



## *Life Experiences Survey (LES) Avaliação de acontecimentos de vida*

**Maria Nascimento Cunha**

ISMT- Instituto Superior Miguel Torga, Coimbra, Portugal

CIAC - Center for Research in Arts and Communication, University of Algarve, Faro, Portugal

Email: [maria14276@gmail.com](mailto:maria14276@gmail.com)

### INTRODUÇÃO DO INSTRUMENTO

O relatório em questão, foi elaborado no âmbito da disciplina de Psicometria ministrada pela professora doutora Isabel Silva. O principal objetivo consiste na elaboração de uma análise crítica face ao questionário “LES - Life Experiences Survey” (Sarason, Johnson & Siegel, 1978; Silva et al., 2003).

O instrumento “Life Experiences Survey” foi desenvolvido pelos autores Sarason, Johnson e Siegel (1978) como forma de avaliar o stress através de acontecimentos de vida a que o indivíduo esteve sujeito num dado período de tempo anterior, consoante a desejabilidade e indesejabilidade destes e a magnitude do seu impacto. Em 2003, Isabel Silva, José Pais- Ribeiro, Helena Cardoso e Helena Ramos adaptaram-na à população portuguesa portadora de diabetes, como forma de avaliar o stress total ao longo do último ano e analisar a frequência da ocorrência desses acontecimentos, a consistência interna do instrumento e a sua correlação com os sintomas de ansiedade e depressão (Silva et al., 2003).

A LES, versão portuguesa da “Life Experiences Survey” consiste num instrumento de auto- resposta, constituída por 47 itens e 3 espaços em branco, em que o indivíduo pode indicar outros acontecimentos de vida experimentados e que não tenham sido referidos ao longo da escala. As opções de resposta vão desde o “ *muito negativo*” (cotado como -3); “ *mais ou menos negativo*” (cotado como -2); “ *um pouco negativo*” (cotada como -1); “ *não teve consequências nenhuma*” (cotado como 0); “ *um pouco positivo*” (cotado como +1); “ *mais ou menos positivo*” (cotado como +2); “ *muito positivo*” (cotado como +3) e “ *não se aplica*”. Os valores são atribuídos numa escala de 7 pontos, vai do extremamente negativo (-3) ao extremamente positivo (+3).

### 1. PROCESSO DE ADAPTAÇÃO CULTURAL E LINGUÍSTICA DO INSTRUMENTO

O desenvolvimento integral de um instrumento de medição é complexo, consome bastantes recursos e requer a mobilização de capacidades e de conhecimentos de índoles diversas (Ferreira & Marques, 1998). Qualquer instrumento a ser usado a nível mundial deve ter subjacente uma equivalência entre a sua versão original e a adaptada, pois de outra forma não seria possível comparar resultados de forma credível.

Com base nos autores Kulis, Bottomley, Velikova, Greimel e Koller (2017) o processo de tradução para uma nova versão linguística começa com um pedido de autorização aos autores que desenvolveram o instrumento original. As traduções devem ser feitas por dois tradutores nativos do idioma de destino e que entendam a versão original, no caso, o inglês (Kulis et al., 2017).

Após uma tradução inicial, a retroversão é o segundo passo fundamental no processo de tradução. A retroversão consiste em reverter o que já estava traduzido para a língua original, permitindo identificar discrepâncias entre o significado da tradução e o do questionário original. Este ciclo é repetido até que a retroversão seja suficientemente semelhante em termos de sentido ao instrumento original (Kulis et al., 2017). Como último passo surge a retrotradução que é um dos melhores métodos para o tradutor examinar o seu próprio trabalho a fim de o aperfeiçoar e tornar mais exato com o original.

Uma vez que a discussão tenha chegado a um consenso, a tradução pode passar por uma validação linguística, o chamado estudo piloto. O estudo piloto consiste num pequeno grupo de indivíduos, que comentam sobre a compreensibilidade da tradução (Kulis et al., 2017).

1

*Tabela 1: Tradução e adaptação cultural e linguística do instrumento*

Tradução e adaptação cultural e linguística do instrumento	Foi Adotado	Não Foi Adotado
Pedido de Autorização	X	
Tradução	X	
Retroversão	X	
Retradução	X	
Análise Cognitiva	X	

### 1.1. ANÁLISE CRÍTICA

O questionário demonstra ter adotado todos os processos que envolvem o processo de adaptação cultural e linguística do instrumento. Cumpre com o pedido de autorização, tradução, retroversão, retradução e análise cognitiva com base num teste e pré-teste.

Com base nos autores Silva, Ribeiro, Cardoso e Ramos (2003), para se proceder à validação cultural do questionário, foi obtido um prévio consentimento dos autores Sarason, Johnson e Siegel (1978), que desenvolveram a escala original (Silva et al., 2003).

Face à adoção de tradução, os autores descrevem que, a tradução da versão original da LES foi realizada por um tradutor cuja língua-mãe era o português, que possuía conhecimentos em inglês e, simultaneamente tinha conhecimento dos objetivos e intenções face à construção do questionário (Silva et al., 2003). No que diz respeito à presença da retroversão, os mesmos autores apelam que constituiu o segundo passo do processo, como objetivo de identificar qualquer discrepância entre o sentido da tradução e o do questionário original. Este processo foi realizado por um tradutor cuja língua mãe era o português, que possuía formação superior em língua inglesa e desconhecia o questionário original (Silva et al., 2003). A retrotradução foi realizada por um indivíduo nativo da língua em que foi feita a tradução (português), com formação superior em inglês, língua em que era fluente (Silva et al., 2003).

