

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS
CENTRO DE EDUCAÇÃO E CIÊNCIAS HUMANAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

**O ENVOLVIMENTO DE IDOSOS EM ATIVIDADES PRAZEROSAS:
A ADAPTAÇÃO TRANSCULTURAL DE UM INSTRUMENTO.**

Heloísa Gonçalves Ferreira

Orientadora: Profa. Dra. Elizabeth Joan Barham

São Carlos – SP

Março, 2011

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS
CENTRO DE EDUCAÇÃO E CIÊNCIAS HUMANAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

**O ENVOLVIMENTO DE IDOSOS EM ATIVIDADES PRAZEROSAS:
A ADAPTAÇÃO TRANSCULTURAL DE UM INSTRUMENTO.**

Heloísa Gonçalves Ferreira¹

Orientadora: Profa. Dra. Elizabeth Joan Barham

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Centro de Educação e Ciências Humanas da Universidade Federal de São Carlos, como parte dos requisitos para obtenção do título de Mestre em Psicologia.

São Carlos – SP

Março, 2011

¹Bolsista FAPESP; **Processo n°**

08/56855-6

**Ficha catalográfica elaborada pelo DePT da
Biblioteca Comunitária da UFSCar**

F383ei

Ferreira, Heloísa Gonçalves.

O envolvimento de idosos em atividades prazerosas : a adaptação transcultural de um instrumento / Heloísa Gonçalves Ferreira. -- São Carlos : UFSCar, 2011.
184 f.

Dissertação (Mestrado) -- Universidade Federal de São Carlos, 2011.

1. Idosos - psicologia. 2. Testes psicológicos. 3. Atividades de lazer. 4. Adaptação transcultural. I. Título.

CDD: 155.67 (20^a)



PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
COMISSÃO JULGADORA DA DISSERTAÇÃO DE MESTRADO
Heloísa Gonçalves Ferreira
São Carlos, 11/03/2011

Elizabeth Joan Barham

Prof.^a Dr.^a Elizabeth Joan Barham (Orientadora e Presidente)
Universidade Federal de São Carlos/UFSCar

Anita Liberalesso Neri

Prof.^a Dr.^a Anita Liberalesso Neri
Universidade Estadual de Campinas/UNICAMP

Patrícia Waltz Schelini

Prof.^a Dr.^a Patrícia Waltz Schelini
Universidade Federal de São Carlos/UFSCar

Submetida à defesa em sessão pública
realizada às 09h no dia 11/03/2011.

Comissão Julgadora:

Prof.^a Dr.^a Elizabeth Joan Barham
Prof.^a Dr.^a Anita Liberalesso Neri
Prof.^a Dr.^a Patrícia Waltz Schelini

Homologada pela CPG-PPGpsi na

____.ª Reunião no dia ____/____/____

Prof.^a Dr.^a Azair Liane Matos do Canto de Souza
Coordenadora do PPGpsi

SUMÁRIO

RESUMO.....	v
ABSTRACT.....	vi
INTRODUÇÃO.....	1
Envelhecimento e depressão.....	3
Atividades prazerosas, envelhecimento bem-sucedido e bem estar subjetivo.....	8
Instrumentos psicométricos que avaliam o envolvimento de idosos em atividades prazerosas.....	21
Adaptação transcultural de instrumentos psicométricos e definições contemporâneas de validade.....	28
Demandas para pesquisas sobre o envolvimento de idosos em atividades prazerosas.....	32
OBJETIVOS.....	34
MÉTODO.....	36
Aspectos éticos.....	36
Estudo 1.....	38
Estudo 2.....	40
Estudo 3.....	41
Estudo 4.....	42
Estudo 5.....	46
Procedimento de análise de dados.....	54
RESULTADOS.....	55
Estudo 1.....	55
Estudo 2.....	65
Estudo 3.....	68
Estudo 4.....	70

Estudo 5.....	72
DISCUSSÃO.....	79
CONCLUSÃO.....	85
REFERÊNCIAS.....	86
ANEXOS.....	93

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. Estudos referentes às etapas do processo de validação transcultural, segundo o modelo apresentado por Reichenheim e Moraes (2007).....	37
Tabela 2. Traduções e consenso dos itens do COPPES – bloco 1.....	56
Tabela 3. Traduções e consenso dos itens COPPES – bloco 2.....	57
Tabela 4. Traduções e consenso dos itens COPPES – bloco 3.....	58
Tabela 5. Traduções e consenso dos itens COPPES – bloco 4.....	59
Tabela 6. Traduções e consenso dos itens COPPES – bloco 5.....	60
Tabela 7. Traduções e consenso dos itens COPPES – bloco 6.....	61
Tabela 8. Traduções e consenso das instruções de resposta do COPPES.....	62
Tabela 9. Modificações realizadas nos itens da primeira versão brasileira do COPPES após as retro-traduições.....	64
Tabela 10. Modificações realizadas nos itens da segunda versão brasileira do COPPES após verificação da equivalência conceitual e de itens e cultural.....	66
Tabela 11. Modificações realizadas nos itens da terceira versão brasileira do COPPES após verificação da equivalência idiomática.....	69
Tabela 12. Modificações realizadas nos itens da quarta versão brasileira do COPPES após verificação da equivalência operacional.....	71
Tabela 13. Valores do coeficiente alpha de Cronbach das subescalas da V-5.....	73
Tabela 14. Coeficientes de correlação de Pearson entre Agradabilidade e Frequência, com variáveis sociodemográficas, de funcionalidade e depressão.....	74
Tabela 15. Comparação da força dos coeficientes de correlação de <i>Pearson</i> para Frequência, Agradabilidade e F x A entre si e com outras medidas.....	76

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Estado civil dos participantes idosos.....	48
Figura 2. Grau de escolaridade dos participantes idosos.....	49
Figura 3. Problemas de saúde relatados pelos participantes.....	50
Figura 4. Meio de obtenção de renda dos participantes.....	50
Figura 5. Distribuição de ocupações durante a maior parte da vida dos participantes...51	
Figura 6. Tipos de família dos participantes.....	51
Figura 7. Distribuição dos escores obtidos pelos participantes na aplicação do BDI...72	
Figura 8. Distribuição dos valores da Subescala Frequência média.....	77
Figura 9. Distribuição dos valores da Subescala Agradabilidade média.....	78
Figura 10. Distribuição dos valores dos escores totais no BDI.....	78

LISTA DE ANEXOS

ANEXO A – Parecer do Comitê de Ética.....	94
ANEXO B- Termos de Consentimento Livre e Esclarecido.....	95
ANEXO C- Carta de solicitação de autorização para validação transcultural do COPPES.....	97
ANEXO D- Autorização para validação transcultural do COPPES.....	98
ANEXO E- The California Older Person`s Pleasant Events Schedule (COPPES).....	99
ANEXO F- Formulários para tradução do COPPES.....	105
ANEXO G – Carta com dúvidas sobre significado denotativo de itens do COPPES.....	129
ANEXO H – Formulário para Avaliação da Equivalência Conceitual e de Itens e Cultural.....	130
ANEXO I – Formulário para Avaliação da Equivalência Idiomática.....	142
ANEXO J – Formulário para Avaliação da compreensão da 4ª Versão Brasileira do COPPES.....	149
ANEXO L – Autorização da Secretaria de Saúde da Prefeitura Municipal de São Carlos.....	152
ANEXO M- 1ª Versão em Português do COPPES.....	153
ANEXO N – Retro-traduções da 1ª Versão em Português do COPPES.....	157
ANEXO O – Carta com resposta às dúvidas sobre significado denotativo de itens do COPPES.....	165
ANEXO P- 2ª Versão em Português do COPPES.....	166
ANEXO Q- 3ª Versão em Português do COPPES.....	170
ANEXO R- 4ª Versão em Português do COPPES.....	174

ANEXO S- 5ª Versão em Português do COPPES.....	179
--	-----

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho a minha querida Vó Ina. Exemplo de trajetória vivenciada com amor, entusiasmo, comprometimento e sensibilidade, me servindo de modelo sobre como envelhecer ativamente com alegria.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por sempre me providenciar as condições necessárias para buscar a felicidade.

Aos meus pais, Douglas e Eutália, modelos de apoio, incentivo e amor incondicional.

Aos meus irmãos, Adriana e Gabriel, companheiros queridos presentes desde o início e para a vida toda.

Aos meus avós, Vô Nilo, Vó Ina, Vô Geraldo e Vó Dinha, queridos familiares com quem pude aprender muitas coisas, dentre elas, a importância de se viver bem.

Aos meus tios, Marcos e Camila, por terem sido os primeiros a me acolher em São Carlos.

A todos os meus familiares, pelo apoio e torcida por minhas realizações.

À minha querida orientadora Lisa, modelo de competência, dedicação e sensibilidade, que me proporcionou aprendizagem além do ambiente acadêmico.

Às gentis professoras Anita e Patrícia, por aceitarem com satisfação fazer parte da minha banca de qualificação e defesa. Obrigada pelas preciosas contribuições.

Aos queridos amigos presentes na minha vida de graduanda e de mestranda: Alice, Ani, Ana Regina, Bruna, Carol, Dani, Dé, Fer, Laura, Isa, Jussa, Li, Má Pinheiro, Má Zampieri, Marco, Olavo, Pá, Pops, Saulo, Si, Susy Tati e Thaíze. Muito obrigada pelos momentos de alegria, apoio, companheirismo e diversão que sempre me ofereceram. Vocês me foram essenciais!

Aos queridos amigos de Itajubá, em especial Ana, Bagui, Bafo, Cê, Douglas, Elisa, Fran, Flor, Gordo, Joyce, Lê, Michele, Rafael, Rudy e Tininha, por me provarem que a amizade não é definida pelo contato diário, mas pelos sentimentos deixados no coração.

À Daniela, prof. Débora, Keika e Carol, que compartilharam de seu conhecimento e experiência para oferecer consideráveis contribuições ao meu trabalho.

Aos professores da escola de línguas Celil, e aos amigos psicólogos que contribuíram com seus conhecimentos de inglês, para o desenvolvimento deste trabalho.

A todos os idosos que gentilmente disponibilizaram seu tempo para colaborar com meu trabalho.

Aos profissionais das USF's que me acolheram e ajudaram com a condução do trabalho, demonstrando disponibilidade em fazer mais do que o exigido na rotina profissional.

A todos os meus colegas da Pós em Psicologia, pelo apoio e pela agradável convivência.

Aos professores do Programa de Pós Graduação em Psicologia, exemplos de excelência acadêmica.

À Marinéia e ao Guilherme, sempre disponíveis a colaborar com os alunos do PPGPsi.

À Fapesp, por ter financiado este trabalho através da concessão de bolsa de estudo.

A todos que contribuíram direta, ou indiretamente, para a realização deste trabalho, com ensinamentos, palavras e atitudes de apoio e carinho.

Meu sincero muito obrigada!

Ferreira, H.G. (2011). O envolvimento de idosos em atividades prazerosas: a adaptação transcultural de um instrumento. Dissertação de Mestrado, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal de São Carlos, São Carlos-SP. 184 pp.

Resumo: O prazer experimentado ao se envolver em atividades é fator fundamental para o bem-estar do idoso. Estudos mostram que a prática de atividades agradáveis atua como variável mediadora na prevenção e superação de distúrbios psicológicos, como a depressão, bem como prediz bem-estar físico e psicológico. A literatura consultada mostrou que no Brasil, as pesquisas que abordam esse tema são ainda muito incipientes, bem como, não existe ainda um instrumento validado para a realidade brasileira que avalie envolvimento de idosos em atividades prazerosas. Foi localizado na literatura internacional um instrumento psicométrico americano (*The California Older Person's Pleasant Events Schedule - COPPES*) que avalia a frequência de envolvimento de idosos em atividades prazerosas e o prazer experimentado em cada uma delas. Este instrumento foi eleito para ser submetido aos primeiros passos de uma adaptação transcultural para o Brasil, por apresentar propriedades psicométricas desejáveis, considerar a avaliação subjetiva do idoso sobre a prática de atividades, ser de fácil aplicação, e aparentar ser relevante ao contexto brasileiro. O objetivo principal deste trabalho foi submeter o COPPES às etapas de uma adaptação transcultural (equivalência semântica, equivalência conceitual, equivalência cultural, equivalência idiomática, equivalência operacional e equivalência de mensuração) para a população brasileira. Os principais resultados mostram: (a) uma equivalência semântica satisfatória entre a versão traduzida e a versão original do instrumento; (b) os itens são pertinentes ao contexto cultural brasileiro e avaliam a dimensão proposta pelo instrumento original; (c) o índice de consistência interna para a subescala de frequência e de agradabilidade do instrumento adaptado variou de muito bom a excelente, apontando evidências de validade baseadas na estrutura interna do instrumento; (d) a subescala de frequência apresentou correlação com escores de depressão, apontando para evidências de validade do instrumento baseadas em relações com variáveis externas. Espera-se que a nova versão deste instrumento contribua para a realização de pesquisas, planejamentos e avaliações de intervenções e estratégias preventivas focadas na promoção de bem-estar entre idosos, no Brasil.

Palavras-chave: idoso, atividades prazerosas, adaptação transcultural, depressão

Ferreira, H.G. (2011). Elderly`s engagement in pleasant events: the transcultural adaptation of an instrument. Dissertation (Master`s degree), Programa de Pós Graduação em Psicologia, Universidade Federal de São Carlos, São Carlos-SP. 184 pp.

Abstract: The sense of pleasure that arises from engagement in activities is of fundamental importance for the wellbeing of the elderly. Studies indicate that involvement in pleasant activities acts as a mediator variable in the prevention and treatment of mental disorders, in addition to predicting physical and psychological wellbeing. According to the literature reviewed to develop this study, research on this topic in Brazil is just beginning, and there is not yet an instrument, validated for use in Brazil, to evaluate the involvement of elderly people in pleasant activities. An American instrument was located in the international literature (*The California Older Person's Pleasant Events Schedule - COPPES*), which evaluates the frequency with which elderly people are engaged in pleasant activities and the degree of pleasure they associate with each activity. Based on its strong psychometric qualities, the inclusion of a measure to determine how each respondent felt about each activity, the ease with which the scale can be understood, and given that the items appeared to be relevant for the Brazilian culture, this instrument was selected to submit to the first steps of a cultural adaptation process, for use in Brazil. The primary objective of this study was to conduct a transcultural adaptation study (semantic equivalence, conceptual equivalence, cultural equivalence, idiomatic equivalence, operational equivalence and measurement equivalence) to prepare this instrument for use in Brazil. The main results indicate that: a) the semantic equivalence of the translated versus the original version is satisfactory; b) the items are relevant to the Brazilian cultural context and evaluate the dimensions identified by the original instrument; c) the indicator of internal consistency for the frequency and pleasantness subscales varied between very good and excellent, providing strong evidence for the internal validity of this scale; d) the frequency subscale scores were significantly correlated with the depression scores, indicating good external validity for the adapted version of this instrument. Hopefully, the new version of this instrument will contribute to research, planning, and the evaluation of preventive intervention strategies focused on promoting the wellbeing of the elderly, in Brazil.

