoas fora do ciclo familiar mais próximo (6) Teve vida praticamente normal → vá para 26
23. Por quanto tempo adotou as medidas de distanciamento social? <i>Ler opções</i>	(1) Menos de 30 dias (2) 30 a 45 dias (3) 45 a 60 dias (4) 60 a 75 dias (5) 75 a 90 dias (6) Mais de 90 dias
24. Durante esse período dos meses de <u>março a julho de 2021</u> , seu comportamento se alterou? <i>Ler opções</i>	(1) Mantive o mesmo padrão (2) Aumentei as restrições com o passar dos meses (3) Reduzi as restrições com o passar dos meses
25. Por qual(is) motivo(s) você manteve o distanciamento social entre março e julho de 2021? Vou ler diversas possibilidades e você me responde sim ou não, como melhor se aplicar a você. → Após responder essa pergunta, vá para 27	
25a. Para evitar a disseminação da doença/para evitar que a doença se espalhasse	(0) Não (1) Sim
25b. Minha cidade estava de quarentena	(0) Não (1) Sim
25c. Eu não quero ficar doente/não quero que	(0) Não (1) Sim

familiares fiquem doentes	
25d. Meus pais/responsáveis me obrigaram a ficar em casa	(0) Não (1) Sim
25e. Eu prefiro ficar em casa de qualquer maneira	(0) Não (1) Sim
25f. Não tinha nada para fazer fora de casa, já que estava tudo fechado	(0) Não (1) Sim
25g. Meus amigos me disseram que eu devia ficar em casa	(0) Não (1) Sim
25h. Não queria que as outras pessoas pensassem mal de mim por sair de casa	(0) Não (1) Sim
26. Quais motivos te levaram a esse comportamento (vida praticamente normal)? Vou ler diversas possibilidades e você me responde sim ou não, como melhor se aplicar a você.	
26a. Não achei que o distanciamento social era necessário ou efetivo para controlar a doença	(0) Não (1) Sim
26b. Precisei trabalhar ou exercer alguma atividade essencial	(0) Não (1) Sim
26c. Estava sentindo falta de conviver com meus amigos e familiares	(0) Não (1) Sim
26d. Já estava cansado(a) de ficar em casa	(0) Não (1) Sim
26e. A pandemia já estava controlada, então o distanciamento social não era mais necessário	(0) Não (1) Sim
26f. Me senti pressionado pelos meus amigos/familiares para sair de casa	(0) Não (1) Sim
AVALIAÇÃO SUBJETIVA DOS IMPACTOS DA PANDEMIA <i>(Ler todas as opções para o(a) adolescente)</i>	
27. O quanto você acha que a pandemia/distanciamento social afetou você? <i>Ler opções</i>	(1) Não afetou nada → vá para 29 (2) Afetou um pouco (3) Afetou razoavelmente (4) Afetou muito
28. De quais maneiras a pandemia/distanciamento social afetaram você? Vou ler diversas possibilidades e você me responde sim ou não, como melhor se aplicar a você.	
28a. Senti medo de adoecer	(0) Não (1) Sim
28b. Senti medo de alguém da minha família adoecer	(0) Não (1) Sim