A utilização destes procedimentos iniciais, tradução, retroversão e retrotradução, tiveram como objetivo detectar discrepâncias, de forma a ser possível chegar-se a um consenso final face à tradução das instruções e de cada item.

2

Segundo Silva, Ribeiro, Cardoso e Ramos (2003), foi feita uma análise cognitiva das instruções e dos itens da escala. Procederam à realização de um teste-piloto com o objetivo geral de avaliar a clareza, a compreensão e relevância cultural, bem como afirmar se a terminologia era adequada. Sucedeu-se a um pré-teste conduzido com 5 indivíduos selecionados entre aqueles que na população alvo poderiam ter mais problemas de compreensão. Os indivíduos foram questionados acerca da impressão geral face à compreensão do questionário e a sua aceitabilidade, tendo sido discutido o questionário item por item, incluindo as instruções e opções de resposta (Silva et al., 2003). Foi solicitado ainda que sugerissem formas alternativas de formulação das perguntas ou hipóteses de resposta que tinham sido menos compreendidas pelos sujeitos, de

modo a torná-las mais fácil de compreender (Silva et al., 2003).

Dada a presença de todos os componentes essenciais no processo de adaptação cultural e linguística, não existem críticas a acrescentar.

## 2. REGRAS DE REDAÇÃO DE ITENS

Os itens são um dos pontos principais do instrumento. Desta forma, é necessário que através das regras de redação de itens se obtenha um instrumento que seja percebido e bem interpretado pelos respondentes. É importante que se tenha em consideração, aquando da estruturação do instrumento, que este seja apelativo e organizado de forma lógica e cuidado.

Segundo Hill e Hill (1998), as regras que devem ser seguidas são: o uso de uma sintaxe simples, evitar a ambiguidade, usar frases curtas, itens neutros, evitar informação persuasiva e evitar o uso de itens múltiplos (Hill & Hill, 1998).

Com base na autora Silva (2021), esta acrescenta que, a esse conjunto de regras, é importante o uso de frases declarativas ou interrogativas, os 3 C's (claro, conciso, concreto), e que permita uma fácil compreensão dos itens e não fazer uso de gírias (Silva, 2021).

*Tabela 2: Regras e Redação dos Itens*

Regras	Itens que cumprem	Itens que não cumprem
a) Sintaxe Simples	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47	29, 35
b) 3 C's (claro, conciso, concreto)	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47	9, 10, 24

c) Frases curtas	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 22, 23, 24, 25, 26, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 38, 39, 40, 41, 42, 44, 45, 46, 47	5, 13, 15, 21, 27, 28, 37, 43
d) Não conter informação persuasiva	1 a 47 (Todos)	
e) Itens neutros	1 a 47 (Todos)	
f) Evitar itens que pedem respostas socialmente desejáveis	1 a 47 (Todos)	
g) Palavras de fácil compreensão	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47	10

h) Não usar gíria/calão	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46	25, 47
-------------------------	--	--------

i) Frases declarativas	1 a 47 (Todos)	
j) Frases interrogativas		1 a 47 (Todas)
k) Evitar duplas negativas	1 a 47 (Todos)	
l) Evitar perguntas múltiplas	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47	15, 39
m) Evitar a repetição de itens	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46	25, 47

## 2.1. ANÁLISE CRÍTICA E SUGESTÕES DE REFORMULAÇÃO

### a) Sintaxe Simples:

**29:** “Grande mudança na quantidade e forma como ocupa os seus tempos livres” Reformulação:  
Grande mudança na ocupação dos seus tempos livres

**35:** “Estar bastante doente ou ter um acidente grave”

Reformulação: Estar doente (gripe, doença terminal, cancro, covid-19, etc)

Ter um acidente grave (bater com o carro, atropelamento, partir algum membro, etc)

No item 35, concordámos que faria mais sentido dividir a questão em duas, porque questionavam acontecimentos distintos, o estar doente e o ter um acidente grave.

**b) 3 C's (claro, conciso, concreto):**

**9:** “Grande sucesso na vida pessoal”

Reformulação: Grande sucesso na vida pessoal (família, trabalho, habitação, etc)

**24:** “Grande mudança nas suas actividades religiosas (aumento ou diminuição da frequência).

Reformulação: Grande mudança na prática das suas actividades religiosas (idas à missa, encontros religiosos, rezar, etc)

No item 9, considerámos a pertinência em acrescentar alguns exemplos devido à amplitude que a frase apresenta, esta não estava disposta de forma clara nem concreta face ao que pretendia. A sua interpretação iria variar consoante o respondente. O mesmo acontece no item 10 e 24. Não é concreto nem concisa e pode ser compreendida ou não pelos intervenientes.

**c) Frases Curtas:**

**5:** “Morte de uma pessoa da família” Reformulação: Morte de um familiar

**13:** “Mudanças na situação profissional (por exemplo, responsabilidades diferentes no trabalho, grandes mudanças nas condições de trabalho, mudanças nas horas de trabalho)” Reformulação: Mudanças no trabalho

**37:** “Grandes mudanças nas condições de vida da sua família (por exemplo, construção de uma casa nova, remodelação da casa, deterioração da casa, etc.)”

