

Drive for Muscularity Scale (DMS) - Escala de Busca pela Muscularidade (versão para mulheres)

Conceitos avaliados: *drive for muscularity* (busca pela muscularidade).

Referências da versão original:

MCCREARY, D. R.; SASSE, D. K. An exploration of the drive for muscularity in adolescent boys and girls. **Journal of American College Health**, v. 48, p. 297-304, 2000.

MCCREARY, D. R., *et al.* Measuring the drive for muscularity: Factorial validity of the Drive for Muscularity Scale in men and women. **Psychology of Men & Masculinity**, v. 5, p. 49-58, 2004.

Referência da versão em português: CARVALHO, Pedro Henrique Berbert de, *et al.* Is the Drive for Muscularity Scale a valid and reliable instrument for young adult women?. **Body Image**, v. 29, p. 1-5, 2019. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.02.001>

<p>Leia atentamente cada item e então, para cada um, marque com um X o número que melhor se aplica a você. Utilize a escala abaixo:</p> <p>1 – Sempre 2 – Muito frequentemente 3 – Frequentemente 4 – Às vezes 5 – Raramente 6 – Nunca</p>	Sempre	Muito frequentemente	Frequentemente	Às vezes	Raramente	Nunca
1. Eu gostaria de ser mais musculosa.						
2. Levanto pesos para aumentar os músculos.						
3. Uso suplementos energéticos ou de proteína.						
4. Tomo suplemento energético ou suplemento de proteína para ganhar peso.						
5. Tento consumir o máximo de calorias que posso em um dia.						
6. Sinto-me culpada se perco uma sessão de musculação.						
7. Acho que me sentiria mais confiante se meus músculos fossem maiores.						
8. Outras pessoas acham que eu faço musculação com muita frequência.						
9. Acho que ficaria mais bonita se ganhasse 5 quilos.						
10. Penso em tomar esteroides anabolizantes.						
11. Acho que me sentiria fisicamente mais forte se ganhasse um pouco mais de músculo.						
12. Acho que meu programa de musculação interfere em outras áreas da minha vida.						
13. Acho que meus braços não são musculosos o suficiente.						
14. Acho que meu peito não é musculoso o suficiente.						
15. Acho que minhas pernas não são musculosas o suficiente.						