28c. Senti saudade dos meus amigos e/ou familiares (avós, tios)	(0) Não (1) Sim
28d. Meus estudos e meu aprendizado foram prejudicados pelo fechamento da escola	(0) Não (1) Sim
28e. Minha família e eu tivemos problemas financeiros decorrentes da pandemia (por exemplo, meu pai e/ou minha mãe perderam o emprego)	(0) Não (1) Sim
28f. Fiquei com medo que faltasse comida em casa durante a pandemia	(0) Não (1) Sim
28g. Não podia ficar sozinho em casa/não tinha privacidade dentro de casa	(0) Não (1) Sim
28h. Não gostava de ficar em casa, porque sempre havia brigas ou discussões entre meus familiares ou entre outros moradores da casa	(0) Não (1) Sim
28i. Não saber quando a pandemia iria terminar me deixava mal e ansioso	(0) Não (1) Sim
28j. Senti falta de fazer exercícios ao ar livre, como jogar futebol ou correr	(0) Não (1) Sim
28k. Eu me sentia vulnerável, pois não tinha acesso a máscara e produtos de higiene, como álcool em gel	(0) Não (1) Sim
28l. Eu percebi que meus pais ou outros moradores da casa se sentiam mal ou estressados por causa da pandemia	(0) Não (1) Sim
28m. Passei a ter insônia durante a noite	(0) Não (1) Sim
28n. Passei a sentir muito mais sono do que antes do distanciamento social	(0) Não (1) Sim
28o. Senti mais fome ou comi mais do que eu costumava	(0) Não (1) Sim
28p. Senti menos fome ou comi menos do que eu costumava	(0) Não (1) Sim
28q. Não gostava de ficar em casa, pois tive que ajudar mais no trabalho doméstico (lavar louça, lavar roupa, arrumar a casa)	(0) Não (1) Sim
28r. Não gostava de ficar em casa, pois meus	(0) Não (1) Sim

pais, responsáveis ou outros moradores da casa brigavam muito comigo	
28s. Ficava muito tempo no celular, na TV, no <i>tablet</i> ou no videogame e acho que isso não faz bem para mim	(0) Não (1) Sim

BLOCO E – TRABALHO	
<p align="center">AGORA VAMOS FALAR SOBRE TRABALHO.</p> <p align="center">VAMOS CONSIDERAR COMO TRABALHO QUALQUER ATIVIDADE QUE VOCÊ REALIZE GANHANDO ALGUM DINHEIRO OU OUTRA COISA EM TROCA PELO SEU TRABALHO.</p>	
29. Desde o início da pandemia, você trabalhou recebendo dinheiro ou alguma coisa em troca?	(0) Não → vá para 38 (1) Sim (8) NSA
<i>SE SIM:</i> 30. Desde o início da pandemia, quantos <u>meses</u> você trabalhou?	___ __ meses <i>[00 se trabalhou menos de um mês]</i> <i>[88=NSA; 99=IGN]</i>
<i>SE SIM:</i> 31. Desde o início da pandemia, quantos <u>dias por semana</u> você trabalhou?	___ dias/semana <i>[8=NSA; 9=IGN]</i>
<i>SE SIM:</i> 32. Desde o início da pandemia, quantas horas por dia você trabalhou?	11a. ___ __ horas 11b. ___ __ minutos <i>[88 88=NSA; 99 99=IGN]</i>
33. Você está trabalhando atualmente?	(0) Não (1) Sim (8) NSA
34. O seu trabalho é/foi em casa ou fora de casa?	(1) Casa (ou maior parte do tempo) (2) Fora (ou maior parte do tempo) (3) Em casa e fora de casa (meio a meio) (8) NSA
35. Você trabalha/trabalhou com seus pais ou outro parente?	(0) Não (1) Sim (8) NSA
36. Quanto você recebe/recebia?	R\$ ___ __ __ __ __ por mês <i>[00000=se recebeu objetos, alimentos,</i>

	<i>roupas em troca; 88888=NSA; 99999=IGN]</i> → Se 00000 ou 99999, vá para 17
SE RECEBEU DINHEIRO PELO TRABALHO: 37. Do dinheiro que recebe ou recebia pelo seu trabalho, você ajuda ou ajudava os seus pais ou outros parentes?	(0) Não (1) Sim (8) NSA

BLOCO F – TEMPO DE TELA

AGORA VAMOS CONVERSAR SOBRE COISAS QUE VOCÊ TEM FEITO DESDE O INÍCIO DA PANDEMIA, QUANDO VOCÊ NÃO ESTÁ EM AULA (SEJA *ON-LINE* OU PRESENCIAL) OU NO TRABALHO.