Reformulação: Grandes mudanças nas condições de vida familiares (construção, deterioração e remodelação da casa, etc)

**43:** “Separação do cônjuge (marido/companheiro ou esposa/companheira) devido a trabalho, viagem, etc.”

Reformulação: Separação do marido/companheiro ou esposa/companheira (por exemplo, viagem ou a trabalho, etc)

No item 5, considerámos que não cumpria os requisitos das frases curtas, porque estas dispõem ainda de 7 itens de a) até h) para classificar algo que poderia ser justificado apenas com a frase “morte de um familiar” que englobaria o todo na sua generalidade. Considerámos que o mesmo ocorre nos itens 13, 15, 21, 27, 28, 37 e 43 devido à sua extensidade que pode posteriormente ser bem explicada através de uma frase mais reduzida.

**g) Palavras de fácil compreensão:**

**10:** “Transgressões menores da lei (por exemplo, perturbação da paz)”

Reformulação: Praticar infrações menores da lei (por exemplo, ouvir música muito alta durante a noite, perturbando os vizinhos e quem se encontra ao seu redor, etc)

No item 10 concordámos que não é um item de fácil compreensão e os respondentes podem não compreender ou não saber interpretar mesmo com o exemplo que é apresentado. O exemplo não é esclarecedor para quem apresenta dúvidas no item.

**h) Não usar gíria/calão:**

**25:** “Reconciliação (fazer as pazes) com o marido/esposa ou com o companheiro/a Reformulação: Resolver os problemas com o marido/esposa ou com o companheiro/a

No item 25 e 47 considerámos a utilização da gíria “fazer as pazes” presente em ambos.

**3. OPÇÕES DE RESPOSTA**

6

As opções de resposta de um questionário podem ser classificadas como respostas abertas, respostas fechadas, gerais ou de alfaite (Silva, 2021).

Segundo Hill e Hill (1998), as respostas abertas solicitam de uma resposta construída e escrita pelo respondente, onde o mesmo responde com as suas próprias palavras. Por outro lado, nas respostas fechadas, o respondente tem de escolher entre as respostas escritas que lhe são apresentadas pelo autor. As respostas gerais podem ser utilizadas para cada uma das perguntas num conjunto de perguntas. Em contrapartida, as respostas

alfaiate são construídas de acordo com a pergunta formulada e só se aplicam a essa pergunta específica e à população alvo (Hill & Hill, 1998).

Com base nos autores Hill e Hill (1998), as escalas podem ser nominais, ordinais, de intervalo e de rácio. As escalas nominais correspondem a um conjunto de características qualitativamente diferentes e mutuamente exclusivas. Neste caso, os números só servem para identificar a categoria qualitativa.

As escalas ordinais apresentam uma ordenação numérica das respostas do questionário, fazendo a relação entre as mesmas, colocando-as por ordem.

As escalas de intervalo apresentam uma característica de escala ordinal, onde o valor numérico maior assinala uma quantidade maior da variável medida, e a escala de rácio, por último, apresenta todas as características da escala de intervalo, mas tem outra característica que é o valor “zero” é “real” e não arbitrário (Hill & Hill, 1998).

Face à estrutura da escala, a autora Silva (2021), complementa com os vários tipos de escala que existem destacando como mais relevantes as escalas de tipo Likert, escalas de percentagem, escalas nominais dicotómicas, escalas de analogia visual e as escalas de escolha forçada.

As escalas de tipo Likert são escalas ordinais tratadas como escalas de razão.

Apresentam-se por uma resposta com uma certa ordem.

As escalas de percentagem associam-se à quantidade.

As escalas nominais dicotómicas correspondem a um conjunto de categorias de respostas qualitativas e quantitativas.

As escalas de analogia visual são utilizadas para medir características subjetivas que não se consegue medir diretamente e as escalas de escolha forçada, são escalas que apresentam alternativas muito limitadas de resposta (Silva, 2021).

*Tabela 3: Opções de Resposta*

Tipo de escala de medida	Estrutura da escala	Respostas abertas ou fechadas	Respostas gerais ou alfaiate	Formato das opções	Número de opções
Ordinal	Tipo Likert	Fechadas	Gerais	Intensidade	8

### 3.1. ANÁLISE CRÍTICA E SUGESTÕES

No questionário LES, as respostas que foram adotadas foram respostas fechadas, onde os respondentes tiveram que optar por uma das respostas que o autor apresenta na escala. Este tipo de respostas tem as suas vantagens e desvantagens. As vantagens do uso de respostas fechadas, consiste na existência de uma maior facilidade na aplicação de análises estatísticas, que permita fazer uma análise das respostas e observar os dados de forma mais sofisticada. Em contrapartida, as desvantagens das respostas fechadas deve-se ao facto de serem respostas pobres em informação, o que faz com que se tenha conclusões demasiado simples (Hill & Hill, 1998).

As respostas que foram adotadas neste questionário, são respostas gerais, onde a autora preferiu aplicar as mesmas respostas para todas as perguntas, não havendo assim uma especificação das mesmas para determinada pergunta. As vantagens das respostas gerais consiste na necessidade de um espaço menor fazendo com que o questionário pareça mais pequeno e geralmente há uma maior facilidade na análise das respostas, através de métodos estatísticos sofisticados. A desvantagem destas respostas comprometem que ao serem pouco detalhadas tornam-se menos ricas (Hill & Hill, 1998).