Key words: *elderly, pleasant activities, transcultural adaption , depression.*

A velhice, embora uma conquista, trás ao mesmo tempo um desafio de descobrir como desfrutar desta fase da vida. Neste sentido, a questão de como ocupar o tempo de uma forma satisfatória nesse período da vida, tanto ao nível individual quanto social, é de fundamental importância.

À medida que a expectativa de vida aumenta, torna-se cada vez mais evidente a necessidade de buscar alternativas que promovam um envelhecimento bem-sucedido, com bem-estar psicológico, físico e social. Este trabalho visa ajudar profissionais da área de saúde mental a auxiliar os idosos a identificar algumas destas alternativas, por meio do preparo de um instrumento para uso no Brasil que permita a avaliação do envolvimento de idosos em atividades prazerosas, por tratar-se de uma estratégia extremamente importante para a prevenção de problemas de saúde físicos e psicológicos, como será documentado mais adiante. Além disso, este instrumento pode servir como uma ferramenta importante para a avaliação de intervenções que tenham por objetivo a promoção do bem-estar ou tratamento de depressão na terceira idade, contribuindo para verificar a eficácia dos diferentes programas de intervenção que estão surgindo, de forma que seja possível identificar aqueles com maior potencial para melhorar o bem-estar de idosos em diferentes contextos de vida.

Pesquisas sobre condições que permitem uma qualidade de vida satisfatória para idosos e sobre as variações inerentes a essa fase demonstram, cada vez mais, ocupar um papel importante no âmbito científico e social. Tais investigações, além de trazer contribuições para uma melhor compreensão do processo de envelhecimento, buscam respostas frente à aparente contradição entre ser idoso e experimentar bem-estar, e procuram expandir o foco dos estudos sobre envelhecimento para incluir temas para além da questão de perdas e doenças (Fleck, Chachamovich & Trentini, 2003).

Existem vários estudos que consideram diferentes trajetórias do processo de envelhecimento (Almeida, Moreira, Araújo & Pinho, 2005; De Lima, Da Silva, Galhardoni, 2008; Jenkins, Pienta & Horgas, 2002; Meeks, Young & Looney, 2007; Meeks, Looney, Van Haitsma & Teri, 2008; Searson, Hendry, Ramachandran, Burns & Purandare, 2008), que contribuíram para identificar possíveis maneiras de prevenir e tratar alguns problemas de saúde física ou mental (como, por exemplo, a depressão) nesta população. Um fator que vem ganhando destaque em relação à questão do envelhecimento bem-sucedido é o envolvimento de idosos em atividades que geram sentimentos positivos para os mesmos.

A literatura permite verificar que existe uma relação entre depressão em idosos e a baixa frequência de envolvimento em atividades (Lewinsohn & Libet, 1972; Bouman & Luteijn, 1986; Teri & Logsdon, 1991; Logsdon & Teri, 1997; Rider, Gallagher-Thompson & Thompson, 2004; Meeks *et al.*, 2007; Meeks *et al.*, 2008; Searson *et al.*, 2008). Para prevenir ou tratar este problema, é necessário obter informações sobre como aumentar a probabilidade do idoso se manter ativo. Para tal, alguns autores afirmam ser essencial considerar o prazer subjetivo do idoso ao envolver-se em atividades (Pondé & Caroso, 2003; Neri, 2007).

A depressão é uma desordem psicológica que pode acometer um indivíduo em qualquer fase da vida. Durante a velhice, a doença aparece associada a alguns fatores específicos, e seu diagnóstico e tratamento apresentam algumas particularidades. O capítulo seguinte vai tratar de alguns aspectos particulares referentes à depressão na velhice. Na seqüência, examina-se teorias e estudos que mostram a relação entre envolvimento em atividades prazerosas e resultados positivos para a saúde física e mental, na velhice. Em decorrência desta relação, percebe-se a importância de ter instrumentos de boa qualidade psicométrica para avaliar o envolvimento de idosos em

atividades prazerosas, o que é o tema do capítulo subsequente. Após o exame das propriedades dos instrumentos encontrados, por meio de um levantamento sistemático na literatura científica, e a constatação que parece não existir um instrumento desta natureza para uso no Brasil, divulgado na literatura acadêmica acessada, discute-se a questão da adaptação transcultural de instrumentos construídos numa outra língua e contexto cultural, junto com uma consideração de formas de estabelecer a validade dos mesmos.

Envelhecimento e depressão

A depressão é um dos problemas psiquiátricos mais comuns entre idosos. Caracteriza-se por um distúrbio de humor que exerce grande impacto funcional em qualquer faixa etária. Trata-se de um distúrbio multifatorial, que envolve aspectos biológicos, psicológicos e sociais (Irigaray & Schneider, 2007). Baptista, Morais, Rodrigues e Costa Silva (2006) afirmam que a depressão é o transtorno psiquiátrico mais frequente entre indivíduos com idade avançada, e entre os transtornos psiconeurológicos presentes em idosos, é aquele com maiores chances de ser tratável.

De acordo com Snowdon (2002), as desordens mentais comprometem 20% da população idosa, entre as quais se destaca a depressão. Desta forma, estima-se que no Brasil, aproximadamente 10 milhões de idosos sofrem de depressão. Numa revisão de literatura de pesquisas internacionais (Pinho, Custódio & Makdisse, 2009), foi constatado que a incidência de depressão em idosos residentes na comunidade era de 13,23%, em média. Já no Brasil, resultados de um estudo de coorte realizado na população urbana da cidade de São Paulo com 1167 idosos de 65 anos ou mais, indicam que 21,1% da amostra apresentava sintomas depressivos, no ano de 1991. Estes idosos foram reavaliados periodicamente, ao longo de um período de seguimento de 15 anos.

Os pesquisadores observaram uma tendência crescente na proporção de deprimidos, à medida que os idosos se tornavam mais dependentes fisicamente (Lima, Silva & Ramos, 2009).

Embora a depressão possa surgir entre pessoas de qualquer idade, os fatores mais fortemente associados com o início de um episódio depressivo apresentam algumas variações entre pessoas em diferentes faixas etárias. Estudos mostram que os principais fatores associados a episódios depressivos na velhice são: gênero feminino, idade avançada, condições socioeconômicas desfavoráveis, baixa escolaridade, doenças somáticas, declínio cognitivo, história prévia de depressão, co-morbidades psiquiátricas, distúrbios do sono, institucionalização, diminuição do contato social, insatisfação com o suporte social, morte (do cônjuge, familiares ou amigos) e mudança de papéis (por exemplo, decorrente da aposentadoria ou da necessidade de assumir o papel de cuidador de um familiar) (Thompson, Powers, Coon, Takagi, McKibbin & Gallagher-Thompson, 2003; Djernes, 2006; Pinho *et al.*, 2009).

Dentro do contexto sócio-cultural atual, cada um destes fatores tende a reduzir a probabilidade do idoso se envolver em atividades prazerosas, por falta de opções sociais para pessoas com fragilidades, com poucos interesses ou habilidades para praticar atividades de lazer, sem condições financeiras ou que tenham pouco tempo livre. Isto é preocupante tendo em vista que há uma ampla literatura que demonstra existir associação significativa entre sintomas depressivos em idosos e baixo envolvimento em atividades que geram prazer (Lewinsohn & Libet, 1972; Bouman & Luteijn, 1986; Teri & Logsdon, 1991; Logsdon & Teri, 1997; Rider *et al.*, 2004; Meeks *et al.*, 2007; Meeks *et al.*, 2008; Searson *et al.*, 2008).

Lima, Silva e Ramos (2009) afirmam que a presença ou não de depressão deve ser considerada um importante parâmetro de saúde em idosos. Os autores também

afirmam que medidas para se manter o idoso ativo e inserido na sociedade são de extrema importância para prevenir sintomas de depressão. Alguns estudos (Baptista *et al.*, 2006; Irigaray & Schneider, 2005, 2007) sugerem a importância da prática de atividades sociais como fator de proteção para o desenvolvimento de depressão em idosos. De acordo com Irigaray & Schneider (2005), as atividades grupais com pessoas da mesma geração parece favorecer a qualidade de vida, pois possibilita a vivência e construção de significados comuns, a conquista de novas amizades e obtenção de suporte social, o que auxilia o idoso em condições normais e sob estresse.

Sintomatologia depressiva apareceu negativamente correlacionada com engajamento em atividades sociais em estudo realizado por Baptista *et al.* (2006). Foram entrevistados 150 idosos frequentadores de um grupo de terceira idade. Os resultados indicaram que quanto maior o número de atividades sociais que os participantes afirmaram praticar, menores foram os escores na Escala Geriátrica de Depressão (GDS).

Estudos realizados com idosos frequentadores de Universidades Aberta da Terceira Idade (UATIs) demonstraram não haver pessoas com pontuações de sintomatologia depressiva indicativas de quadros depressivos (Irigaray & Schneider, 2005, 2007). Além disso, quando comparados aos idosos com tempo de participação igual ou inferior a um ano, os idosos com tempo de participação superior a um ano nas UATIs apresentaram: (a) menor intensidade de sintomas depressivos e (b) melhor percepção de qualidade de vida nos domínios físico, psicológico e social.

Com relação ao tratamento de idosos com quadros depressivos, existem duas demandas principais: (a) a melhoria de procedimentos de identificação e diagnóstico de depressão entre idosos, diferenciando-o de problemas de humor menos intensos ou de curta duração; e (b) identificar técnicas eficazes para intervir com idosos depressivos,

considerando suas reais circunstâncias de vida. Lima *et al.* (2009) apontam que a depressão é um distúrbio muitas vezes difícil de ser identificado nesta população, pois pode se confundir com sintomas de outras doenças como, por exemplo, demências e incapacidades físicas. Desta forma, acredita-se que a depressão esteja subdiagnosticada na população idosa. Evidentemente, uma terceira demanda nesta área envolve a questão da prevenção, ou a busca para maneiras de evitar ou reduzir a incidência da depressão.

Mesmo com base nos casos diagnosticados, nota-se que esta doença traz enormes repercussões para o sistema de atendimento à saúde e particularmente para os serviços de saúde mental. Em pesquisas sobre o impacto econômico das patologias de saúde, cerca de 9% dos encargos por todas as doenças são direcionados ao tratamento de patologias psiquiátricas em geral, com 1,5% das despesas envolvendo depressões (Fleck, Lafer, Sougey, Del Porto, Brasil & Juruena, 2003). Por ser uma enfermidade que muitas vezes torna o indivíduo incapacitado, com fortes impactos sobre as pessoas no seu entorno, a depressão configura-se como um importante problema de saúde pública. Além disso, os custos derivados desta doença só tendem a aumentar, em função do rápido aumento no tamanho da população idosa, mesmo que a incidência de depressão entre idosos continue estável.

Entre as formas de tratamento das desordens depressivas, estão as psicoterapias comportamentais e as cognitivas (Gallagher & Thompson, 1982; Thompson *et al.*, 2003). Rider *et al.* (2004) afirmam que as psicoterapias comportamentais para depressão costumam ter como objetivo encorajar os pacientes a engajar-se com maior frequência em atividades prazerosas, enquanto as psicoterapias cognitivas procuram ajudar o indivíduo a identificar pensamentos distorcidos que podem contribuir para a ausência de prazer e conseqüente humor deprimido.

Na prática, para auxiliar o cliente a aumentar o tempo que passe em atividades que lhe gerem prazer, é necessário identificar quais atividades praticadas (ou que poderiam ser praticadas) pelo idoso geram (ou gerariam) sentimentos positivos. Com base nestas informações iniciais, objetiva-se monitorar e aumentar a frequência da prática destas atividades ao longo da intervenção, tentando ajudar o cliente a criar as condições necessárias para se engajar nelas. As atividades selecionadas devem ser avaliadas como sendo prazerosas pelo cliente, mas também devem ser possíveis de serem praticadas por ele e realizadas com um mínimo de dificuldade e uma frequência suficiente. De acordo com Thompson *et al.* (2003), trata-se de uma técnica eficaz que resulta rapidamente na melhora de humor do cliente, à medida que é aumentado sistematicamente a frequência de envolvimento em atividades prazerosas.

Snowdon (2002) afirma que o desenvolvimento e a avaliação de intervenções clínicas para idosos depressivos seriam ações de extrema importância no contexto brasileiro. Igualmente necessária seria a alocação de recursos adequados para treinar profissionais na avaliação e no manejo desses pacientes, bem como para desenvolver estratégias de intervenção dirigidas aos sentimentos de desalento e baixa auto-estima desta população. Desta forma, um instrumento validado e adequado ao contexto brasileiro, que avalie o envolvimento de idosos em atividades prazerosas, seria útil no planejamento e avaliação de intervenções psicoterapêuticas focadas em amenizar sintomas depressivos em idosos.

Para compreender melhor a associação entre o aparecimento de depressão em idosos e um baixo envolvimento em atividades que geram sentimentos positivos, o capítulo seguinte apresentará algumas teorias e conceitos relacionados à prática de atividades no envelhecimento, envelhecimento bem-sucedido e bem-estar subjetivo.

Atividades prazerosas, envelhecimento bem-sucedido e bem estar subjetivo

Atividade é um conceito chave relativamente recente, que tem ajudado os gerontólogos a compreender o processo de envelhecimento. No entanto, o termo atividade tem sido conceitualizado, categorizado e mensurado de muitas formas, a depender da área de pesquisa e de intervenção, como será ilustrado, a seguir.

Não existe uma definição geral ou uma ciência da atividade que integra todas as definições mais específicas existentes nos diferentes campos (Katz, 2000). O que existe são diferentes profissionais interessados em investigar ou intervir em contextos envolvendo diversos tipos de atividade. Por exemplo, alguns pesquisadores estudam atividades restritas ao domínio físico (movimentos, atividades e exercícios físicos) (Florindo, Latorre, Jaime, Tanaka & Zerbini, 2004; Rabacow, Gomes, Marques & Benedetti, 2006; Moraes, Deslandes, Ferreira, Pompeu, Ribeiro & Laks, 2007; Victor, Ximenes & de Almeida, 2008); outros estudam atividade no sentido de busca de interesses diários e investigam atividade no que diz respeito à participação social (Katz, 2000); outros ainda definem atividade como sinônimo de ocupação do tempo, e conceitualizam o termo de acordo com a forma como os indivíduos utilizam seu tempo, podendo incluir atividades físicas, mentais, individuais e grupais (Deps, 1993; Stinson, 1999; Schreiner, Yamamoto & Shiotani, 2005; Doimo, Derntl & Lago, 2008; Gauthier & Smeeding, 2009).