38. Você assiste televisão?	(0) Não → vá para 41 (1) Sim
SE SIM: 39. Quantas horas você assiste televisão nos <u>domingos</u> ?	18a. ___ horas 18b. ___ minutos [88 88=NSA; 99 99=IGN]
SE SIM: 40. Quantas horas você assiste televisão em um <u>dia de semana</u> sem ser sábado e domingo?	19a. ___ horas 19b. ___ minutos [88 88=NSA; 99 99=IGN]
41. Você tem televisão no seu quarto?	(0) Não (1) Sim
42. Você joga no celular ou <i>tablet</i> ?	(0) Não → vá para 45 (1) Sim
SE SIM: 43. Quantas horas você joga no celular ou <i>tablet</i> nos <u>domingos</u> ?	22a. ___ horas 22b. ___ minutos [88 88=NSA; 99 99=IGN]
SE SIM: 44. Quantas horas você joga no celular ou <i>tablet</i> em um <u>dia de semana</u> sem ser sábado e domingo?	23a. ___ horas 23b. ___ minutos [88 88=NSA; 99 99=IGN]
45. Você joga videogame?	(0) Não → vá para 48 (1) Sim
SE SIM: 46. Quantas horas você joga videogame nos <u>domingos</u> ?	25a. ___ horas 25b. ___ minutos [88 88=NSA; 99 99=IGN]
SE SIM: 47. Quantas horas você joga videogame em um <u>dia de semana</u> sem ser sábado e domingo?	26a. ___ horas 26b. ___ minutos [88 88=NSA; 99 99=IGN]
48. Você usa computador?	(0) Não → vá para 51

	(1) Sim
SE SIM: 49. Quantas horas você fica no computador nos domingos ?	28a. ___ horas 28b. ___ minutos [88 88=NSA; 99 99=IGN]
SE SIM: 50. Quantas horas você fica no computador em um dia de semana sem ser sábado e domingo?	29a. ___ horas 29b. ___ minutos [88 88=NSA; 99 99=IGN]

BLOCO G – ATIVIDADE FÍSICA			
AGORA VAMOS FALAR UM POUCO SOBRE ATIVIDADE FÍSICA QUE VOCÊ POSSA TER PRATICADO NA ÚLTIMA SEMANA, SEM CONTAR AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA. (Atenção: o tempo deve ser marcado sem considerar a educação física da escola)			
Desde <DIA> da semana passada, você praticou...		a. Quantos dias na semana?	b. e c. Quanto tempo cada dia?
51. Futebol de sete, rua ou campo?	(0) Não (1) Sim	___ dias	___ h ___ min
52. Futsal?	(0) Não (1) Sim	___ dias	___ h ___ min
53. Atletismo?	(0) Não (1) Sim	___ dias	___ h ___ min
54. Basquete?	(0) Não (1) Sim	___ dias	___ h ___ min
55. Jazz, ballet, outras danças?	(0) Não (1) Sim	___ dias	___ h ___ min
56. Ginástica olímpica, rítmica?	(0) Não (1) Sim	___ dias	___ h ___ min
57. Judô, karatê, capoeira, outras lutas?	(0) Não (1) Sim	___ dias	___ h ___ min
58. Natação?	(0) Não (1) Sim	___ dias	___ h ___ min
59. Vôlei?	(0) Não (1) Sim	___ dias	___ h ___ min
60. Tênis, pádel?	(0) Não (1) Sim	___ dias	___ h ___ min
61. Caminhada?	(0) Não (1) Sim	___ dias	___ h ___ min
62. Musculação?	(0) Não (1) Sim	___ dias	___ h ___ min
63. Academia?	(0) Não (1) Sim	___ dias	___ h ___ min
64. Outro 1? _____	(0) Não (1) Sim	___ dias	___ h ___ min
65. Outro 2? _____	(0) Não (1) Sim	___ dias	___ h ___ min
66. Outro 3? _____	(0) Não (1) Sim	___ dias	___ h ___ min
Por que você faz atividade física:			
67. Para se manter sadio?	(0) Não (1) Sim	(8) NSA (9) IGN	
68. Para estimular a imunidade?	(0) Não (1) Sim	(8) NSA (9) IGN	
69. Para perder ou manter o peso?	(0) Não (1) Sim	(8) NSA (9) IGN	