7

O questionário LES apresenta uma escala de medida do tipo ordinal com uma estrutura de tipo Likert.

Relativamente ao formato das opções, este apresenta um grau de intensidade que vai aumentando de opção para opção (muito negativo, mais ou menos negativo, um pouco negativo, não teve consequências nenhuma, um pouco positivo, mais ou menos positivo e muito positivo).

O número de opções, devido a certos acontecimentos da nossa vida serem de carácter íntimo, as 8 opções parecem não ser tão adequadas para o questionário em questão, apesar de ser uma forma de evitar abstenções, pode ser considerado maçador para alguns dos respondentes. Com base em Silva (2021), na maioria dos

casos, 5 respostas alternativas são suficientes, essencialmente no caso de perguntas que solicitem atitudes, opiniões, gostos ou graus de satisfação. Sendo assim os 5 pontos é considerado o número mínimo aconselhável, sendo desnecessária a presença de 8 respostas no questionário (Silva, 2021).

Na versão portuguesa foi ainda acrescentada a opção de resposta “não se aplica” o que torna o questionário mais consistente, permite uma melhor avaliação e veracidade.

#### 4. REGRAS DE CONSTRUÇÃO DAS INSTRUÇÕES

Antes do preenchimento de um questionário é fundamental que sejam dadas as instruções adequadas aos respondentes. As instruções devem ter em consideração aquilo a que se pretende, ou seja, qual o objetivo do questionário, tendo como ponto de partida, a decisão da pessoa em questão, de querer participar ou não no preenchimento do questionário. É muito importante a entrega e assinatura inicial de um consentimento informado, onde é apresentado aos participantes a informação necessária sobre o que se pretende avaliar (Hill & Hill, 1998).

Com base na autora Silva (2021), as instruções do questionário devem ter em consideração alguns pontos importantes: o apelo à sinceridade dos intervenientes, apelando para que respondam de forma honesta e verdadeira; sublinhar a importância de responder e colaborar no questionário; pedir que a leitura seja feita com atenção para que seja compreendido; as instruções devem explicar como responder às questões de acordo com o pretendido; incluir uma explicação de como modificar/corrigir respostas em caso de querer alterar; incluir um enquadramento cultural e contextual; pedir para que os indivíduos verifiquem se não ficaram perguntas por responder e por fim incluir um agradecimento final face à colaboração no questionário (Silva, 2021).

Tabela 4: Regras de Construção das Instruções

Instruções	Foi Adotado	Não foi Adotado	Sugestões
Objetivo do questionário		X	“Este questionário tem como objetivo avaliar o stress total ao longo do último ano e os acontecimentos positivos e negativos ocorridos nesse período de tempo”
Apelo à sinceridade		X	“Por favor, responda com sinceridade.”

Sublinhar a importância de responder		X	“A sua colaboração é muito importante para nós”
Pedido para leitura atenta		X	“Por favor, leia com atenção.”

Como responder	X		<i>“(Faça uma cruz (X) na resposta que parece ser mais próxima daquilo que pensa)”</i>
Como modificar/corrigir respostas		X	“Risque a cruz de forma a preencher todo o quadrado e faça outra no local pretendido.”
Enquadramento temporal/contextual	X		<i>“Se estes acontecimentos ocorreram consigo durante o último ano, por favor, responda se tiveram consequências positivas (boas) ou negativas (más) na sua vida”.</i>

Pedido para verificar se não ficaram perguntas por responder		X	“Por favor, verifique se respondeu a todas as perguntas.”
Agradecimento		X	“Obrigada pela sua colaboração”

#### 4.1. ANÁLISE CRÍTICA

O instrumento, relativamente às instruções não demonstra qual o objetivo do questionário, o apelo à sinceridade, não sublinha a importância em responder, não apela para uma leitura atenta, não explica como modificar/corrigir as respostas, não pede para que se verifique as questões evitando que fiquem algumas por responder e não inclui o agradecimento final face à participação dos indivíduos. A escala inclui a instrução de como os indivíduos devem responder, através da frase, “Faça com uma cruz (X) na resposta que parece ser mais próxima daquilo que pensa” e incluem um enquadramento temporal/contextual através da frase, “Se estes acontecimentos ocorrerem consigo durante o último ano, ...” (Silva et al., 2003).

Com base nos autores Hill e Hill (1998), nunca se deve assumir que os respondentes sabem como responder às perguntas. É necessário que sejam dadas instruções claras e objetivas, tendo em conta que, instruções ambíguas põem em causa o valor dos dados (Hill & Hill, 1998). No nosso questionário seria importante descrever inicialmente o objetivo do estudo em si, de forma breve, apesar de inicialmente os autores descreverem que “A seguir vai encontrar uma lista de acontecimentos que, por vezes, trazem algumas mudanças à vida de quem passa por eles” (Silva et al., 2003), os mesmos não explicam o objetivo que pretendem com a resposta do questionário, apelando apenas que se tratam de acontecimentos que podem trazer mudanças na vida dos indivíduos. O apelo à sinceridade também não está sucinto no questionário, mas a forma como é pedido que se responda, já se encontra implícito um grau de sinceridade a que os autores apelam, na frase “Se estes acontecimentos ocorrerem consigo durante o último ano, por favor, responda se tiveram consequências positivas (boas) ou negativas (más) na sua vida” (Silva et al., 2003).