No contexto da investigação sistemática sobre o ajustamento pessoal e social na velhice, que foi iniciada nas décadas de 40 e 50, os pesquisadores começaram a enfatizar a importância da atividade como um dos componentes indispensáveis para um envelhecimento bem sucedido (Katz, 2000). Neste período, começaram a surgir as primeiras teorias sociológicas sobre o envelhecimento, e no decorrer dos anos 60, o número de pesquisas sobre a relação entre atividade e satisfação cresceu, em

decorrência do aumento da demanda social para informações a este respeito, ligada ao crescimento da população idosa, principalmente, nos EUA e Europa.

Uma das primeiras teorias sociológicas sobre o envelhecimento que surgiu foi a Teoria da Atividade, formulada em 1953 por Havighurst e Albrecht. Essa teoria postula que atividade é o componente principal para o envelhecimento bem-sucedido, e se propõe a explicar a relação entre atividade e satisfação na velhice (Havighurst, 1953). A teoria assume que quanto mais ativo for o idoso, maior será sua satisfação na vida. Idosos com interações sociais mais frequentes e que desempenham as atividades esperadas para o seu grupo etário tendem a gerar aprovação social que, por sua vez, promove um auto-conceito positivo e resulta em maior satisfação na vida. De acordo com esta teoria, o envelhecimento pode ser uma experiência criativa e saudável, sendo que seria a inatividade, e não o aumento da idade, que levaria ao declínio.

Silverstein e Parker (2002) tomaram por base a Teoria da Atividade para investigar o bem-estar de idosos e acrescentaram a idéia de que é importante o idoso se adaptar às novas condições da velhice, por meio de uma substituição e redistribuição de atividades. Estes autores afirmam existir um declínio em habilidades necessárias para praticar algumas atividades de lazer com o passar do tempo (força física, acuidade visual, capacidade auditiva, etc.), e por isso é importante que exista aumento na variabilidade dos tipos de atividades que são praticadas por idosos, a despeito destas fragilidades. Envolver-se numa variedade de categorias de atividades e evitar a excessiva restrição de engajamento em atividades durante a velhice, contribuiria para a qualidade de vida do idoso. O envolvimento em atividades sociais e de lazer em ambientes diversificados e que envolvem a interação com outras pessoas também seria importante para predizer bem-estar físico e psicológico. Os autores realizaram um estudo longitudinal, por meio do qual foi constatado que idosos que se tornaram ativos

em diversas categorias de atividades apontaram um número maior de melhoras na sua vida do que idosos que se engajaram em menos categorias de atividades ao longo de 10 anos. Aumento na participação em atividades melhorou a qualidade de vida entre os idosos que tinham menos contato com a família. Os idosos que se tornaram viúvos ao longo dos 10 anos também se beneficiaram mais de um aumento de prática de atividades do que aqueles que continuaram casados. Estes achados sugerem existir uma relação complementar entre lazer e contato familiar.

A teoria da atividade influenciou largamente os movimentos sociais para redefinir a velhice e orientou a proposição do lazer e da educação não-formal como veículos privilegiados para a promoção de seu bem-estar, fundamentando a oferta de muitas intervenções e programas direcionados à população idosa (Siqueira, 2001). No entanto, durante a década de 80, a teoria da atividade recebeu críticas em função da falta de atenção para com diferenças no envolvimento de idosos em atividades por motivos sociais e econômicos. A teoria foi criticada por focar-se na adaptação e satisfação individual, sem considerar diferenças baseadas em classe, gênero e raça. As idéias defendidas por estes teóricos não consideraram as desigualdades sociais existentes entre idosos, como o acesso à segurança, cuidados de saúde e moradia, não levando em conta as diversas circunstâncias e ambientes de vida do idoso, que tanto afetam seu envolvimento (ou não) em determinadas atividades. Os críticos da teoria postulavam que os modelos da gerontologia sobre atividades positivas no envelhecimento eram produtos de ideologias consumistas e baseavam a aposentadoria numa “ética de ocupação”, como uma forma de regulação moral, ignorando a vontade do idoso em escolher quais as atividades que queria praticar e o tempo que queria passar realizando estas atividades, ou não (Katz, 2000). Apesar das limitações e das críticas que recebeu, a teoria da atividade continua sendo considerada como uma das mais importantes

perspectivas no campo da gerontologia social, em função de sua relação com inúmeros indicadores de bem-estar físico e emocional.

Já a teoria do desengajamento, proposta por Cumming e Henry em 1961, é uma teoria sociológica sobre o envelhecimento que, no mínimo, é usado para explicar o comportamento do idoso que se torna progressivamente mais dependente. Segundo alguns autores, esta teoria é antagônica à teoria da atividade. Estes teóricos explicam o envelhecimento como um afastamento gradual, universal e inevitável entre o idoso e a sociedade, examinando as perdas de papéis e *status*, característicos da velhice. Estes pesquisadores apontam que o processo de envelhecimento impacta sobre o desenvolvimento de quadros de depressão, sentimentos de inferioridade, dependência e desajustamento pessoal e social por parte dos idosos. Alguns autores argumentam que esta teoria assume a existência de um acordo tácito entre idosos e os demais membros da sociedade, quanto à obrigatoriedade dos seus membros mais maduros cederem espaço aos membros mais jovens, apontando esse processo como natural e espontâneo (Siqueira, 2001). Segundo esta interpretação, existe um declínio de todos os tipos de envolvimento de idosos em favor de um estilo de vida caracterizado por menos compromissos e por atividades restritas por pressões ou negligência social, mais do que em decorrência de forças biológicas, que acabam restringindo as atividades do idoso.

Muitas críticas surgiram diante do aparecimento da teoria de desengajamento. Siqueira (2001) aponta as principais: (1) a teoria acaba desencorajando investimentos em intervenções que auxiliam o idoso a se integrar em uma sociedade tecnológica com rápidas mudanças; (2) o idoso é concebido nesta teoria como alguém sem uma função social, que pode se ausentar do sistema social progressivamente, sem que esta situação seja questionada; (3) a teoria pressupõe que o envelhecimento é caracterizado por uma homogeneidade de estilos de vida, de forma que não são previstos fatores que podem

contrapor ou modificar o processo de desengajamento, universal e unidirecional. Apesar de suas limitações, Siqueira (2001) afirma que esta teoria teve grande impacto na gerontologia e que alguns elementos vêm sendo revistos e aplicados em novas pesquisas e intervenções na área do envelhecimento, como por exemplo, a ideia do desengajamento diferencial, que permite superar o caráter universal deste processo, tal como foi proposto inicialmente, por falta de atenção às diferenças que existem entre subgrupos de idosos.

A partir de 1970, começou a ser postulado que a atividade poderia ser um determinante da satisfação, uma vez que permite que o indivíduo experimente um domínio sobre o ambiente e sobre os eventos de sua vida (Neri, 1993). Existe um estudo clássico na literatura (Neugarten, Havighurst & Tobin, 1961) que descreve a construção de um instrumento (*Life Satisfaction Index*) para avaliar a satisfação de idosos com a vida. Para Neugarten *et al.* (1961) um indivíduo experimenta grande satisfação com a vida à medida que: (1) experimenta prazer nas atividades que fazem parte de seu cotidiano; (2) encontra significado e assume responsabilidade pelo que tem sido sua vida; (3) sente que foi bem-sucedido em atingir seus principais objetivos de vida; (4) possui autoconceito positivo e se considera uma pessoa de valor, apesar de suas fraquezas; e (5) mantém atitudes e emoções otimizadas. Esses cinco domínios estão diretamente relacionados aos cinco fatores que aparecerem na medida de satisfação com a vida construída pelos autores: (1) envolvimento e apatia; (2) resolução e fortaleza; (3) senso de equilíbrio entre metas desejadas e alcançadas; (4) autoconceito positivo; e (5) humor (Neugarten *et al.*, 1961). Nota-se que, manter-se em atividades que geram sentimentos positivos foi um dos fatores importantes para definir satisfação com a vida.

Após esta formulação inicial de um índice para avaliar satisfação com a vida, um volume considerável de pesquisas gerontológicas emergiu, permitindo a inclusão de

outras dimensões do conceito, tais como felicidade, ajustamento, moral, saúde, longevidade e bem-estar subjetivo (Neri, 1993). Neste contexto, o termo envelhecimento bem-sucedido foi amplamente discutido e estudado na literatura gerontológica, sendo que a prática de atividades prazerosas foi novamente um dos fatores chaves para definir este termo.

De acordo com Rowe e Kahn (1998) envelhecimento bem-sucedido é um termo definido pela combinação de três fatores: (1) habilidade de manter baixo os riscos para desenvolver doenças e incapacidades; (2) boa saúde física e mental; e (3) engajamento com a vida. Existe uma relação bidirecional entre estes aspectos, sendo que a ausência de doenças e incapacidades facilita a manutenção de uma boa saúde física e mental, e ter boa saúde física e mental, por sua vez, facilitaria um maior engajamento com a vida.

Observamos que o terceiro fator que compõe o conceito de envelhecimento bem-sucedido (engajamento com a vida) formulado por Rowe e Kahn (1998) está estritamente relacionado com manter-se ativo. Rowe e Kahn consideram que o engajamento com a vida pode ocorrer de muitas formas diferentes, mas as principais envolvem manter relações próximas com outras pessoas e praticar atividades que sejam significativas e prazerosas. Na verdade, esforçar-se para manter boas relações e reservar tempo para praticar atividades agradáveis são metas que devem existir ao longo de todo o curso da vida, pois são sempre úteis na manutenção do bem-estar. O desafio para um envelhecimento bem-sucedido seria manter ou, descobrir e redescobrir relações e atividades que geram sentimentos positivos.

A partir dos anos 90, um novo conceito foi incorporado às investigações gerontológicas sobre envelhecimento bem-sucedido: o conceito de bem estar subjetivo. De acordo com Neri (2007), o bem-estar subjetivo reflete a avaliação pessoal do idoso sobre a relação dinâmica entre suas competências comportamentais (habilidades), as

condições objetivas de seu ambiente físico (oportunidades e limitações), os recursos sociais disponíveis e a qualidade de vida percebida (resultados obtidos) em comparação com as expectativas do próprio idoso e as normas sociais. O conceito de bem-estar subjetivo na velhice inclui o nível de satisfação global com a vida e reflete a qualidade da experiência emocional (afetos positivos e negativos) que a pessoa experimenta em relação à sua situação; assim, o bem-estar subjetivo é derivado da avaliação que o idoso faz de sua qualidade de vida.

Neri (2007) afirma o quanto é importante levar em consideração variáveis subjetivas, em conjunto com variáveis objetivas, para compreender a qualidade de vida na terceira idade. De acordo com a autora, compreender a atividade e o envolvimento social do idoso depende da interação entre fatores objetivos (tais como renda, classe social, escolaridade, etnia, nacionalidade, gênero, idade, status funcional, etc) e fatores subjetivos (mecanismos de auto-regulação do *self* e senso de ajustamento psicológico).

Neri (2007) descreve um modelo para compreender a interação entre os fatores objetivos e subjetivos na determinação da qualidade de vida na velhice. De acordo com este modelo, existem eventos antecedentes (variáveis de risco de natureza socioeconômica e biológica, moderadas por idade e gênero) que influenciam na força dos efeitos das perdas associadas ao envelhecimento. Além disso, a presença de uma relação entre os riscos de perdas e o bem estar subjetivo é determinada por variáveis mediadoras (mecanismos de auto-regulação do *self* e senso de ajustamento psicológico), em interação com os recursos sociais que o idoso dispõe, que influenciam na percepção das implicações da perda, por parte do idoso.

Considerando este modelo, percebe-se que processos psicológicos, ligados à ação das variáveis subjetivas, podem explicar porque, mesmo na presença de eventos adversos como baixa renda, doenças e eventos de vida incontrolláveis, parte dos idosos

podem estar bem adaptados e sentirem-se bem. Desta forma, as habilidades subjetivas (psicológicas) do idoso responderiam pela manutenção da resiliência psicológica, mesmo diante do comprometimento da resiliência biológica (Neri, 2007). Os mecanismos de auto-regulação do *self* (auto-conceito, auto-estima, auto-avaliação, senso de auto-eficácia, senso de controle, sistema de metas, estratégias de enfrentamento e estratégias de seleção, otimização e compensação) juntamente com o senso de ajustamento psicológico (crenças pessoais sobre o cumprimento de normas e papéis sociais que permitem o idoso sentir-se bem, quando comparado a outros da sua faixa de idade) são cruciais para determinar o bem-estar subjetivo do idoso. Ou seja, o aspecto essencial do bem-estar subjetivo é a avaliação feita pelo indivíduo com base em critérios pessoais e referenciada aos padrões e expectativas sociais (Neri, 2007).

Podemos concluir diante deste modelo proposto por Neri (2007), que manter-se em atividades que sejam avaliadas como significativas pelo idoso e que realmente gerem sentimentos positivos, contribui para um envelhecimento bem-sucedido e para o aumento da resiliência psicológica, influenciando, desta forma, no bem-estar subjetivo do idoso.

Ao levarmos em conta este aspecto relacionado à subjetividade, nota-se o quanto é importante considerar o interesse do idoso em praticar, ou não, um determinado tipo de atividade. Por esse motivo, ajudar os idosos a descobrir suas preferências e dar-lhes controle para que escolham o que fazer é imprescindível para que os benefícios da prática de atividades sejam observados (Katz, 2000; Meeks *et al.*, 2007). Além disso, é essencial considerar a concepção que os próprios idosos constroem sobre a importância de atividade na velhice (valorizar ser mais ativo ou menos ativo em determinadas áreas). Tal consideração não deve ser feita com base em teorias gerontológicas ou programas de atividades, mas sim com base nas expectativas que o idoso tem para esta fase da vida

e com base nas experiências vivenciadas por ele próprio nos ambientes de seu cotidiano (Katz, 2000).

Vale salientar que esta exigência não torna impossível oferecer atividades para grupos de idosos, desde que seja respeitado a pluralidade dos grupos de interesse. Ou seja, da mesma forma que não são todos os adultos com menos de 60 anos que gostam de ir a bailes, não são todos os idosos que querem frequentar festas. Mas, por força de fatores socioculturais que eram relativamente similares para subgrupos da população idosa, existe algumas atividades que podem ser de interesse de uma parcela importante de idosos que, então, valeria a pena oferecer.