70. Para liberar o estresse/se sentir mais feliz?	(0) Não (1) Sim (8) NSA (9) IGN
71. Para ganhar massa muscular?	(0) Não (1) Sim (8) NSA (9) IGN
72. Para dormir melhor a noite?	(0) Não (1) Sim (8) NSA (9) IGN
73. Você faz atividade física sozinho ou com outra pessoa? <i>Ler opções</i>	(1) Sozinho (2) Com algum familiar (3) Com algum amigo (4) NSA

BLOCO H – SAÚDE	
AGORA VAMOS FALAR SOBRE A SUA SAÚDE.	
74. Como você considera a sua saúde? <i>Ler opções</i>	(1) Excelente (2) Muito boa (3) Boa (4) Regular (5) Ruim (9) IGN
75. Comparando com adolescentes da sua idade, você considera que a saúde da sua boca e dentes é: <i>Ler opções</i>	(1) Excelente (2) Muito boa (3) Boa (4) Regular (5) Ruim (9) IGN

BLOCO I – LOCUS DE CONTROLE	
AGORA VOU LHE PERGUNTAR O QUE VOCÊ SENTE SOBRE ALGUMAS COISAS.	
76. Você acha que, quando você deseja muito, as coisas boas acontecem?	(0) Não (1) Sim
77. As pessoas são legais com você não importa o que você faça?	(0) Não (1) Sim
78. Você costuma se sair mal na escola mesmo quando se esforça?	(0) Não (1) Sim
79. Quando um amigo está bravo com você é difícil fazer	(0) Não

com que o amigo goste de você novamente?	(1) Sim
80. Você fica surpreso quando seu professor lhe elogia pelo seu trabalho?	(0) Não (1) Sim
81. Quando coisas ruins acontecem com você, a culpa é geralmente de outra pessoa?	(0) Não (1) Sim
82. Sair-se bem no seu trabalho de aula é apenas uma questão de sorte para você?	(0) Não (1) Sim
83. Muitas vezes você é acusado de coisas que não são culpa sua?	(0) Não (1) Sim
84. Quando você entra em uma discussão ou briga, a culpa é geralmente da outra pessoa?	(0) Não (1) Sim
85. Você acha que é uma perda de tempo estudar para as provas?	(0) Não (1) Sim
86. Quando coisas legais acontecem com você geralmente é porque você “deu sorte”?	(0) Não (1) Sim
87. Será que planejando o futuro as coisas boas acontecem?	(0) Não (1) Sim

BLOCO J – AUTOESTIMA	
<p>PARA CADA FRASE, RESPONDA A OPÇÃO MAIS ADEQUADA: DISCORDO TOTALMENTE, DISCORDO, CONCORDO OU CONCORDO TOTALMENTE.</p> <p><u>Mostrar “Opção de resposta 1”:</u></p>	
88. Eu sinto que sou uma pessoa de valor, no mínimo, tanto quanto as outras pessoas. <i>Ler opções</i>	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo totalmente
89. Eu acho que eu tenho várias boas qualidades.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo totalmente
90. Levando tudo em conta, eu penso que eu sou um fracasso.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo totalmente
91. Eu acho que sou capaz de fazer as coisas tão bem quanto a maioria das pessoas.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo

	(3) Concordo (4) Concordo totalmente
92. Eu acho que eu não tenho muito do que me orgulhar.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo totalmente
93. Eu tenho uma atitude positiva com relação a mim mesmo.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo totalmente
94. No conjunto, eu estou satisfeito(a) comigo.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo totalmente
95. Eu gostaria de poder ter mais respeito por mim mesmo.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo totalmente
96. Às vezes eu me sinto inútil.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo totalmente
97. Às vezes eu acho que não presto para nada.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo totalmente

BLOCO K – CONTROLE EMOCIONAL

ESCUTE COM ATENÇÃO CADA UMA DAS AFIRMAÇÕES QUE SE SEGUEM E RESPONDA A QUE PARECE MAIS VERDADEIRA PARA VOCÊ. LEMBRE, NÃO EXISTEM RESPOSTAS CERTAS OU ERRADAS, RESPONDA DE ACORDO COM O QUE VOCÊ GERALMENTE SENTE.