A nossa análise face ao questionário apela que, dos pontos anteriores que não se encontram presentes na escala, os mais importantes de incluir seriam talvez uma explicação breve do objetivo do questionário, a explicação de como corrigir/modificar as respostas caso assim pretendessem, e o agradecimento final, dado que os respondentes disponibilizaram-se para o preenchimento da escala, seria importante um agradecimento final por parte dos investigadores face à colaboração dos indivíduos.

#### 5. A DISPOSIÇÃO GRÁFICA - “LAYOUT”

Na sua generalidade, um potencial respondente começa por analisar o questionário com o intuito de decidir se vai preenche-lo ou não. Grande parte desta decisão é influenciada por dois fatores: o tamanho do questionário e o “layout”.

Segundo os autores Hill e Hill (1998), o “layout” de um questionário é muito importante. Um “layout” claro e atraente aumenta a probabilidade de obter a cooperação dos respondentes. Quando o questionário é curto e tem um “layout” esteticamente atraente é mais provável que haja uma maior iniciativa em colaborar no estudo, apelando mais à atenção dos respondentes. Em princípio, todas as pessoas que recebem questionários são potenciais respondentes, sendo que, cabe ao investigador persuadi-los a tornarem-se atuais respondentes (Hill & Hill, 1998).

O “layout” deve assegurar a qualidade da apresentação e organização formal do questionário, assegurar a motivação do inquirido para responder de forma conscienciosa, a boa apresentação e uma disposição lógica

e coerente, assim como dar impressão imediata da facilidade no preenchimento, a sua organização gráfica é importante, a legibilidade do questionário deve ser assegurada e o formato dos itens deve ser homogêneo (Silva, 2021).

Tabela 5: Disposição gráfica – Layout

Layout	Sim	Não
Boa apresentação		X
Disposição lógica e coerente		X
Grelhas		X
Quadrados ou círculos para assinalar as respostas		X
Linhas ou retângulos a separar os itens		X
Densidade de apresentação gráfica	X	
Facilidade de preenchimento		X
Organização dos itens		X
Legibilidade do questionário: tipo e tamanho de letra		X
Legibilidade do questionário: tipos especiais	X	

Organização lógica do questionário		X
Esforço mental elevado		X

Envolve conhecimentos que possam não dominar		X
Refere-se a temas sensíveis	X	
Grau de complexidade vai aumentando		X

## 5.1. ANÁLISE CRÍTICA

O instrumento, relativamente ao layout, apresenta uma estrutura empobrecida no que toca ao apelo dos respondentes.

Tendo em consideração a importância de obter uma boa apresentação, tornando o questionário agradável em termos estéticos, a escala LES é uma escala consideravelmente extensa (47 itens) e a forma como esta é estruturada não se torna apelativa de responder. Face à sua disposição lógica, a LES apresenta itens semelhantes que não seguem uma sequência lógica sendo que, por exemplo, no item 5 referente à “*Morte de uma pessoa da família*”, segue-se do item 6 que aborda um tema completamente distinto face à mudança de hábitos alimentares e no item 8 volta a questionar face à “*Morte de um amigo/amiga próximo/a*”. O mesmo acontece mais adiante do questionário, relativamente a questões que abordam grandes mudanças na vida dos sujeitos, vão sendo intercaladas com outros itens que nada se relacionam com o tema das grandes mudanças. Segunda a nossa análise, seria importante organizar os itens de forma lógica para que não ficasse tão díspar a sua análise.

O instrumento LES não possui grelhas, quadrados ou círculos para assinalar as respostas, e linhas ou retângulos a separar os itens. O uso de linhas ou retângulos seria fundamental para separar os principais aspectos gráficos, criando a ideia de organização e facilidade no preenchimento. O facto de não ter linhas a separar os principais aspectos gráficos torna o questionário mais confuso em termos de leitura e a falta de quadrados ou círculos para assinalar as respostas tornará também os resultados um pouco complicados porque o lugar onde o respondente colocar o X poderá ser confundido com outro item próximo do que foi assinalado, pois não há nada que os separe.

Relativamente ao critério de legibilidade do questionário, relacionado com o tipo e tamanho da letra, o tamanho da letra dos itens é relativamente pequena e pode tornar-se complicada de perceber também tendo

em consideração que não há linhas que os separam.

O questionário não exige um grande esforço mental por parte dos respondentes e também considerámos que não apresenta conhecimentos que os intervenientes possam não dominar. A linguagem é simples e mesmo que os itens não se adequem com acontecimentos de vida que o indivíduo vivenciou, este consegue reconhecer aquilo a que o item se refere. O grau de complexidade não varia ao longo do questionário.

## 6. EXTENSÃO DO QUESTIONÁRIO

A extensão do questionário deve ser limitada de forma a que consiga assegurar a motivação dos seus participantes. Geralmente, quanto maior for o questionário, maior também será o grau de confiança, mas também surge a possibilidade de se tornar um questionário cansativo de responder. Por outro lado, um questionário mais pequeno fornece menos informação e possui menor rigor, contudo, se o “layout” for atraente existe uma maior probabilidade de os indivíduos se tornarem respondentes (Hill & Hill, 1998).

