

Versão Brasileira do Athlete Fear Avoidance Questionnaire (AFAQ)

Nome:
Modalidade esportiva:
Data:

Instruções: Nós estamos interessados nos pensamentos ou sentimentos que você tem quando sente dores relacionadas a lesões esportivas. Usando a escala abaixo, indique, por favor, o grau que representa a presença desses pensamentos e sentimentos quando você sente tais dores.

Grau	1	2	3	4	5
Significado	Absolutamente nada	Grau leve	Grau moderado	Grau alto	Grau máximo

Afirmação	Grau
1. Eu nunca mais serei capaz de jogar como fazia antes da minha lesão.	
2. Eu estou preocupado(a) com a minha participação na equipe diante das mudanças que estão ocorrendo nela.	
3. Eu estou preocupado(a) com o que as outras pessoas vão pensar de mim se eu não voltar a atuar no mesmo nível.	
4. Eu não tenho certeza sobre o que é minha lesão.	
5. Eu acredito que a minha lesão atual tenha comprometido minhas futuras habilidades atléticas.	
6. Eu não me sinto confortável em voltar a jogar até estar 100%.	
7. As pessoas não entendem a gravidade da minha lesão.	
8. Eu não sei se estou pronto(a) para jogar.	
9. Eu receio que minha lesão possa se agravar se eu voltar a jogar antes do tempo.	
10. Eu receio que a minha lesão é muito grave quando minha dor é intensa.	