Mostrar “Opção de resposta 2”:

98. Sou uma pessoa feliz. <i>Ler opções</i>	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Não concordo, nem discordo
---	--

	(4) Concordo (5) Concordo totalmente
99. Quando os adultos são simpáticos comigo, eu sou simpático(a) com eles.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Não concordo, nem discordo (4) Concordo (5) Concordo totalmente
100. Eu reajo bem quando as coisas mudam ou tenho que experimentar algo novo.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Não concordo, nem discordo (4) Concordo (5) Concordo totalmente
101. Quando fico aborrecido(a), consigo superar isso rapidamente.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Não concordo, nem discordo (4) Concordo (5) Concordo totalmente
102. Quando as coisas não correm como eu quero, fico aborrecido(a) facilmente.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Não concordo, nem discordo (4) Concordo (5) Concordo totalmente
103. Quando o(a)s outro(a)s adolescentes são simpático(a)s comigo, eu sou simpático(a) com ele(a)s.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Não concordo, nem discordo (4) Concordo (5) Concordo totalmente
104. Eu tenho explosões de raiva.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Não concordo, nem discordo (4) Concordo (5) Concordo totalmente
105. Eu gosto de ver os outros se magoarem ou ficarem aborrecidos.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Não concordo, nem discordo (4) Concordo

	(5) Concordo totalmente
106. Eu incomodo quando não devo.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Não concordo, nem discordo (4) Concordo (5) Concordo totalmente
107. Eu fico zangado(a) quando os adultos me dizem o que posso ou não fazer.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Não concordo, nem discordo (4) Concordo (5) Concordo totalmente
108. Eu sou uma pessoa triste.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Não concordo, nem discordo (4) Concordo (5) Concordo totalmente
109. É difícil para mim esperar por algo que eu queira.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Não concordo, nem discordo (4) Concordo (5) Concordo totalmente
110. Eu sou calmo(a) e tímido(a) e não mostro meus sentimentos.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Não concordo, nem discordo (4) Concordo (5) Concordo totalmente
111. Eu faço as coisas sem pensar primeiro.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Não concordo, nem discordo (4) Concordo (5) Concordo totalmente
112. Quando os outros estão preocupados, eu fico triste e preocupado(a) com eles.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Não concordo, nem discordo (4) Concordo (5) Concordo totalmente

113. Eu aborreço os outros porque me meto no que não me diz respeito.	(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Não concordo, nem discordo (4) Concordo (5) Concordo totalmente
---	---

BLOCO L – SENTIMENTOS E COMPORTAMENTOS

AUTOCONTROLE

AGORA VAMOS CONVERSAR SOBRE SEU JEITO DE SER. POR FAVOR, INDIQUE O QUANTO CADA UMA DAS AFIRMAÇÕES MOSTRA COMO VOCÊ É NORMALMENTE:

114. Eu consigo resistir a tentações. <i>Ler opções</i>	(1) De jeito nenhum (2) Raramente (3) Às vezes (4) Quase sempre (5) Muito
115. Eu tenho dificuldade em interromper maus hábitos. <i>Ler opções</i>	(1) De jeito nenhum (2) Raramente (3) Às vezes (4) Quase sempre (5) Muito
116. Eu gostaria de ter mais autodisciplina. <i>Ler opções</i>	(1) De jeito nenhum (2) Raramente (3) Às vezes (4) Quase sempre (5) Muito
117. As pessoas diriam que eu tenho uma autodisciplina rígida. <i>Ler opções</i>	(1) De jeito nenhum (2) Raramente (3) Às vezes (4) Quase sempre (5) Muito

BLOCO M – SONO

AGORA VAMOS FALAR SOBRE O SEU SONO. FAREI PERGUNTAS SOBRE O SEU COMPORTAMENTO DE SONO NO ÚLTIMO MÊS. PERGUNTAREI SOBRE OS DIAS QUE VOCÊ TEM AULA/TRABALHO E NOS DIAS QUE NÃO TEM AULA/TRABALHO, COMO FINAIS DE SEMANA.