O LES é constituído por 47 itens e 3 espaços em branco que permite ao indivíduo acrescentar outros acontecimentos de vida experimentados.

### 6.1. ANÁLISE CRÍTICA

Tendo em consideração que o questionário é aplicado a indivíduos doentes diabéticos portugueses, a escala é consideravelmente extensa face a quem é aplicada.

O questionário aborda ao longo dos 47 itens alguns acontecimentos de vida que são considerados pelos autores como acontecimentos comuns e generalizados. Dessa forma, a extensão do questionário é necessária face à grande variedade de acontecimentos de vida. Em contrapartida, se a escala fosse reduzida, o estudo ficaria comprometido perante o que se pretendia avaliar, tendo em consideração que quanto maior for o questionário, maior e melhor é o seu grau de credibilidade. Consequentemente o que poderia acontecer era que ficassem perguntas por responder ou que as mesmas fossem respondidas de forma aleatória.

O instrumento tem como principal objetivo avaliar o stress total ao longo do último ano e os acontecimentos positivos e negativos ocorridos nesse período de tempo, sendo assim, é importante a inclusão do maior número de acontecimentos de vida comuns, tendo em consideração a grande variedade. Considerámos que a única forma de reduzir um pouco mais o questionário seria através da junção de alguns itens, consideravelmente semelhantes, como por exemplo, o item 25 e o 47 que abordam ambos o processo de reconciliação com os pares, distinguindo-se apenas em que, o item 25 faz referência ao marido/esposa e o 47 é referente ao namorado/namorada.

## 7. QUALIDADES PSICOMÉTRICAS

Com base nos autores Ferreira e Marques (1998), a análise psicométrica compreende na avaliação da qualidade de um instrumento de medida baseada na prova de fiabilidade e de validade (Marques & Ferreira, 1998).

As qualidades psicométricas de um instrumento psicológico são fundamentais para o planeamento da avaliação e testagem psicológica. Os testes devem respeitar critérios que sejam, de forma comum, aceites pela generalidade e é através destas propriedades psicométricas que isso pode ser assegurado (Ribeiro, 2010).

Segundo Silva (2021), a fidelidade pode ser avaliada através de: teste-reteste; formas alternativas; duas metades (split half); consistência interna (alfa de Cronbach) e fidelidade do cotador (Silva, 2021).

O teste-reteste é o grau com que um instrumento de medição fornece resultado estáveis no tempo medido através do chamado método do teste repetido. As formas alternativas dizem respeito ao grau de correlação obtido em ocasiões diferentes utilizando o mesmo instrumento na mesma amostra, mas com diferentes alternativas. Enquanto nas duas-metade o conjunto total dos dados é separado e os resultados são correlacionados com os anteriores (Ferreira & Marques, 1998). O alfa de Cronbach representa a correlação do item com a escala a que o mesmo pertence.

Face à validade, esta avalia até que ponto o procedimento de medição produz a resposta correta, isto é, avalia se o instrumento avalia aquilo que se propôs medir (Ferreira & Marques, 1998). Segundo os mesmos autores, a validade divide-se em validade de conteúdo, validade de critério e validade de construto.

No que respeita a sensibilidade, esta está muito relacionada com a normalidade ou a não normalidade da distribuição dos resultados.

*Tabela 6: Qualidades Psicométricas - Fidelidade, Validade, Sensibilidade*

Qualidades Psicométricas		Foi adotado	Omisso
Fidelidade	Teste-reteste	X	
	Formas alternativas		x
	Consciência Interna	X	
	Duas metades (Split-half)		X
	Fidelidade do colaborador	X	

<b>Validade</b>	Validade do Conceito	X	
	Validade Convergente	X	
	Validade Discriminante		X
	Correlação Item-total		X

<b>Sensibilidade</b>	Capacidade para distinguir grupos		X
	Capacidade para distinguir efeitos na intervenção		X
	Normalidade	X	

### 7.1. ANÁLISE CRÍTICA

O questionário face à fidelidade adotou o teste-reteste, consciência interna e a fidelidade do colaborador. O teste-reteste é aplicado aos mesmos sujeitos num primeiro momento e num segundo momento algum tempo depois, sendo que esse tempo depende da variável que se está a observar, neste caso, os acontecimentos de vida. Os autores descrevem que os participantes foram submetidos a duas avaliações, com um intervalo de tempo entre elas no máximo de uma semana, tendo constituído dessa forma a amostra do teste-reteste. O valor de referência obtido foi de  $r=0,84$ , o que é considerado bom. Com a aplicabilidade do teste-reteste, há o risco de ocorrer o efeito de aprendizagem que o respondente pode adquirir, tornando os seus resultados pouco verdadeiros. As formas alternativas não foram utilizadas pelos autores, porque seria necessário que existisse duas formas equivalentes do teste, com o objetivo de eliminar o efeito de aprendizagem. Este método não é apresentado no artigo, o que é considerado omissivo nesta intervenção. A consistência interna foi calculada através do alfa de Cronbach. Com base nos autores, a análise da consistência interna da escala revelou que esta apresenta um alfa de Cronbach de 0,70 o que pode ser considerado aceitável. As duas metades não foram adotadas no questionário, porque não existiu uma comparação entre duas partes do questionário. Quando se recorre ao split-half, metade dos itens de cada subescala estão presentes em cada uma das partes em que é repartido. Na fidelidade do cotador os autores descrevem que os dados vão ao encontro dos apresentados por Sarason, Johnson e Siegel (1978) no estudo de desenvolvimento da LES, referindo que os resultados parecem apoiar os encontrados pelos autores da escala original, que não encontraram também uma relação significativa entre a ansiedade e estes acontecimentos de vida, mas cujos dados apoiavam a existência de uma relação entre os acontecimentos de vida negativos e os problemas de natureza psicológica.