Outros autores também consideram a importância de atentar para aspectos subjetivos relacionados à atividade que levam o indivíduo a experimentar satisfação (Deps, 1993; Pondé & Caroso, 2003). Resumindo, nesta perspectiva, manter-se em atividade só será uma maneira do idoso manter seu bem-estar físico e mental, caso traga significado e satisfação à sua existência, quer pelo compromisso e responsabilidade social implícitos na atividade (que contribuem, por exemplo, para seu senso de autovalia), quer pela oportunidade de manter o convívio social. Ou seja, só há significado em atividades que envolvam objetivos valorizados, uma vez que sem satisfação subjetiva, o significado é incompleto.

Diversos autores procuram explicar o processo que liga a prática de atividades que proporcionam satisfação aos efeitos positivos sobre a saúde do indivíduo. Por exemplo alguns autores propõem que, a prática de atividades prazerosas pode: (a) atuar como variável mediadora na superação e prevenção do estresse, depressão e outras desordens psicológicas em idosos, ajudando o idoso a manter sua resiliência e assim, evitar adoecer (Deps, 1993; Almeida *et al.*, 2005; Meeks *et al.*, 2007; Meeks *et al.*, 2008); (b) ajudar o idoso a lidar com os efeitos negativos da perda de funcionalidade,

viuvez e pouco contato familiar (Silverstein & Parker, 2002); (c) associar-se à expressão de afeto positivo (Onishi, Masuda, Suzuki, Kawamura & Iguchi, 2005; Schreiner *et al.*, 2005; Meeks *et al.*, 2007); e (d) afetar o nível de socialização e interesse pela vida (Almeida *et al.*, 2005).

Dentro desta perspectiva, que relaciona a prática de atividades a obtenção de sentimentos positivos e bem-estar psicológico, existe uma teoria comportamental que busca compreender a relação entre a prática de atividades prazerosas e depressão, especificamente (Lewinsohn & Libet, 1972). De acordo com o modelo comportamental, a depressão é causada por uma baixa taxa de respostas capazes de gerar reforçadores positivos, ou seja, indivíduos depressivos não geram respostas suficientes em seu ambiente para gerar reforços positivos em grau ou frequência adequados para suprir suas necessidades (Meeks *et al.*, 2007). No caso, reforçadores positivos são definidos como eventos positivos experienciados de forma subjetiva, ou seja, eventos que o indivíduo avalia como sendo prazerosos (Meeks *et al.*, 2007).

Lewinsohn e Libet (1972) constataram existir associação significativa entre a prática de atividades prazerosas e o estado de humor, que é consistente com a teoria comportamental sobre depressão que afirma existir associação entre grau de reforçamento positivo (em função do envolvimento em atividades prazerosas) e intensidade de depressão (Lewinsohn & Libet, 1972). Ou seja, quanto mais um indivíduo estiver engajado em atividades prazerosas, melhor será seu estado de humor, pois o engajamento em eventos ou atividades consideradas prazerosas pelo indivíduo resulta em conseqüências positivas para o mesmo. Quanto menos o indivíduo estiver engajado em atividades prazerosas, menos conseqüências positivas e maior chance de experimentar desânimo ou até desenvolver depressão. Novamente, é importante enfatizar que o elemento crítico é a experiência de prazer.

Pondé e Caroso (2003) também enfatizam o papel dos sentimentos gerados pela prática de atividades, ao afirmarem que não é a atividade propriamente dita que é positiva ou não para a saúde mental do indivíduo, mas sim as conseqüências obtidas pelo indivíduo, por meio do seu envolvimento na atividade, como por exemplo, o prazer que o indivíduo experimenta ao realizá-la. O prazer tem sido identificado como um fator fundamental para o bem-estar, abrindo a perspectiva de que não apenas as atividades de lazer, mas qualquer atividade relacionada com o prazer pode ter efeitos positivos na saúde mental. Por exemplo, ser capaz de preparar uma refeição pode permitir ao idoso comer um prato preparado da forma que prefere, sentir-se capaz e ajudar com os cuidados de outros membros da família que interagem mais com o idoso nos horários das refeições. De acordo com esses autores, elevada concentração, perda da noção do tempo, experiência intrínseca de recompensa e um equilíbrio entre desafio e senso de domínio são alguns dos fatores considerados como sendo responsáveis pelo prazer trazido pela prática de atividades.

Assim, atividades de lazer, em especial, são relevantes para que os idosos se mantenham socialmente ativos e experimentem bem-estar e sentimentos positivos, como prazer e satisfação (van der Meer, 2008). O lazer é uma ocupação escolhida livremente, não remunerada, escolhida por ser, antes de tudo, uma ocupação agradável para o indivíduo. Tal atividade aparece como opção para o preenchimento do tempo desobrigado. Dessa forma, o lazer atua na carga/descarga e renovação das energias, na revitalização e desbloqueio dos pensamentos monótonos, negativos e rotineiros, bem como deve envolver prazer, desejo, liberdade e criatividade (Almeida *et al.*, 2005).

Pondé e Caroso (2003) apresentam lazer como sendo um fator de proteção para desordens mentais, enfatizando que as atividades de lazer e o prazer são essenciais para a promoção do bem-estar, quando considerado o contexto sócio-cultural em que tais

atividades são desenvolvidas. Os autores identificaram diferentes associações entre a prática de atividades de lazer e saúde mental: (1) presença de transtornos psiquiátricos relaciona-se a pouco acesso a atividades de lazer; (2) atividades de lazer são utilizadas como instrumentos de reabilitação para pessoas com desordens mentais; (3) lazer associa-se à promoção de bem-estar, satisfação com a vida e qualidade de vida superior; e (4) atividades de lazer constituem fatores de proteção contra desordens psicológicas, como o estresse.

Entretanto, os tipos e as quantidades de atividades de lazer que o idoso opta por realizar podem variar bastante. Em estudo realizado por Davim, Dantas, de Lima e Lima (2003) em que foram entrevistados 55 idosos de um grupo de terceira idade, as atividades de lazer mais prazerosas do cotidiano relatadas pelos participantes foram: atividades grupais, ouvir música, assistir TV, viajar, cuidar do jardim, cozinhar, jogar cartas e fazer caminhada. Nota-se uma mistura de atividades com foco em questões da rotina doméstica, sociais, culturais, de entretenimento ou relaxamento e para preservar a saúde física, que permitem que o idoso use suas habilidades para produzir algo ou para conhecer pessoas, lugares ou conceitos novos.

De acordo com van der Meer (2008), a diversidade na prática de atividades de lazer está associada não apenas às características pessoais do idoso, mas também às características específicas do ambiente onde esse idoso vive. O autor realizou um estudo transversal nos Países Baixos, com 1939 idosos, constatando que quase todos os participantes praticavam atividades de lazer que ocorriam dentro de casa (visitas, interações familiares, assistir TV, escutar música). O autor observou que, conforme o indivíduo envelhece, ele passa a praticar atividades que se restringem a um ambiente cada vez menor e que sejam mais simples de realizar. Atividades como viajar, praticar esportes e programas culturais, são mais custosas para os idosos (física,

cognitiva e financeiramente) do que se engajar em atividades sociais que podem ocorrer no ambiente relacionado ao lar, lembrando que a probabilidade de apresentar uma fragilidade física ou cognitiva aumenta com o passar do tempo, dificultando ou impossibilitando o envolvimento do idoso em determinadas atividades.

Outro estudo, conduzido nos Estados Unidos (Strain, Grabusic, Searle & Dunn, 2002) aponta resultados semelhantes. Os autores realizaram um estudo longitudinal com 380 idosos, ao longo de 8 anos, com o objetivo de examinar mudanças na prática de atividades de lazer durante este período. Ir ao teatro, ao cinema, assistir esportes e viajar foram atividades com menor chance de serem continuadas pelos idosos ao longo deste período. Assistir TV e ler foram as atividades com maiores chances de continuidade ao longo do período. Os autores afirmam que a mudança na prática de atividades surge em decorrência da adaptação a mudanças circunstanciais ao longo da vida. Na velhice, diante do custo de respostas quando o idoso apresenta fragilidades físicas, cognitivas, emocionais ou socioeconômicas, familiaridade parece ser mais relevante do que novidade, e isto reflete na escolha das atividades praticadas.

Diante das várias teorias sobre atividade no envelhecimento, pode-se concluir o quanto é essencial atentar para a questão da subjetividade na compreensão do que vem a ser envelhecimento bem-sucedido, e o quanto a prática de atividades prazerosas apresenta uma estreita relação com diferentes medidas consideradas como importantes indicadoras do envelhecer bem. Por este motivo, conclui-se que seja de suma importância criar e disponibilizar instrumentos para avaliar aspectos referentes ao envelhecimento que permitam verificar o valor subjetivo que o idoso atribua a sua situação ou ao processo pelo qual esteja passando. Muitos instrumentos que privilegiam a opinião do sujeito têm sido desenvolvidos, e com relação à prática de atividades

prazerosas na velhice, observa-se a existência de instrumentos desta natureza na literatura. Este será o tema do próximo capítulo.

Instrumentos psicométricos que avaliam o envolvimento de idosos em atividades prazerosas

Na literatura internacional, vários autores afirmem que o uso de instrumentos psicométricos válidos, que avaliam o envolvimento de idosos em atividades prazerosas, juntamente com técnicas terapêuticas adaptadas para a população idosa, é de suma importância para o tratamento não-farmacológico (como por exemplo as psicoterapias cognitivo-comportamentais) da depressão nesta população (Rider *et al.*, 2004). No entanto, não foram localizados na literatura nacional instrumentos brasileiros que avaliam o envolvimento de idosos em atividades prazerosas. Na literatura internacional, encontramos três instrumentos: *The Pleasant Events Schedule – AD* (Teri & Logsdon, 1991); *The California Older Person Pleasant Events Schedule- COPPES* (Rider *et al.*, 2004); e *The Pool Activity Level Checklist – PAL* (Wenborn, Challis, Pool, Burgess, Elliot & Orrell, 2008). Esses instrumentos serão descritos detalhadamente, a seguir.

The Pleasant Events Schedule – AD (Teri & Logsdon, 1991) é uma escala americana com 53 itens que descrevem eventos e atividades que podem ser agradáveis para idosos com a doença de Alzheimer (DA), especificamente. As atividades descritas foram selecionadas com base na experiência clínica dos autores junto a idosos com a doença de Alzheimer (Logsdon & Teri, 1997). O modelo teórico que fundamentou a construção da escala foi o modelo comportamental de depressão de Lewisohn (1972). As atividades foram escolhidas para cobrir duas dimensões primárias: (1) atividades passivas e ativas; e (2) atividades sociais e não-sociais. Os itens estão de acordo com as

habilidades cognitivas de idosos portadores de demência moderada, sendo que algumas exigem maior grau de habilidade cognitiva (ex: montar quebra-cabeças) do que outras (ex: escutar música). A escala mensura a frequência e disponibilidade das atividades, e o quão agradável foi envolver-se em cada uma delas, durante o último mês. Frequência e disponibilidade são mensuradas numa escala ordinal em que as opções de respostas são as seguintes: 0 (nunca); 1 (algumas vezes); e 2 (frequentemente). A satisfação em realizar a atividade é avaliada com duas opções de respostas: 0, se foi agradável realizar a atividade no passado; e 1, se é agradável realizar a atividade atualmente. A frequência com a qual a atividade é praticada e a satisfação atual com a atividade são multiplicados para produzir um escore para cada item. Os escores de todos os itens são somados para produzir o escore total para o teste, que representa a frequência de envolvimento em atividades prazerosas durante o último mês. A escala pode ser aplicada em formato de entrevista ou então ser auto-administrada, sendo que o respondente deve ser o cuidador do idoso, que responde a escala junto ao idoso dementado.

Foi realizado um estudo para verificar as propriedades psicométricas do *PES-AD* (Logsdon & Teri, 1997). Participaram deste estudo 42 cuidadores de idosos com doença de Alzheimer (não-institucionalizados) que responderam juntamente com o idoso ao *PES-AD*. A escala apresentou *alpha de Cronbach* que variou de 0,86 a 0,95, indicando que a escala apresenta um índice de consistência interna que varia de muito bom a excelente. No teste das metades verificou-se que as correlações variaram entre 0.74 e 0.94, o que aponta que a frequência da prática e prazer experimentado em relação às várias atividades incluídas no instrumento parecem ser sistematicamente relacionadas.

No estudo de Logsdon & Teri (1997), também foi constatado existir uma relação significativa entre eventos considerados como sendo prazerosos para o idoso (pelo cuidador e pelo próprio idoso) e os níveis de funcionamento cognitivo e depressão

do idoso. Foi constatado que frequência de envolvimento e disponibilidade de atividades não apresentaram uma relação significativa com depressão ou *status* cognitivo. O fator que demonstrou uma relação significativa com depressão foi a frequência de prática de atividades que o paciente experimentava prazer em fazer, indicando a importância do prazer subjetivo relacionado à prática de atividades para a saúde mental. Além disso, indivíduos depressivos apontaram um número menor de atividades como sendo prazerosas, se comparado aos não-depressivos, independente do *status* cognitivo. Este resultado corroborou a hipótese de que depressão está diretamente relacionada com o envolvimento em atividades prazerosas, inclusive em indivíduos com comprometimento cognitivo.

The Pool Activity Level Checklist – PAL (Wenborn, Challis, Pool, Burgess, Elliot & Orrell, 2008) é um instrumento de 36 itens desenvolvido para identificar o nível de habilidade cognitiva que um idoso dementado precisa ter para ser capaz de engajar-se em atividades, associado com informações sobre o histórico de preferências do idoso para realizar diferentes atividades. Novamente, o instrumento é totalmente direcionado para ajudar pessoas com demência. Quem responde ao instrumento é o cuidador primário do idoso. O modelo teórico que fundamentou sua construção foi o *Functional Information Processing Model* (Allen, 1999; citado por Wenborn *et al.*, 2008). O instrumento é sempre aplicado em associação com um segundo instrumento, o qual é usado para levantar o perfil de interesses do idoso – *Personal History Profile*. Ambos as medidas devem ser preenchidas para auxiliar o cuidador a escolher atividades significativas e acessíveis ao idoso, de acordo com seu grau de comprometimento. No PAL, são avaliadas quais as atividades que o idoso ainda é capaz de realizar, agrupadas em quatro níveis de complexidade: atividades planejadas, atividades exploratórias, atividades sensoriais e atividades passivas (por exemplo, receber massagem, escutar

música). O instrumento classifica as atividades cotidianas em nove categorias: (1) tomar banho/lavar-se; (2) vestir-se; (3) comer; (4) contato com outras pessoas; (5) habilidades para trabalhar em grupo; (6) habilidades de comunicação; (7) atividades práticas (ex: atividades domésticas, jardinagem, artesanato); (8) uso de objetos e (9) olhar jornais/revistas. Dentro de cada categoria de atividade, existem quatro sentenças descritivas do grau de habilidade do idoso. O cuidador deve assinalar qual frase melhor descreve o desempenho do idoso, considerando as duas últimas semanas. Com base nestas informações, o nível de atividade em que o idoso se encontra é então aferido.