RESPONDA DE ACORDO COM A SUA PERCEPÇÃO DE UMA SEMANA QUE CONTENHA SEUS HÁBITOS NORMAIS, DIAS COM E SEM AULA/TRABALHO.	
<i>Se não trabalha E não estuda → vá para 126</i> <p style="text-align: center;"><u>Mostrar “Figura 2”:</u></p> <p>Por favor, pense em uma escala de tempo de 24 horas (por exemplo, 23:00 ao invés de 11:00 da noite).</p>	
118a. SE ESTUDA: Quantos dias por semana você tem aula?	__ dias [8 = NSA; 9 = IGN]
118b. SE TRABALHA: Quantos dias por semana você trabalha?	__ dias [8 = NSA; 9 = IGN]
Para responder as próximas perguntas, pense nos dias que você <u>tem aula/trabalho</u>:	
<i>Mostrar imagem 1 da Figura 2:</i> 119. Que horas você vai para a cama?	63a. __ __ horas 63b. __ __ minutos
Como você pode ver na imagem 2, da Figura 2, algumas pessoas permanecem algum tempo acordadas depois de se deitar.	
<i>Mostrar imagem 3 da Figura 2:</i> 120. Que horas você está <u>pronto(a)</u> para dormir?	64a. __ __ horas 64b. __ __ minutos
<i>Mostrar imagem 4 da Figura 2:</i> 121. Quantos minutos você <u>necessita</u> para adormecer?	__ __ minutos
<i>Mostrar imagem 5 da Figura 2:</i> 122. Que horas você acorda?	66a. __ __ horas 66b. __ __ minutos
<i>Mostrar imagem 6 da Figura 2:</i> 123. Depois de acordar, após quantos minutos você se levanta?	__ __ minutos
124. Você usa o despertador nos dias de escola/trabalho ou seus pais te acordam?	(0) Não → vá para 126 (1) Sim
<i>SE SIM:</i> 125. Você acorda regularmente <u>antes</u> do despertador ou antes de lhe chamarem?	(0) Não (1) Sim
Agora, para responder as próximas perguntas, pense nos dias livres, ou seja, <u>sem aula/sem trabalho</u>:	
<i>Mostrar imagem 1 da Figura 2:</i> 126. Que horas você vai para a cama?	70a. __ __ horas 70b. __ __ minutos
Como você pode ver na imagem 2 da Figura 2, algumas pessoas permanecem algum tempo acordadas depois de se deitar.	

Mostrar imagem 3 da Figura 2: 127. Que horas você está <u>pronto(a)</u> para dormir?	71a. ____ horas 71b. ____ minutos
Mostrar imagem 4 da Figura 2: 128. Quantos minutos você <u>necessita</u> para adormecer?	____ minutos
Mostrar imagem 5 da Figura 2: 129. Que horas você acorda?	73a. ____ horas 73b. ____ minutos
Mostrar imagem 6 da Figura 2: 130. Depois de acordar, após quantos minutos você se levanta?	____ minutos
131. Seu tempo de despertar (Imagem 5 da Figura 2) é devido ao uso de um despertador ou seus pais lhe acordando?	(0) Não (1) Sim
132. Existem razões especiais pelas quais você <u>não</u> pode escolher livremente os seus horários de sono em dias livres?	(0) Não → vá para 134 (1) Sim
SE SIM: 133. Qual?	(1) Membros da família/animais de estimação (2) Hobbies (3) Outro(s) motivo(s) 77a. Qual(is)? _____