Referente à validade o questionário adotou a validade do conceito e a validade convergente.

A validade de conceito permite perceber se a escala adotada permitiu que os respondentes avaliassem de forma separada, se os acontecimentos são desejáveis ou indesejáveis. Os autores mencionam que o questionário LES demonstra vantagens sobre outras escalas ao fazer a importante distinção entre os acontecimentos de vida desejáveis ou indesejáveis, bem como ao permitir ao respondente avaliar o grau de impacto que esses acontecimentos tiveram na sua vida. O questionário integra ainda a validade convergente, em que se avaliam os mesmos construtos, ou seja, todos os itens derivaram de acontecimentos de vida.

Relativamente à sensibilidade, além da normalidade, nenhuma das vertentes é referenciada no artigo. A capacidade para distinguir grupos não está presente neste instrumento devido ao facto de que a avaliação consiste na análise de apenas um grupo, o grupo de doentes diabéticos portugueses. A capacidade para distinguir efeitos na intervenção também se encontra omissivo no instrumento porque não ocorreu nenhuma intervenção. Na normalidade, podemos observar que os acontecimentos de vida negativos estão significativamente associados à depressão ( $r = 0,28$ ) e à ansiedade ( $r = 0,39$ ) e os acontecimentos de vida positivos estão associados de forma negativa à depressão ( $r = -0,19$ ).

## 8. QUALIDADES CLINIMÉTRICAS

Com base em Ribeiro (2010), as qualidades clinimétricas são as partes subjetivas de um teste, ou seja, é a perceção que os participantes têm do teste (Ribeiro, 2010).

As principais qualidades clinimétricas consistem, na sobrecarga (burden) que equivale à exigência em

termos de tempo e energia dos participantes para responder, a interpretabilidade que consiste na possível atribuição de um significado qualitativo a valores quantitativos de um instrumento e a aceitabilidade que garante que o instrumento é aceite sem qualquer desconfiança pelo respondente (Silva, 2021).

Segundo Silva (2021), outras qualidades clinimétricas podem integrar a apropriabilidade, que trata-se de uma propriedade decisiva na utilização com doentes, esperando que haja mais benefícios esperados em saúde do que em consequências negativas do uso do instrumento, a adequabilidade que revê os aspetos a avaliar e se estes são adequados para a tomada de decisão, a responsividade que consiste na capacidade do instrumento em detetar mudanças mínimas que são consideradas importantes e a utilidade que garante que o instrumento é útil e que não recolhe informação supérflua (Silva, 2021).

As qualidades clinimétricas são subjetivas, tendo em consideração o ponto de vista de cada participante que pode ser diferente, não estando diretamente relacionadas com o correto e incorreto, mas sim com a perspetiva do respondente.

Tabela 7: Qualidades Clinimétricas

Qualidades Clinimétricas	Foi adotado	Omisso
Sobrecarga (Burden)		X
Interpretabilidade	X	
Aceitabilidade		X
Apropriabilidade	X	
Adequabilidade		X
Responsividade		X
Utilidade		X

## 8.1. ANÁLISE CRÍTICA

A sobrecarga (burden) apresenta-se omissa, pois não é referido se a escala exigiu demasiado tempo e energia a quem os testes foram administrados. Apesar de ser considerado um questionário simples, este apresenta 47 itens, o que consideravelmente pode tornar o questionário longo e dispendioso.

Na interpretabilidade, através de valores quantitativos do instrumento, é possível atribuir um significado qualitativo como por exemplo, os acontecimentos de vida estarem associados com a ansiedade e a depressão.

A aceitabilidade está omissa, pois não existe nenhuma informação que nos permita perceber se foi recebida com desconfiança pelo respondente. Não é possível concluir se ocorreu, devido ao facto de estas qualidades dependerem do indivíduo ao qual está a ser administrado este questionário.

A apropriabilidade que foi utilizada neste instrumento foi atribuída com doentes diabéticos, sendo que deve haver mais benefícios do que consequências negativas no uso do instrumento. A responsividade deste instrumento encontra-se omissa, pois não é descrita a ocorrência de mudanças mínimas consideravelmente importantes. Por último, face à utilidade não é possível ter uma garantia de que o instrumento utilizado é útil e que não recolhe informação supérflua, que depois não é utilizada.

## 9. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização deste trabalho permitiu-nos adquirir competências face à elaboração de um instrumento de avaliação psicométrica. Tendo em consideração as etapas necessárias para o alcance de um instrumento adequado, com qualidade e competências para realizar o estudo, é importante realçar os pontos fortes e fracos da sua aplicabilidade.

No questionário LES, foram adotados todos os passos essenciais para a adaptação cultural e linguística do instrumento, o pedido de autorização, tradução, retroversão, retradução e a análise cognitiva. Dada a presença de todos os componentes essenciais no processo de adaptação penso que os autores tenham cumprido muito bem esta etapa, não existindo pontos fracos a acrescentar.

