



## Self-Efficacy for Managing Chronic Disease 6-item Scale (European Portuguese)

Gostaríamos de saber quão confiante está em realizar certas actividades. Para cada uma das seguintes perguntas, por favor, escolha número que corresponde ao nível de confiança com que consegue fazer as tarefas regularmente, no presente momento.

1. Quão confiante está em conseguir que o cansaço causado pela sua doença não interfira nas coisas que quer fazer?  
not at all | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | totally confident
2. Quão confiante está em conseguir que o desconforto físico ou a dor da sua doença não interfiram nas coisas que quer fazer?  
not at all | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | totally confident
3. Quão confiante está em conseguir que o sofrimento emocional causado pela sua doença não interfira nas coisas que quer fazer?  
not at all | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | totally confident
4. Quão confiante está em conseguir que quaisquer outros sintomas ou problemas de saúde não interfiram nas coisas que quer fazer?  
not at all | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | totally confident
5. Quão confiante está em conseguir fazer as diferentes tarefas e actividades necessárias para gerir o seu problema de saúde, de forma a diminuir a necessidade de ir ao médico?  
not at all | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | totally confident
6. Quão confiante está em fazer outras coisas, além de tomar a medicação, para diminuir a forma como a doença afeta o seu dia-a-dia?  
not at all | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | totally confident

### Scoring

The score for each item is the number circled. If two consecutive numbers are circled, code the lower number (less self-efficacy). If the numbers are not consecutive, do not score the item. The score for the scale is the mean of the six items. If more than two items are missing, do not score the scale. Higher number indicates higher self-efficacy.

## References

Marconcin P, Tomé G, Carnide F, Yáziqi F, Campos P, Pais S, Espanha M. Translation, cultural adaptation and validation of the self-efficacy to manage chronic disease 6-Item scale for European Portuguese. *Acta Rheumatologica Portuguesa*, 2021, 46:15-22.

*This scale was not translated by SMRC*

**Self-Management Resource Center**  
smrc@selfmanagementresource.com  
<https://selfmanagementresource.com>