BLOCO N – CORTISOL	
<p>SE VOCÊ PERMITIR, NÓS IREMOS COLETAR UMA AMOSTRA DO SEU CABELO PARA MEDIRMOS A QUANTIDADE DE CORTISOL NELA. O CORTISOL É UMA MOLÉCULA QUE PODE ESTAR RELACIONADO COM O ESTRESSE QUE VOCÊ VIVENCIAU E ACUMULOU NOS ÚLTIMOS MESES. PARA QUE ESSA MEDIDA SEJA FEITA ADEQUADAMENTE, PRECISAMOS SABER ALGUMAS INFORMAÇÕES SOBRE O SEU CABELO. APÓS, VOU COLETAR UMA PEQUENA MECHA DO SEU CABELO.</p>	
134. Você pintou o cabelo, fez reflexos/luzes ou outros tratamentos na raiz do cabelo nos últimos 3 meses?	(0) Não → vá para 137 (1) Sim
SE SIM: 135. Quando foi a última vez?	(1) No último mês (2) Entre 1 a 2 meses atrás (3) Entre 2 a 3 meses atrás (8) NSA

SE SIM na 134: 136. Qual o tipo de tratamento foi feito? (pode assinalar mais de uma opção)	(01) Pintura (02) Reflexo (03) Luzes (04) Progressiva (05) Coloração (06) Botox (07) Semi-definitiva (08) Definitiva (09) Shampoo tonalizante (10) Relaxamento (11) Hidratação (12) Alisamento (13) Mechas (14) Aplique (15) Matizador (16) Química (17) Ombrehair (18) Spray provisório (19) Outro 136a. Qual? _____ (88) NSA
137. Em média, quantas vezes por semana você lava o cabelo?	___ ___ vezes
138. Quando foi a última vez que você lavou o cabelo?	___ dias atrás
139. Quando foi a última vez que você cortou o cabelo?	(1) No último mês (2) Entre 1 a 2 meses atrás (3) Entre 2 a 3 meses atrás (4) Há mais de 3 meses (5) Nunca cortou

BLOCO O – ESTRESSE (INSTRUMENTO DASS-21)

PENSANDO NA SUA VIDA, DURANTE A ÚLTIMA SEMANA, O QUANTO ESTAS SITUAÇÕES QUE VOU LER APLICARAM-SE A SUA VIDA:

Mostrar “Opção de resposta 3”:

140. Achei difícil me acalmar. Ler opções	(0) Não se aplicou de maneira alguma (1) Aplicou-se em algum grau ou por pouco tempo
--	---

	<p>(2) Aplicou-se em um grau considerável ou por uma boa parte do tempo</p> <p>(3) Aplicou-se muito ou na maioria do tempo</p>
141. Tive a tendência de reagir de forma exagerada às situações.	<p>((0) Não se aplicou de maneira alguma</p> <p>(1) Aplicou-se em algum grau ou por pouco tempo</p> <p>(2) Aplicou-se em um grau considerável ou por uma boa parte do tempo</p> <p>(3) Aplicou-se muito ou na maioria do tempo</p>
142. Senti que estava sempre nervoso(a).	<p>(0) Não se aplicou de maneira alguma</p> <p>(1) Aplicou-se em algum grau ou por pouco tempo</p> <p>(2) Aplicou-se em um grau considerável ou por uma boa parte do tempo</p> <p>(3) Aplicou-se muito ou na maioria do tempo</p>
143. Senti-me agitado(a).	<p>(0) Não se aplicou de maneira alguma</p> <p>(1) Aplicou-se em algum grau ou por pouco tempo</p> <p>(2) Aplicou-se em um grau considerável ou por uma boa parte do tempo</p> <p>(3) Aplicou-se muito ou na maioria do tempo</p>
144. Achei difícil relaxar.	<p>(0) Não se aplicou de maneira alguma</p> <p>(1) Aplicou-se em algum grau ou por pouco tempo</p> <p>(2) Aplicou-se em um grau considerável ou por uma boa parte do tempo</p> <p>(3) Aplicou-se muito ou na maioria do tempo</p>
145. Fui intolerante com as coisas que me impediam de continuar o que eu estava fazendo.	<p>(0) Não se aplicou de maneira alguma</p> <p>(1) Aplicou-se em algum grau ou por pouco tempo</p> <p>(2) Aplicou-se em um grau considerável ou por uma boa parte do tempo</p> <p>(3) Aplicou-se muito ou na maioria do tempo</p>