Foram realizados vários estudos para investigar as propriedades psicométricas do *PAL* (Wenborn *et al.*, 2008). Para avaliar evidências de validade baseadas no conteúdo, 102 profissionais da área da saúde avaliaram o instrumento quanto à relevância dos itens e clareza das instruções do instrumento. Foi observado que 97% dos profissionais avaliou as instruções como sendo claras e 77% avaliou os itens como sendo muito importantes.

Para avaliar evidências de validade baseadas na estrutura interna, foram aplicadas medidas para avaliar o status cognitivo, estado funcional e grau de dependência dos idosos, sendo que escores obtidos no *PAL* apresentaram relação significativa com as demais medidas das capacidades dos idosos. Para avaliar evidências baseadas na estrutura interna, o instrumento foi aplicado em uma amostra de 60 cuidadores de idosos com demência e apresentou índice de consistência interna excelente, com *alpha de Cronbach* igual a 0,95. Também foram realizados testes de correlação inter-item que indicaram correlação entre grupos de itens que variaram de 0.53 a 0.81. Por fim, foi realizado teste de medidas teste-reteste (*Cohen's Kappa* e *the intra class coefficient- ICC*), que indicaram fidedignidade aceitável (Wenborn *et al.*, 2008).

Embora estes primeiros dois instrumentos possuam boas propriedades psicométricas e são utilizados para avaliar o envolvimento de idosos em atividades prazerosas, não são os mais adequados para se usar com idosos sem demência. *The California Older Person Pleasant Events Schedule- COPPES* (Rider *et al.*, 2004) é um instrumento americano composto por 66 itens que descrevem atividades que a maior parte dos idosos tendem a achar prazerosas. O respondente é o próprio idoso, que deve classificar em `nunca`, `1-6 vezes` ou `mais de sete vezes`, a frequência com a qual esteve envolvido em cada atividade no último mês. O idoso também deve classificar o prazer subjetivo que experimentou ao realizar cada atividade, ou que experimentaria caso tivesse realizado, tendo como opções de classificação “não foi ou não teria sido agradável”, “foi ou teria sido razoavelmente agradável” e “foi ou teria sido bastante agradável”. O instrumento foi construído para ser utilizado em contexto clínico para tratar idosos depressivos, tendo por base o modelo comportamental de depressão de Lewisohn (1972).

As atividades descritas nos itens do instrumento pertencem a cinco domínios: (1) socialização (*socializing*), que representa interações sociais prazerosas, incluindo atividades como fazer amigos, expressar afeição e ser cortês com outras pessoas; (2) relaxamento (*relaxing*), que inclui atividades que o idoso faz sozinho, porém com um foco externo, como apreciar sons da natureza, ler e escutar música; (3) contemplação (*contemplating*), que abarca atividades solitárias com foco interno, como por exemplo meditar, pensar sobre si mesmo e recordar momentos; (4) ser efetivo (*being effective*), que inclui atividades que demonstram para outras pessoas que o idoso possui um senso de competência e efetividade, como por exemplo, dar conselhos, ser elogiado por outras pessoas, fazer tarefas difíceis e sentir-se útil; e (5) ser ativo (*doing*), que abarca atividades consideradas como hobbies ou projetos, tais como planejar uma viagem,

coleccionar receitas e fazer artesanato. Aplicando-se o instrumento, é possível verificar em quais domínios o cliente apresenta maior ou menor grau de envolvimento e qual o nível de prazer associado com cada atividade avaliada. A partir desta avaliação, é possível traçar um plano de intervenção individualizado, que tem por objetivo criar as condições necessárias para que o cliente aumente a frequência da prática de atividades classificadas como prazerosas, porém, que apresentam baixa frequência. O instrumento também é útil para ajudar o cliente a discriminar em quais domínios de atividades ele experimenta maior ou menor prazer, servindo como um guia para que cliente e terapeuta foquem seus esforços para aumentar a frequência de atividades nos domínios que forem mais relevantes.

O *COPPEs* já passou por testes de validação para a população americana, apresentando boas propriedades psicométricas (Rider *et al.*, 2004). A escala foi aplicada em uma amostra de 624 adultos nos Estados Unidos, com idade variando de 41 a 89 anos, e apresentou índice de consistência interna (*alpha de Cronbach*) que variou de 0,63 a 0,86 (adequado a muito bom). Os escores obtidos no instrumento apresentaram correlação com depressão (avaliada pelo Inventário de Depressão de Beck), indicando evidências de validade baseadas em relações com variáveis externas. Por meio de uma análise fatorial, foram identificados os cinco domínios abarcados pelo *COPPEs* citados anteriormente (socialização, relaxamento, contemplação, ser efetivo e ser ativo).

Nota-se que todos os instrumentos apresentam índices de consistência interna que variam de adequado a excelente. Embora tenha sido realizado um maior número de estudos para investigar as propriedades psicométricas do *PAL*, de forma geral, os estudos realizados para cada um dos três instrumentos apresentados indicam que todos apresentam boas propriedades psicométricas.

No entanto, o *COPPES* é o único instrumento que não é direcionado para a avaliação de subamostras da população idosa, ao passo que o *PES-AD* e o *PAL* destinam-se a avaliar idosos com algum tipo de demência. Por este motivo, o *COPPES* parece ser o instrumento mais adequado para ser submetido às primeiras etapas de um processo de adaptação transcultural para o Brasil, uma vez que na fase inicial da adaptação do instrumento, é importante obter uma amostra diversificada para incluir idosos que apresentem níveis variados de envolvimento em atividades prazerosas. Desta forma, é desejável que a amostra de idosos não inclua características específicas (como por exemplo, idosos com demência). Além de apresentar propriedades psicométricas desejáveis, o *COPPES* também considera a avaliação subjetiva do idoso sobre a prática de atividades, é de fácil aplicação, e aparenta ser relevante ao contexto brasileiro.

Diante do crescimento da população idosa no Brasil e dos dados que apontam que a depressão é o transtorno psiquiátrico mais freqüente entre indivíduos com idade avançada (Baptista *et al.*, 2006), a longo prazo uma versão brasileira de um instrumento para avaliar envolvimento de idosos em atividades prazerosas pode ser útil no planejamento e avaliação de intervenções para tratar depressão em idosos. Além disso, instrumentos desta natureza também podem contribuir para a identificação de estratégias preventivas, focadas na promoção de bem-estar entre os idosos brasileiros. Serão descritos no próximo capítulo as etapas referentes ao processo de adaptação transcultural de um instrumento psicométrico.

Adaptação transcultural de instrumentos psicométricos e definições contemporâneas de validade

A adaptação transcultural consiste na realização de estudos de adequação de um dado instrumento para seu uso em outro país ou cultura. Para tal, são realizadas algumas tarefas e análises, as quais permitem investigar a equivalência entre a versão original e a adaptada, a saber: (a) traduções e retro-traduições, (b) avaliação da pertinência dos conceitos e dimensões da nova versão, (c) adequação dos itens com relação às características e expressões do novo idioma, (d) verificação da aceitação do instrumento, considerando as características culturais da população-alvo, e adequação dos aspectos operacionais da nova escala (formato de apresentação do instrumento e modo de aplicação), e (e) avaliação da equivalência de mensuração entre a versão original e a nova versão (Reichenheim & Moraes, 2007; Herdman, Fox-Rushby & Badia, 1998; Beaton, Bombardier, Guillemin & Ferraz, 2000).

Herdman *et al.* (1998), Beaton *et al.* (2000), Reichenheim e Moraes (2007) desenvolveram uma proposta de operacionalização do processo de adaptação transcultural de instrumentos construídos em outros contextos lingüísticos e socioculturais. De acordo com esta proposta, este processo é composto pelas seguintes etapas: avaliação da equivalência semântica, avaliação da equivalência conceitual, avaliação da equivalência cultural, avaliação da equivalência idiomática, avaliação da equivalência operacional e avaliação da equivalência de mensuração. Cada uma dessas etapas será descrita a seguir.

A avaliação da equivalência semântica tem por objetivo manter o significado ou sentido dos principais conceitos do instrumento original e de sua versão adaptada, de forma que seja gerado o mesmo entendimento em ambas as culturas (Herdman *et al.*,

1998, Beaton *et al.*, 2000, Reichenheim & Moraes, 2007). Esta fase consiste em traduzir e retro-traduzir o instrumento, buscando os termos que melhor traduzem o significado e sentido dos conceitos do instrumento original.

Na etapa de avaliação da equivalência conceitual, é feita a verificação da correspondência do construto avaliado pelo instrumento original, em cada um dos itens da escala adaptada. É recomendado que esta avaliação seja feita por um Comitê composto por vários profissionais que tenham conhecimento e domínio dos conceitos e definições teóricas que embasaram o construto em questão, na construção do instrumento original (Beaton *et al.*, 2000; Reichenheim & Moraes, 2007).

A etapa de avaliação da equivalência cultural consiste em verificar a coerência dos termos usados na versão adaptada do instrumento, de forma que se busque a compreensão e entendimento dos mesmos na cultura da população-alvo. Essa avaliação transcende a correspondência literal entre as palavras, sendo que as características do contexto sócio-cultural devem ser levadas em conta para adequar os termos e as expressões do instrumento adaptado (Reichenheim & Moraes, 2007). Por exemplo, tirar a neve da calçada é uma atividade realizada no inverno por muitas pessoas em diversos países no mundo, mas é uma atividade rara no Brasil. No entanto, muitas pessoas que moram em casas no Brasil limpam a calçada regularmente, o que talvez seja a atividade mais similar à de tirar a neve, que apresenta o maior grau de equivalência cultural.

De acordo com Reichenheim e Moraes (2007), a avaliação da equivalência idiomática consiste em verificar os significados linguísticos sob a perspectiva do significado referencial (denotativo) e correspondência literal. Nesta fase é feita uma comparação entre as palavras e expressões dos itens da escala adaptada e da escala original, buscando-se manter a correspondência de sentido do instrumento original. Sempre existem algumas diferenças na precisão com a qual algumas palavras são usadas

em linguagens diferentes, de forma que a tradução de algumas frases seja difícil, porque não é claro se um determinado item da versão original do instrumento estava se referindo a situação A ou B, e esta distinção terá que ser feita para traduzir o item para o outro idioma. Por exemplo, na língua portuguesa a palavra “pais” pode significar um grupo de mães e pais ou um grupo de pais do sexo masculino, apenas. Para traduzir esta palavra para inglês, seria necessário determinar quais dos dois sentidos da palavra “pais” está sendo usado no item.

A avaliação da equivalência operacional se refere à testagem da utilização da escala adaptada na mesma formatação, modo de administração e métodos de mensuração como os usados no instrumento original (Herdman *et al.*, 1998; Beaton *et al.*, 2000; Reichenheim & Moraes, 2007). Nesta fase, a escala produzida nas etapas anteriores deve ser testada numa subamostra da população-alvo com o objetivo de observar as possíveis dificuldades que os respondentes sentem para responder ao instrumento (por exemplo, atualmente, uma grande porcentagem dos idosos brasileiros são analfabetos, de forma que não são capazes de preencher questionários sem ajuda) ou outras repercussões da aplicação do instrumento. Nesta fase, se for o caso, deve optar-se por alguma modificação na forma de aplicar a escala.

A equivalência de mensuração consiste na avaliação das medidas de confiabilidade e validade da versão adaptada do instrumento, comparando-as com os valores encontradas para o instrumento original (Herdman *et al.*, 1998; Beaton *et al.*, 2000; Reichenheim & Moraes, 2007). O objetivo principal desta etapa é avaliar as propriedades psicométricas da versão adaptada do instrumento. Para tal, o mesmo deve ser aplicado numa amostra da população-alvo com características suficientemente variadas para possibilitar análises estatísticas referentes à validação de instrumentos

psicométricos (por ex: avaliação da consistência interna, correlações com outras medidas, etc).

Com relação à validade de testes psicológicos, Primi, Muniz e Nunes (2009) apresentam definições atualizadas sobre este conceito. De acordo com tais definições, validade se refere ao grau em que evidência e teoria sustentam as interpretações dos escores dos testes vinculados aos usos propostos dos testes, sendo que o processo de validação é cumulativo, por agregar um conjunto de evidências científicas que asseguram interpretações dos escores do teste e a relevância e utilidade dos usos propostos. Desta forma, foram definidas cinco fontes para evidenciar validade de um teste: (1) evidência com base no conteúdo, que levanta dados sobre a representatividade dos itens do teste; (2) evidência com base no processo de resposta, que levanta dados sobre os processos mentais envolvidos na realização de tarefas propostas pelo teste; (3) evidência com base na estrutura interna, que levanta dados sobre a estrutura das correlações entre itens do teste; (4) evidência com base nas relações com variáveis externas, que levanta dados sobre padrões de correlação entre os escores do teste e outras variáveis; e (5) evidências com base nas conseqüências de testagem, que examina as conseqüências sociais do uso do teste para avaliar se sua utilização está surtindo os efeitos desejados.

Após uma revisão de literatura para localizar instrumentos que avaliam o envolvimento de idosos em atividades prazerosas, o *COPPEs* foi o instrumento eleito para ser submetido a um processo de adaptação cultural para o Brasil, por aparentar ser o mais adequado ao contexto brasileiro, apresentar boas propriedades psicométricas e considerar a avaliação subjetiva do idoso. Logo, o presente estudo teve por objetivo submeter o *COPPEs* às etapas de adaptação transcultural para o Brasil, descritas neste capítulo.

Demandas para pesquisas sobre o envolvimento de idosos em atividades prazerosas

A prática de atividades prazerosas por idosos não tem recebido atenção especial no Brasil. Rodrigues (2002) afirma que atividades de lazer são acessíveis apenas a uma minoria da população idosa brasileira. Indo na mesma direção, Almeida *et al.* (2005) afirmam que faltam políticas públicas e sociais que possam superar este problema. As restrições de acesso a oportunidades de lazer entre idosos brasileiros existem por diversos motivos, tais como: restrições financeiras; barreiras arquitetônicas extensas e graves para idosos com dificuldades de locomoção, os impactos dos quais são agravados pela insuficiência de serviços de transporte coletivo que podem ser usados com segurança pela população idosa; falta de atividades com temas do interesse desta população; falta de tempo disponível entre idosos que cuidam de netos ou outros familiares dependentes; tradição e estereótipos culturais; ausência de autonomia do idoso; supervalorização da produtividade em detrimento do lazer, de forma que parentes mais novos dos idosos tenham poucas oportunidades para ajudá-los a praticar atividades de lazer; senso de limitação do tempo futuro e perda de amigos e contemporâneos (Deps, 1993; Rodrigues, 2002; Almeida *et al.*, 2005). Já no âmbito científico, são escassos os trabalhos que enfoquem a contribuição do lazer para a saúde e qualidade de vida na população idosa brasileira (Almeida *et al.*; 2005).

