

Teste de Controlo de Asma e Rinite Alérgica (CARAT®)

Por favor, assinale com uma cruz ().

Por causa das suas doenças alérgicas respiratórias (asma/rinite/alergia), em média nas últimas 4 semanas, quantas vezes teve:

	Nunca	1 ou 2 dias por semana	Mais de 2 dias por semana	Quase todos ou todos os dias	
1. Nariz entupido?	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ⁰	
2. Espirros?	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ⁰	
3. Comichão no nariz?	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ⁰	
4. Corrimento/pingo do nariz?	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ⁰	
5. Falta de ar/dispneia?	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ⁰	
6. Chiadeira no peito/pieira?	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ⁰	
7. Aperto no peito com esforço físico?	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ⁰	
8. Cansaço / dificuldade em fazer as suas actividades ou tarefas do dia-a-dia?	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ⁰	
9. Acordou durante a noite?	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ⁰	
Nas últimas <u>4 semanas</u> , quantas vezes teve de:		Não estou a tomar medicamentos	Nunca	Menos de 7 dias	7 ou mais dias
10. Aumentar a utilização dos seus medicamentos por causa das suas doenças alérgicas respiratórias (asma/rinite/alergia)?		<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ⁰

A pontuação máxima é de 30 pontos. Pontuação ≤ 24 equivale a baixo controlo global. As 4 primeiras questões dizem respeito ao controlo da rinite (0-12 pontos) e pontuação ≤ 8 equivale a rinite mal controlada. As 6 últimas questões dizem respeito ao controlo da asma (0-18 pontos) e pontuação < 16 equivale a asma mal controlada.

Referências:

Fonseca JA, et al. Validation of a questionnaire (CARAT10) to assess rhinitis and asthma in patients with asthma. Allergy 2010. 65(8):1042-8