Os itens são um dos pontos principais do instrumento. Dessa forma, é necessário que seja respeitado um conjunto de regras de redação para que estes sejam bem elaborados e interpretados pelos respondentes. Segundo a análise do questionário, este apresenta pontos fortes devido ao facto de que, em nenhum item está presente informação persuasiva, todos eles evitam duplas negativas, são itens neutros e na sua generalidade são itens que evitam respostas socialmente desejáveis, o que influenciará numa maior veracidade dos resultados. Os itens são todos descritos na forma declarativa o que faz com que as respostas comprometam se o respondente se identifica ou não com o que é apresentado. Alguns pontos fracos apresentados relacionam-se com itens que não cumprem a sintaxe simples, tornando-se mais complexos sem qualquer necessidade, itens que não cumprem os denominados 3 C's (claro, conciso, concreto) não esclarecendo de forma clara o que pretendem no item uma vez que o formulam de forma a que se torna mais difícil de perceber e interpretar. Os respondentes podem evitar responder este item por não perceberem ao que se refere. Outras falhas presentes na redação dos itens é a não utilização de frases curtas, sendo que alguns itens são extensos quando poderiam abordar o mesmo tópico de forma mais curta e simplista.

Referente às opções de resposta, o questionário tem um tipo de escala de medida ordinal com uma estrutura tipo Likert. As suas respostas são fechadas e gerais, o que faz com que o respondente tenha apenas que escolher uma das opções de resposta pré-selecionadas. Este tipo de respostas é favorável quando se tem a intenção de estudar dados quantificáveis. O ponto fraco a ser realçado neste tópico relaciona-se com o número de opções que foram utilizadas, 8. Uma sugestão seria a redução do número de opções, tendo em consideração que 5 respostas alternativas são consideradas por vários autores como suficientes.

As regras de construção das instruções apresentaram-se escassas no questionário, demonstrando ter apenas a indicação de como os indivíduos deveriam responder e a apresentação do enquadramento temporal/contextual em que se pretendeu realizar o estudo. Os pontos fracos, que de certa forma podem ter maior impacto no questionário não estando presentes consiste na falta de esclarecimento do objetivo do questionário, a importância em responder, a verificação se ficaram respostas por responder ou não, demonstrando desde já a importância de responder a todas elas e o agradecimento final.

A disposição Layout do questionário consiste essencialmente em pontos fracos ressaltando a falta de uma disposição lógica e coerente, quadrados ou círculos onde assinalar as respostas, apresenta uma grande densidade da apresentação gráfica contribuindo para que se torne mais complicado de responder. Sugestões importantes seria o acréscimo de linhas ou retângulos a separar os itens, tornando-os menos densos e mais fácil de assinalar e que exista uma organização dos itens, tendo em consideração que o mesmo tema se mistura

entre outros que não se relacionam. Relativamente às qualidades psicométricas, foi adotado o teste-reteste, o alfa de Cronbach e a fidelidade do colaborador no que diz respeito à fidelidade. Na validade foi adotada a validade do conceito e a validade convergente. Na sensibilidade integra apenas a normalidade. As qualidades clinimétricas adotaram a interpretabilidade e a apropriabilidade.

Tendo em consideração o instrumento de Avaliação de acontecimentos de vida, existem itens que podem ser melhorados assim como algumas características que estão em falta, para que o instrumento se torne o mais fidedigno possível.

## REFERÊNCIAS

Ferreira, P. & Marques, F. (1998). *Avaliação Psicométrica e Adaptação Cultural e Linguística de Instrumentos de Medição em Saúde: Princípios Metodológicos Gerais*. In Centro de Estudos e Investigação em Saúde da Universidade de Coimbra. pp. 7-21

Hill, M. & Hill, A. (1998). *A Construção De Um Questionário*. Dinâmia Centro de Estudos sobre a Mudança Socioeconómica

Kuliš, D., Bottomley, A., Velikova, G., Greimel, E. & Koller, M. (2017). *Grupo de Qualidade de Vida do EORTC: Procedimento de Tradução* (4th ed.), European organisation for Research and Treatment of Cancer, pp 4-14.

Acedido a 1 de Maio de 2021: [https://www.eortc.org/app/uploads/sites/2/2018/02/translation\\_manual\\_2017.pdf](https://www.eortc.org/app/uploads/sites/2/2018/02/translation_manual_2017.pdf)

Ribeiro, J. (2010). *Investigação e Avaliação em Psicologia e Saúde* (2nd ed.). Lisboa: Placebo, Editora LDA.

Sarason, I., Johnson, J., & Siegel, J. (1978). *Assessing the Impact of Life Changes: Development of the Life Experiences Survey*. In *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 46(5), pp. 932-946.

Acedido a 1 de Maio de 2021: [https://psych.unl.edu/psyc451\\_2015/ashby/sarason\\_johnson\\_siegel.pdf](https://psych.unl.edu/psyc451_2015/ashby/sarason_johnson_siegel.pdf)

Silva, I., Pais-Ribeiro, J., Cardoso, H., & Ramos, H. (2003). *Contributo para a adaptação da life experiences survey (LES) à população diabética portuguesa*. In *Técnicas de investigação*. 21(2), pp. 49-60