A literatura brasileira também é incipiente em termos de estudos que considerem o prazer experimentado por idosos ao praticar atividades. Muitos estudos apontam para a importância e os benefícios de manter os idosos ativos, apenas, sem considerar questões relacionadas à subjetividade do idoso, fator determinante para que o engajar-se em atividades possa trazer benefícios reais à vida do idoso. Para suprir esta lacuna, De Lima *et al.* (2008) ressaltam a importância de se valer de diferentes estratégias para

acompanhar e registrar o desenvolvimento de cada idoso, por exemplo, utilizando instrumentos validados que auxiliem no entendimento da demanda de cada pessoa e na compreensão de sua subjetividade. No entanto, foi constatado que inexistem instrumentos psicométricos no contexto brasileiro que avaliam o envolvimento de idosos em atividades prazerosas.

No censo de 2008, o crescimento da população idosa brasileira representou mais que o dobro do crescimento da população total, indicando que o Brasil caminha velozmente rumo a um perfil demográfico cada vez mais envelhecido. A estimativa é de que a vida média do brasileiro chegará ao patamar de 81 anos, em 2050 (IBGE, 2008). Surge, dessa forma, o desafio de implantar novos modelos e métodos para atender essa parcela da população, de forma a melhor garantir sua qualidade de vida.

Diante desta preocupação em buscar e avaliar alternativas para garantir a qualidade de vida da população idosa brasileira, seria importante contar com instrumentos psicométricos que avaliem o envolvimento de idosos em atividades que lhes sejam prazerosas. As informações obtidas por meio destes instrumentos também poderiam contribuir para o planejamento e avaliação de intervenções que visem promover o bem-estar dos idosos. Além disso, estudos sobre a prática de atividades que sejam prazerosas para o idoso poderiam ajudar a desmistificar a crença vigente entre leigos e profissionais, que a velhice esteja associada principalmente à deterioração e à inatividade.

Diante da alta prevalência de depressão na população brasileira (Snowdon, 2002) e diante dos dados da literatura que sugerem existir uma associação importante entre a prática de atividades prazerosas e o estado de humor em idosos, torna-se extremamente relevante compreender e pesquisar mais a fundo este assunto na população brasileira, para que esta morbidade seja diagnosticada e tratada

adequadamente. Neste contexto, seria igualmente relevante contar com escalas validadas e adaptadas à cultura brasileira, com boas propriedades psicométricas, para avaliar o envolvimento de idosos em atividades que lhes proporcionam oportunidades de sentir o prazer de estar vivo, fazendo algo de valor e agradável.

OBJETIVOS

Desta forma, o objetivo principal deste trabalho foi o de submeter o instrumento americano, *The California Older Person's Pleasant Events Schedule - COPPES* (Rider *et al.*, 2004), que avalia o envolvimento de idosos em atividades prazerosas, às etapas de uma adaptação transcultural para investigar e avaliar as propriedades de uma versão brasileira deste instrumento.

Os objetivos específicos deste trabalho foram:

- (1) avaliar a equivalência semântica, conceitual, cultural, idiomática, e operacional de sucessivas versões brasileiras do COPPES;
- (2) Em relação à equivalência de mensuração da versão brasileira do instrumento produzido ao final destas análises:
 - a. verificar algumas evidências de validade baseadas na estrutura interna da versão brasileira do instrumento, por meio da análise da consistência interna desta versão;
 - b. fazer uma avaliação inicial de alguns aspectos relacionados às evidências de validade baseadas nas relações com variáveis externas da versão brasileira do instrumento, por meio de:
 - i. verificação das correlações entre a prática de atividades prazerosas e a depressão, numa amostra de idosos e

- ii. verificação das correlações existentes entre a prática de atividades prazerosas e características socioeconômicas da amostra de idosos.

MÉTODO

Aspectos éticos

Este projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFSCar, por meio do parecer 506/2008 (Anexo A). Todos os participantes receberam informações acerca dos objetivos das pesquisas, as atividades a serem desenvolvidas e seus direitos, antes de assinar um *Termo de Consentimento Livre e Esclarecido* (Anexo B). Foi assegurado o sigilo da identidade dos participantes e estes tiveram total autonomia em relação a sua participação no estudo. Não foram previstos riscos para os participantes, com a possibilidade de benefícios derivados do conhecimento de um instrumento novo, entre participantes profissionais, ou com base numa reflexão sobre a frequência de envolvimento em atividades e o prazer que experimentam ao realizá-las, entre participantes idosos.

Adaptação transcultural do COPPES

Para dar início às primeiras etapas da adaptação transcultural do COPPES, foi necessário entrar em contato com os autores do instrumento para solicitar autorização, informando os objetivos da pesquisa. A carta de pedido de autorização pode ser visualizada no Anexo C. A autorização foi obtida Anexo D e foi dado início ao processo de adaptação transcultural do *COPPES*. A versão original do instrumento pode ser visualizada no Anexo E.

Estão descritos na Tabela 1, de forma resumida, os estudos referentes às etapas que descrevem o procedimento para a adaptação transcultural. Após a apresentação da Tabela 1, tais estudos serão descritos detalhadamente.

Tabela 1

Estudos referentes às etapas do processo de validação transcultural, segundo o modelo apresentado por Reichenheim e Moraes (2007).

Estudo	Atividades Realizadas	Participantes	Produto final
Avaliação da Equivalência Semântica	a) Tradução	a) 6 psicólogos e 6 professores de inglês	a) 2 versões em português de cada bloco do instrumento
	b) Consenso das traduções	b) 1 psicóloga nativa da língua inglesa	b) 1ª Versão do instrumento em português (V1)
	c) Retro-tradução	c) 1 nativo da língua inglesa e 1 professor de inglês	c) 2 retro-traduições
	d) Esclarecimento de dúvidas com os autores do instrumento sobre o significado de expressões	d) -----	d) 2ª Versão do instrumento em português (V2)
Avaliação da equivalência conceitual e cultural	Reunião com Comitê de Especialistas	3 psicólogas e 1 terapeuta ocupacional	3ª Versão do instrumento em português (V3)
Avaliação da equivalência idiomática	Reunião com Comitê de Especialistas	2 psicólogas com bons conhecimentos de inglês	4ª Versão do instrumento em português (V4)
Avaliação da Equivalência Operacional (Pré-teste)	Aplicação da V4 para verificação de sua compreensão e aceitabilidade pela população-alvo	9 idosos	5ª Versão do instrumento em português (V5)
Avaliação da Equivalência de Mensuração	Aplicação da V5 para investigação das propriedades psicométricas do instrumento	60 idosos	Obtenção do índice de consistência interna do instrumento em português

A seguir são descritos os estudos realizados em cada etapa da adaptação transcultural.

Estudo 1- Avaliação da equivalência semântica

Participantes

Na etapa de tradução do instrumento, foram participantes 6 psicólogos com bons conhecimentos de inglês e 6 professores de inglês, totalizando 12 tradutores. O consenso da tradução foi realizado por uma psicóloga com experiência em Gerontologia, cuja língua nativa era o inglês. Na etapa de retro-tradução do instrumento foram participantes uma nativa da língua inglesa com bons conhecimentos da língua portuguesa e uma professora de inglês.

Local da coleta de dados e materiais

As entrevistas com os profissionais que fizeram as traduções do instrumento foram realizadas em salas isentas de ruído. Foram utilizados papel e caneta para as anotações realizadas pelos profissionais e pela pesquisadora.

Procedimento

Tradução e consenso das traduções

O instrumento a ser validado era composto por 66 itens. Como se tratava de um instrumento extenso, optou-se por dividi-lo em seis blocos que foram traduzidos separadamente. Para cada bloco foram realizadas duas traduções, sendo que uma tradução foi realizada por um psicólogo com bons conhecimentos de inglês e outra tradução foi realizada por um professor de inglês. Dos 12 tradutores, 10 realizaram

também a tradução das instruções de resposta do teste. A pesquisadora entrou em contato com os participantes e a tradução foi realizada em formato de entrevista. Os formulários utilizados para as traduções podem ser visualizados no Anexo F. Cada tradução foi realizada de forma independente, gerando duas versões traduzidas de cada bloco, e dez traduções das instruções de resposta da escala.

O consenso das traduções de cada bloco e das instruções de resposta foi realizado por uma psicóloga cuja língua nativa era o inglês, e com conhecimentos da área de Gerontologia e Psicologia. O consenso das traduções também foi realizado em formato de entrevista pela pesquisadora. Após o consenso das traduções, foi gerada a 1ª versão em português do COPPES (V-1).

Retro-tradução

A V-1 produzida na etapa anterior foi encaminhada via e mail a uma nativa da língua inglesa com domínio da língua portuguesa e a uma professora de inglês. Ambas realizaram a retro-tradução da V-1 de maneiras independentes. As duas versões resultantes da retro-tradução foram avaliadas e comparadas com a V-1, pela mesma psicóloga nativa da língua inglesa que realizou o consenso das traduções. Após esta análise, surgiram algumas dúvidas com relação ao significado de alguns itens do instrumento. Estas dúvidas foram encaminhadas aos autores do instrumento em formato de carta (Anexo G), via e mail. Após a resposta dos autores às dúvidas, foram realizados os ajustes necessários que deram origem à segunda versão em português do COPPES (V-2).

Estudo 2- Avaliação da equivalência conceitual e cultural

Participantes

Nesta fase, foi constituído um Comitê de Especialistas para verificação da equivalência cultural e conceitual, entre a nova versão do instrumento e a original. O Comitê foi constituído por três psicólogas e uma terapeuta ocupacional, sendo que uma das psicólogas também havia participado da etapa de tradução. Os profissionais tinham experiência em trabalhar com idosos e conhecimento sobre a área de Gerontologia.

Local da coleta de dados e materiais

A reunião com o Comitê de Especialistas foi realizada em sala isenta de ruído. A reunião contou com a utilização de data-show para apresentação dos conceitos que embasaram a construção do COPPES e foram utilizados papel e caneta para as anotações realizadas pelos membros do comitê e pela pesquisadora.

Procedimento

O convite aos participantes foi realizado via e mail e foi agendada uma reunião entre os membros. Nesta reunião, a pesquisadora fez uma breve apresentação sobre a teoria que fundamentou a construção do COPPES. Após a apresentação, os membros receberam os formulários (Anexo H) para fazer a apreciação da equivalência conceitual e cultural da V-2.

Para a apreciação da equivalência conceitual, os membros deveriam assinalar para cada item, se estava de acordo ou se não estava de acordo, verificando se a construção de cada item da escala adaptada estava medindo a dimensão proposta pela escala original. Caso o participante assinalasse que não estava de acordo, ele deveria justificar por escrito sua opção.

Para a apreciação da equivalência cultural, os membros deveriam assinalar para cada item, se estava adequado ou não adequado à compreensão e às características culturais da população idosa brasileira. Caso o participante assinalasse que o item não estava adequado, ele deveria justificar por escrito sua opção.

Após feitas tais apreciações, os membros puderam justificar oralmente suas avaliações e discutir entre si e com a pesquisadora sobre suas sugestões. A reunião com o Comitê teve duração aproximada de 3h.

Com base nas sugestões e contribuições feitas pelos membros do Comitê, foi produzida a terceira versão em português do COPPES (V-3).

Estudo 3- Avaliação da equivalência idiomática

Participantes

Participaram desta etapa a psicóloga que realizou o consenso das traduções e uma das psicólogas que havia participado da etapa de tradução e do Comitê de Especialistas.

Local da coleta de dados e materiais

A reunião com os profissionais foi realizada em sala isenta de ruído. Foram utilizados papel e caneta para as anotações realizadas pelos profissionais e pela pesquisadora.

Procedimento

Para a apreciação da equivalência idiomática da V-3, houve uma reunião da pesquisadora com uma das psicólogas que havia participado do Comitê de Especialistas

(etapa anterior) e com a psicóloga nativa da língua inglesa, que havia realizado o consenso das traduções na etapa da equivalência semântica. Ambas as psicólogas tinham bons conhecimentos da língua inglesa e portuguesa.

Os participantes receberam um formulário (Anexo I) onde deveriam avaliar cada item da V-3 comparando-o ao item do instrumento original, verificando se as expressões da V-3 eram correspondentes ou não correspondentes ao significado denotativo original dos itens da escala original.

Com base nas sugestões e contribuições feitas pelos participantes, foi produzida a quarta versão em português do COPPES (V-4).

Estudo 4- Avaliação da equivalência operacional

Participantes

Participaram desta etapa nove idosos não-institucionalizados e sem comprometimento cognitivo. Os idosos eram provenientes de um bairro de um município de médio porte do interior de São Paulo cujo Índice Paulista de Vulnerabilidade Social (IPVS) era igual a 2, indicando vulnerabilidade social muito baixa. Este índice classifica os setores censitários do Estado de São Paulo segundo níveis de vulnerabilidade social a que estão sujeitos os seus residentes (Fundação SEADE, 2008).

Local da coleta de dados e materiais

As entrevistas foram realizadas nas casas dos participantes e em salas das Unidades do Programa de Saúde da Família, isenta de ruídos onde era possível garantir sigilo.

Instrumentos

Critério de Classificação Econômica Brasil 2008: Utilizado para estimar o poder de compra dos indivíduos e famílias urbanas no país. O critério qualifica a população em classes econômicas por meio de um sistema de pontuação que mede a capacidade de consumo. O respondente deve assinalar a quantidade de itens (TV em cores, rádio, banheiro, automóvel, empregada mensalista, aspirador de pó, máquina de lavar, DVD, geladeira, freezer) que possui em sua residência e o grau de instrução do chefe da família. O respondente é classificado em classe A1, A2, B1, B2, C, D ou E de acordo com a pontuação que atingir.

Dados sócio-demográficos: Informações para descrever a composição da amostra, incluindo idade, gênero, escolaridade, estado civil, ocupação, religião, problemas de saúde, renda, número e grau de parentesco de pessoas que moram na mesma casa.