146. Senti que estava um pouco emotivo(a)/sensível demais.	(0) Não se aplicou de maneira alguma (1) Aplicou-se em algum grau ou por pouco tempo (2) Aplicou-se em um grau considerável ou por uma boa parte do tempo (3) Aplicou-se muito ou na maioria do tempo
--	--

BLOCO P – EVENTOS ESTRESSANTES

VOCÊ E SEUS PAIS

POR FAVOR, RESPONDA SE O QUE ESTÁ ESCRITO NAS FRASES ABAIXO ACONTECE NA SUA CASA: NUNCA, RARAMENTE, ÀS VEZES OU FREQUENTEMENTE. AQUI, O TERMO "PAIS" SE REFERE AOS ADULTOS QUE CUIDAM DE VOCÊ EM CASA. DESDE O INÍCIO DA PANDEMIA...

147. Você tem que dizer a seus pais com quem você se encontra no seu tempo livre. <i>Ler opções</i>	(1) Nunca (2) Raramente (3) Às vezes (4) Frequentemente
148. Seus pais lhe perguntam sobre o que você faz no seu tempo livre. <i>Ler opções</i>	(1) Nunca (2) Raramente (3) Às vezes (4) Frequentemente
149. Quando você sai no seu tempo livre, seus pais perguntam aonde você vai. <i>Ler opções</i>	(1) Nunca (2) Raramente (3) Às vezes (4) Frequentemente

SOCIEDADE BRASILEIRA

NESTA PARTE NÓS QUEREMOS SABER O QUANTO VOCÊ CONCORDA OU DISCORDA DAS SEGUINTE FRASES:

150. Em geral, você acha a sociedade justa. <i>Ler opções</i>	(0) Discordo fortemente (1) Discordo (2) Não concordo, nem discordo (3) Concordo (4) Concordo fortemente
151. Em geral, o sistema político brasileiro funciona como deveria. <i>Ler opções</i>	(0) Discordo fortemente (1) Discordo (2) Não concordo, nem discordo

	(3) Concordo (4) Concordo fortemente
152. A sociedade brasileira precisa ser radicalmente reestruturada. <i>Ler opções</i>	(0) Discordo fortemente (1) Discordo (2) Não concordo, nem discordo (3) Concordo (4) Concordo fortemente
ESTADO SOCIAL SUBJETIVO	
<p style="text-align: center;"><u>Mostrar “Figura 1”:</u></p> <p>PENSE NESTA ESCADA PARA MOSTRAR ONDE AS PESSOAS ESTÃO NO BRASIL. NO TOPO DA ESCADA ESTÃO AS PESSOAS EM MELHOR SITUAÇÃO: AQUELAS QUE TÊM MAIS DINHEIRO, A MELHOR EDUCAÇÃO E OS MELHORES EMPREGOS. NA PARTE DE BAIXO DA ESCADA ESTÃO AS PESSOAS EM PIOR SITUAÇÃO: AS QUE TÊM MENOS DINHEIRO, ESTUDAM POR MENOS TEMPO, NÃO TÊM UM BOM EMPREGO OU ESTÃO DESEMPREGADAS. QUANTO MAIS ALTO VOCÊ ESTIVER NESTA ESCADA, MAIS PERTO ESTARÁ DAS PESSOAS EM MELHOR SITUAÇÃO. QUANTO MAIS BAIXO VOCÊ ESTIVER, MAIS PRÓXIMO VOCÊ ESTARÁ DAS PESSOAS EM PIOR SITUAÇÃO.</p>	
153. Onde você se colocaria nesta figura, <u>DURANTE A PANDEMIA?</u> Qual a letra do degrau onde você pensa estar neste momento de sua vida em relação a outras pessoas no Brasil.	_____