Work Role Functioning Questionnaire 2.0

SEU TRABALHO E SAÚDE

Estas questões pedem que você avalie a **quantidade de tempo** durante as **últimas quatro semanas** em que teve dificuldade para executar certas tarefas no seu trabalho.

A quantidade de tempo diz respeito às horas em que você trabalhou nas últimas quatro semanas.

Marque a caixa "Não se aplica ao meu trabalho" apenas se a questão descrever algo que não faz parte do seu trabalho.

Nas últimas quatro semanas, por quanto tempo durante o seu trabalho a sua saúde física ou problemas emocionais dificultaram que você fizesse o seguinte:

	Eu encontrei dificuldade para…	Sempre (100%)	Muitas vezes	Metade das vezes (50%)	Algumas vezes	Nenhuma das vezes (0%)	Não se aplica ao meu trabalho
1.	começar tranquilamente o meu dia de trabalho.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2.	começar a trabalhar assim que cheguei ao trabalho.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3.	trabalhar sem ter que parar para intervalos ou descanso.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4.	manter a rotina ou cronograma.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5.	trabalhar rápido o suficiente.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6.	finalizar o meu trabalho a tempo.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7.	fazer meu trabalho sem cometer erros.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8.	satisfazer as pessoas que supervisionam meu trabalho.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
9.	me sentir realizado(a) no meu trabalho.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
10.	sentir que fiz o que sou capaz de fazer.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
11.	levantar, carregar ou mover objetos que pesavam mais de 5 kg.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
12.	sentar, ficar de pé ou permanecer na mesma posição por mais de 15 minutos enquanto trabalhava.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Nas últimas quatro semanas, por quanto tempo durante o seu trabalho a sua saúde física ou problemas emocionais dificultaram que você fizesse o seguinte:

	Eu encontrei dificuldade para…	Sempre (100%)	Muitas vezes	Metade das vezes (50%)	Algumas vezes	Nenhuma das vezes (0%)	Não se aplica ao meu trabalho
13.	repetir muitas vezes os mesmos movimentos durante o trabalho.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
14.	me curvar, girar ou me esticar enquanto trabalhava.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
15.	usar ferramentas ou equipamentos (por exemplo, telefone, caneta, teclado, mouse, furadeira, lixadeira ou secador de cabelo).	☐	☐	☐	☐	☐	☐
16.	manter o foco no trabalho.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
17.	trabalhar com cuidado.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
18.	me concentrar no trabalho.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
19.	trabalhar sem perder a minha linha de raciocínio.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
20.	ler ou processar facilmente informações enquanto trabalhava.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
21.	falar com alguém pessoalmente, em reuniões ou por telefone.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
22.	controlar meu temperamento enquanto trabalhava.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
23.	definir prioridades do meu trabalho.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
24.	lidar com as mudanças no meu trabalho.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
25.	processar as informações recebidas no prazo certo, por exemplo, e-mails.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
26.	executar várias tarefas ao mesmo tempo.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
27.	mostrar iniciativa no meu trabalho.	☐	☐	☐	☐	☐	☐