Mini Exame do Estado Mental - MEEM (Folstein, Folstein & McHugh, 1975; traduzida para uso no Brasil por Bertolucci, Brucki, Campacci & Juliano, 1994): Instrumento de rastreio para detectar perdas cognitivas em idosos. Examina orientação temporal e espacial, memória de curto prazo (imediate ou atenção) e evocação, cálculo, praxia e habilidades de linguagem e visuo-construtivas. A pontuação varia de 0 a 30, sendo que a nota de corte varia de acordo com o grau de escolaridade apresentado pelo idoso. Existem diferentes sugestões para os valores que podem ser usados para estabelecer as notas de corte, mas para este estudo adotou-se as recomendações de Bertolucci *et al.* (1994): 18 pontos para idosos analfabetos; 21 pontos para idosos com 1 a 3 anos de escolaridade; 24 pontos para idosos com 4 a 7 anos de escolaridade; e 26 pontos para idosos com 8 anos ou mais de escolaridade.

Inventário de Depressão de Beck – BDI (Beck Depression Inventory, Beck, Rush, Shaw & Emery, 1979): Inventário para detectar sintomas e nível de depressão. É composto por 21 grupos de afirmações em que o respondente tem que assinalar as afirmações que julgue melhor descrever a maneira como tem se sentido durante a última semana. Cada grupo contém quatro afirmações que são pontuadas de 0 a 3. O escore final é dado pela soma das pontuações das afirmações assinaladas pelo respondente. Escores de 0 a 11 indicam ausência de depressão; de 12 a 19 indicam depressão leve; de 20 a 35 indicam depressão moderada; e acima de 36 indicam depressão grave.

Índice Katz (Freitas & Miranda, 2006): Estabelece o grau de dependência do idoso em Atividades Básicas da Vida Diária (ABVD`s). A escala é constituída por seis itens, nos quais é avaliado o desempenho do idoso para alimentação, controle dos esfíncteres, transferência, higiene pessoal, capacidade de se vestir e de tomar banho. É dada a resposta “sim” para cada item ao qual o idoso consegue realizar sem ajuda nenhuma, e “não” para os itens em que não é capaz de desempenhar a atividade sozinho. A pontuação final é o somatório das respostas “sim”. Uma pontuação de 6 significa independência para as ABVD`s; 4 pontos, dependência parcial; 2 pontos, dependência importante.

Índice Pfeffer (Functional Activities Questionnaire – Pfeffer, Kurosaki, Harrah, Chance & Filos, 1982): Avalia a capacidade do idoso em executar as tarefas básicas do dia a dia. Instrumento constituído por 10 itens relacionados à capacidade do idoso para realizar Atividades Instrumentais da Vida Diária (AIVD`s). São avaliadas capacidades tais como: fazer compras, preparar alimentação, manter-se em dia com as atualidades, prestar atenção em programas de rádio e TV e discutir sobre eles. Cada item é pontuado de 0 a 3,

de acordo com a gravidade da incapacidade (sendo “zero” capacidade normal para realizar a atividade do item, “1” para atividades do item feitas com dificuldade, “2” para atividades feitas somente com ajuda, e “3” para total incapacidade de realização da atividade do item). A pontuação máxima é de 30 pontos, sendo que escore maior que “5” indica dependência. Quanto menor o escore, mais independente é a pessoa.

Quarta versão, em português, do The California Older Person`s Pleasant Events Schedule – COPPES V-4: versão brasileira adaptada do COPPES produzida após as etapas de tradução, retro-tradução, avaliação da equivalência conceitual e de itens, cultural, idiomática e operacional.

Procedimento

A V-4 do COPPES foi aplicada em formato de entrevista. Esta etapa também teve como objetivo verificar a aceitabilidade e compreensão da V-4 do COPPES em uma amostra da população-alvo. Para atingir este objetivo, os participantes também responderam a um questionário (Anexo J) que avaliava a clareza das instruções de resposta e dos itens desta versão brasileira do COPPES.

Foi solicitado aos participantes que respondessem ao instrumento, e que fossem apontadas dúvidas e dificuldades no entendimento dos itens e das instruções do instrumento. Também foram requeridas sugestões que permitissem uma melhor compreensão do instrumento por parte dos respondentes.

Com base nas informações coletadas nesta fase, foram efetuados pequenos ajustes na escala chegando-se à quinta versão em português do COPPES (V-5), para ser testada com o objetivo de investigar as propriedades psicométricas.

Estudo 5- Avaliação da equivalência de mensuração

Participantes

Participaram deste estudo um total de 60 idosos de um município de médio porte do Estado de São Paulo. Os idosos selecionados para participar desta etapa eram provenientes de seis diferentes áreas de abrangência de Unidades do Programa de Saúde da Família (USFs) do município. Foi utilizada uma amostra de 10 idosos de cada área, totalizando 60 idosos. Cada área de abrangência apresentava um Índice Paulista de Vulnerabilidade Social (IPVS) diferente, para garantir a variabilidade socioeconômica da amostra. A vulnerabilidade social é um construto multidimensional que diz respeito ao processo de estar em risco para redução da qualidade de vida, em função do contexto de moradia, resultante de condições inadequadas nos planos econômico, social, psicológico, familiar, cognitivo ou físico (Fundação SEADE, 2008). Segundo o IPVS, foram estabelecidos seis níveis de vulnerabilidade social de onde derivou-se as seis sub-amostras de 10 idosos:

Grupo 1: Nenhuma vulnerabilidade: engloba os setores censitários em melhor situação socioeconômica (muita alta), com os responsáveis pelo domicílio possuindo os mais elevados níveis de renda e escolaridade. Apesar de o estágio das famílias no ciclo de vida não ser um definidor do grupo, seus responsáveis tendem a ser mais velhos, com menor presença de crianças pequenas e moradores nos domicílios, quando comparados com o conjunto do Estado de São Paulo.

Grupo 2: Vulnerabilidade muito baixa: abrange os setores censitários que se classificam em segundo lugar, no Estado, em termos da dimensão

socioeconômica (média ou alta). Nessas áreas concentram-se, em média, as famílias mais velhas.

Grupo 3: Vulnerabilidade baixa: formado pelos setores censitários que se classificam nos níveis altos ou médios da dimensão socioeconômica e seu perfil demográfico caracteriza-se pela predominância de famílias jovens e adultas.

Grupo 4: Vulnerabilidade média: composto pelos setores que apresentam níveis médios na dimensão socioeconômica, estando em quarto lugar na escala em termos de renda e escolaridade do responsável pelo domicílio. Nesses setores concentram-se famílias jovens, isto é, com forte presença de chefes jovens (com menos de 30 anos) e de crianças pequenas.

Grupo 5: Vulnerabilidade alta: engloba os setores censitários que possuem as piores condições na dimensão socioeconômica (baixa), estando entre os dois grupos em que os chefes de domicílios apresentam, em média, os níveis mais baixos de renda e escolaridade. Concentra famílias mais velhas, com menor presença de crianças pequenas.

Grupo 6: Vulnerabilidade muito alta: o segundo dos dois piores grupos em termos da dimensão socioeconômica (baixa), com grande concentração de famílias jovens. A combinação entre os chefes jovens com baixos níveis de renda e escolaridade e a presença significativa de crianças pequenas permite inferir ser este o grupo de maior vulnerabilidade à pobreza.

A média da idade dos participantes idosos foi de 71,17 anos. Na amostra, 66,7% dos participantes era do sexo feminino e 33,3% era do sexo masculino. Os idosos obtiveram ou ultrapassaram sua nota de corte no Mini Exame do Estado Mental, de acordo com seu nível de escolaridade, de forma que todos apresentavam capacidade cognitiva para compreender e responder aos itens do instrumento. Os participantes viviam na comunidade (idosos não-institucionalizados). Observou-se que 75% dos participantes era aposentado, sendo que 6% da amostra era aposentado por invalidez. Apenas 1% da amostra apresentava algum emprego remunerado.

A Figura 1 mostra a distribuição do estado civil dos participantes idosos. Nota-se que metade dos participantes era casado e um quarto da amostra era viúvo.

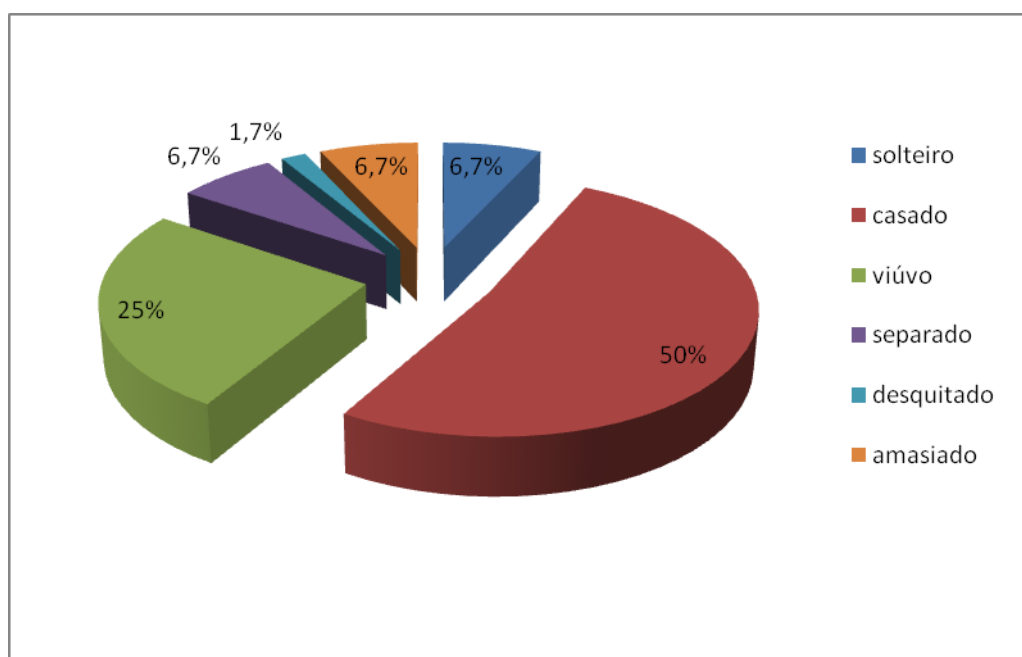


Figura 1. Estado civil dos participantes idosos.

A Figura 2 mostra a distribuição do nível de escolaridade dos participantes idosos. Nota-se que a maioria dos participantes apresentava ensino fundamental incompleto e um quarto dos participantes da amostra era analfabeto.

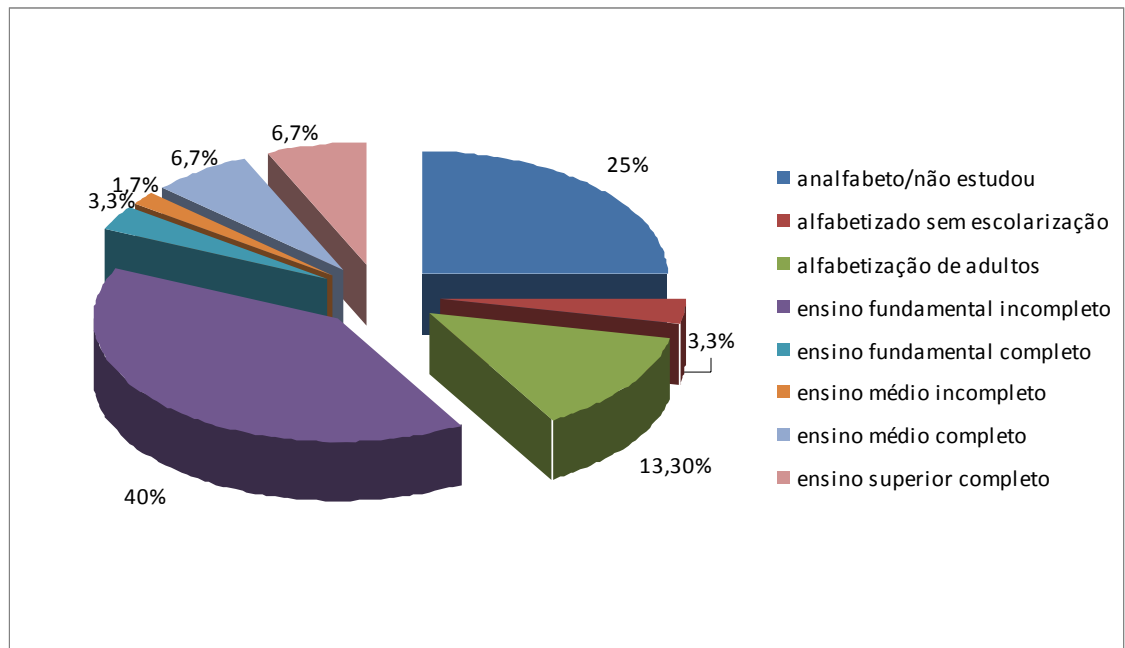


Figura 2. Grau de escolaridade dos participantes idosos.

A Figura 3 mostra os problemas de saúde relatados pelos participantes. Nota-se que metade da amostra relatou ter problemas relacionados ao sistema circulatório e problemas músculo - esqueléticos.

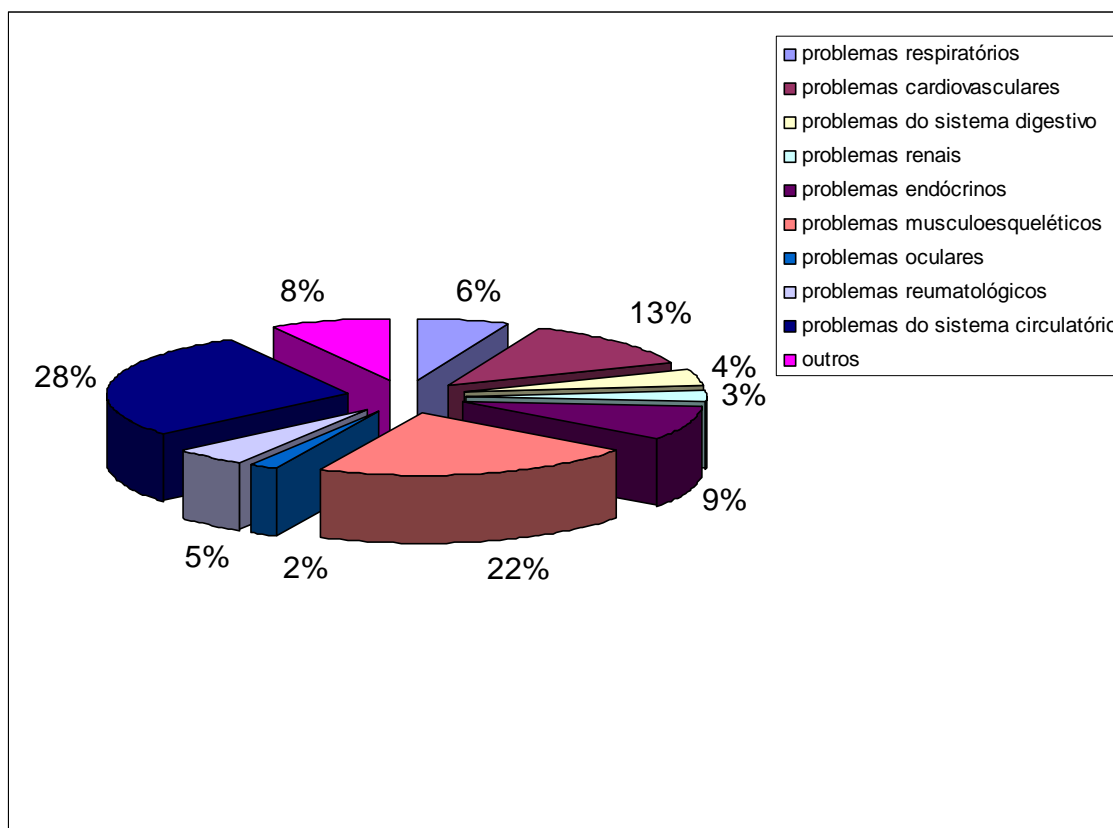


Figura 3. Problemas de saúde relatados pelos participantes.

A Figura 4 mostra o meio de obtenção de renda dos participantes. Observa-se que mais da metade da amostra conta com renda própria e renda do cônjuge.

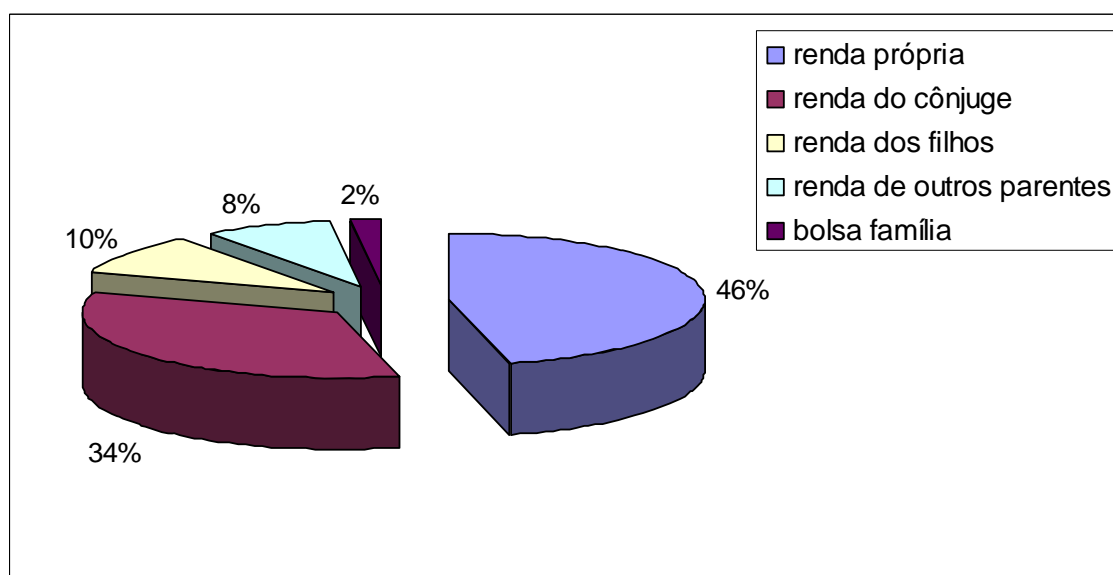


Figura 4. Meio de obtenção de renda dos participantes.

A Figura 5 mostra a distribuição de ocupações dos participantes durante a maior parte da vida. A maioria da amostra foi composta por participantes que eram trabalhadores de reparação e manutenção (inclui profissões tais como: empregada doméstica, costureira, pedreiro, encanador, etc).

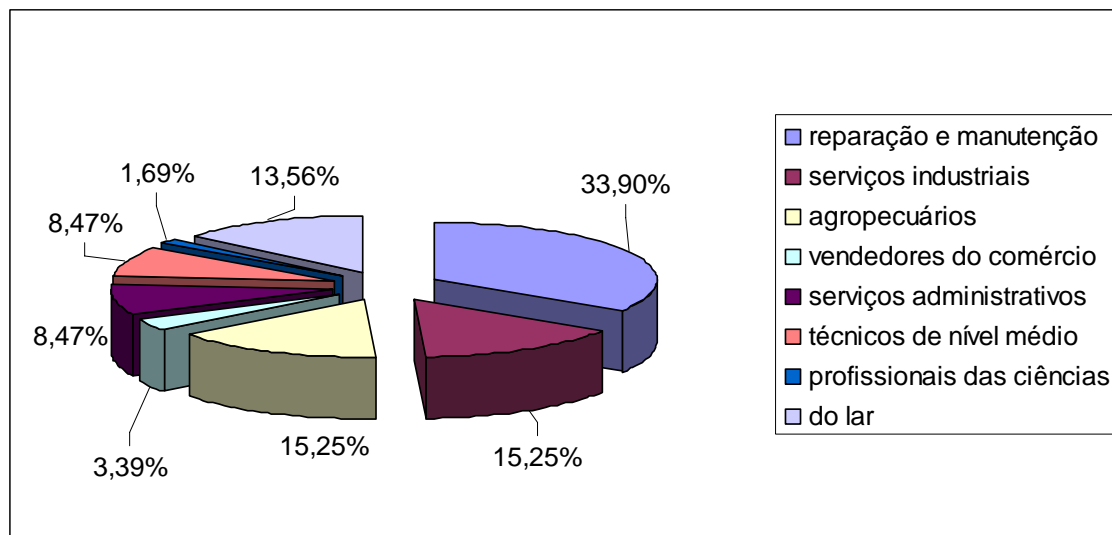


Figura 5. Distribuição de ocupações durante a maior parte da vida dos participantes.

A Figura 6 mostra a porcentagem de participantes que fazem parte de famílias unigeracionais, bigeracionais, trigeracionais e quadrigeracionais. A maioria da amostra foi composta por idosos de famílias unigeracionais.

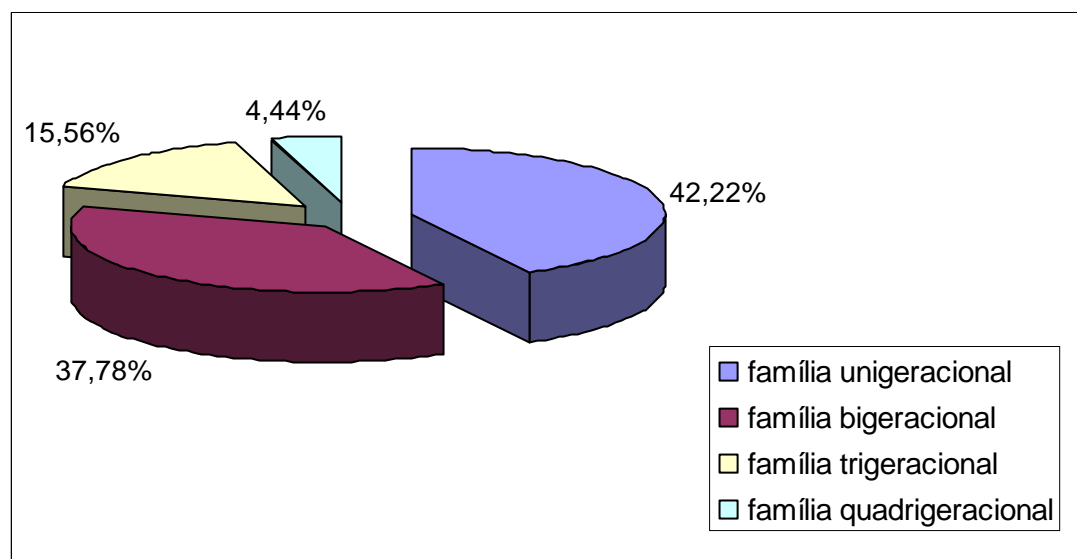


Figura 6. Tipos de família dos participantes.

Local da coleta de dados e materiais

As entrevistas foram realizadas nas casas dos participantes e em salas das Unidades do Programa de Saúde da Família, isenta de ruídos, onde era possível garantir sigilo.

Instrumentos

Foram utilizados exatamente os mesmos instrumentos descritos no Estudo 4 (Avaliação da equivalência operacional).

Procedimento

O objetivo principal desta etapa foi verificar o índice de consistência interna da V-5 do COPPES. Nesta fase da validação do instrumento, é importante obter uma amostra diversificada para incluir idosos que apresentem níveis variados de envolvimento em atividades prazerosas. Em fases subsequentes do processo de validação, o uso de amostras mais específicas permitirá obter dados que contribuirão para a validação interna e externa do instrumento.

Tendo por objetivo iniciar o processo de validação com uma amostra variada, a localização dos participantes foi feita em seis Unidades do Programa de Saúde da Família (USFs) de diferentes bairros do município de São Carlos-SP. Foi realizado contato com a Secretaria de Saúde da Prefeitura do município de São Carlos para explicar os objetivos do estudo e solicitar autorização para a realização da pesquisa nas USFs, tendo sido a autorização concedida (Anexo L). As USFs foram selecionadas com base no IPVS de sua área de abrangência, de forma que foram constituídos seis grupos. Cada grupo possuía um IPVS diferente, que variava de 1 a 6.

A pesquisadora fez contato com os diretores das USFs explicando os objetivos da pesquisa e solicitando que os agentes das USFs que conheçam os moradores de seus bairros por realizarem visitas domiciliares periodicamente, indicassem os nomes, endereços e telefones de residências que possuíam pessoas com mais de 60 anos.

Os idosos indicados pelos agentes comunitários das USFs foram contatados via telefone ou através de visita domiciliar feita pela pesquisadora, para verificar interesse e disponibilidade para participar da pesquisa. Caso houvesse interesse e disponibilidade, a pesquisadora agendava a entrevista que ocorria ou na residência do participante ou em salas da USF referente ao bairro do idoso, a depender da preferência do participante e da disponibilidade de salas da USF. O participante era informado acerca dos objetivos da pesquisa, antes de assinar o *Termo de Consentimento Livre e Esclarecido*. Após este procedimento, os idosos respondiam primeiramente ao Mini Exame do Estado Mental (MEEM), visando verificar a possibilidade de perdas cognitivas. Se a pontuação indicasse provável ausência de comprometimento cognitivo, os participantes respondiam à versão traduzida do COPPES (V-5).

Caso fosse detectado um provável comprometimento cognitivo, o idoso não poderia prosseguir como participante da pesquisa. Por respeito às considerações éticas, a pesquisadora não encerrava a entrevista imediatamente, mas mantinha conversação com estes idosos sobre a prática de atividades prazerosas, porém sem realizar a aplicação dos outros instrumentos. Posteriormente, a pesquisadora comunicava a um familiar do idoso que este havia apresentado pontuação abaixo do esperado no MEEM, orientando que o idoso deveria procurar um médico caso fosse notado que as perdas cognitivas se acentuassem.

Com o objetivo de coletar dados para realizar avaliações adicionais sobre a validade do instrumento, foram também aplicados os Índices Katz e Pfeffer para avaliar

o grau de funcionalidade do idoso. Além disso, foi também aplicado o Inventário de Depressão de Beck (BDI) para avaliar a ocorrência de depressão, também com o objetivo de contribuir para a verificação da validade externa ou preditiva do instrumento. Também foram coletados dados sócio-demográficos dos participantes.

Procedimento de análise de dados

Após a aplicação da escala, iniciou-se o processo de análise dos dados coletados no Estudo 5, a fim de verificar as propriedades psicométricas da quinta versão brasileira do COPPES, para cumprir os objetivos propostos em relação à investigação da equivalência de mensuração da nova versão do instrumento, em relação à versão original.

Foi realizada a análise para verificar o índice de consistência interna da escala adaptada (*alpha de Cronbach*), que diz respeito às evidências de validade baseadas na estrutura interna do instrumento, e testes de correlação estatística com o objetivo de avaliar a existência de uma relação entre as respostas na versão brasileira do COPPES e as características socioeconômicas do idoso e os escores no BDI, a fim de identificar variáveis que influenciam neste domínio.

RESULTADOS

Estudo 1- Avaliação da Equivalência Semântica

Tradução

O instrumento foi dividido em seis blocos, para facilitar o trabalho dos tradutores. As duas traduções de cada bloco do instrumento, com o consenso realizado entre elas, podem ser visualizadas nas Tabelas 2, 3, 4, 5, 6 e 7, a seguir.

Tabela 2

Traduções e consenso dos itens do COPPES – bloco 1.

Itens da versão original	Tradução 1	Tradução 2	Consenso
4 - Thinking about pleasant memories	Pensar em recordações agradáveis	Pensar em momentos agradáveis já vivenciados	Pensar em recordações agradáveis
11 - Thinking about myself	Pensar sobre si mesmo/próprio	Pensar sobre mim mesmo	Pensar sobre mim mesmo
17 – Meditating	Meditar	Meditar	Meditar
30 - Thinking about people I like	Pensar em pessoas que eu gosto	Pensar nas pessoas que eu gosto	Pensar em pessoas que eu gosto
37 - Having peace and quiet	Ter paz e quietude/tranquilidade	Ter um momento de paz e tranquilidade	Ter paz e tranquilidade
43 - Feeling a divine presence	Sentir uma presença divina	Sentir uma presença divina	Sentir uma presença divina
50 - Having spare time	Ter um tempo livre	Ter tempo livre	Ter tempo livre
56 - Going to church	Ir à igreja	Frequentar a igreja	Ir à igreja
63 - Taking inventory of my life	Fazer um balanço da minha vida	Fazer um balanço da minha vida	Fazer um balanço da minha vida

Tabela 3

Traduções e consenso dos itens COPPES – bloco 2.

Itens da versão original	Tradução 1	Tradução 2	Consenso
6 - Seeing beautiful scenery	Ver uma paisagem bonita	Ver/ apreciar paisagens bonitas	Apreciar paisagens bonitas
9 - Listening to sounds of nature	Ouvir sons da natureza	Ouvir sons da natureza	Ouvir sons da natureza
18 - Listening to music	Ouvir música	Ouvir música	Ouvir música
25 - Looking at the stars or moon	Olhar para as estrelas ou a lua	Olhar as estrelas ou a lua	Olhar as estrelas ou a lua
29 - Watching a sunset	Assistir ao pôr-do-sol	Assistir ao pôr-do-sol	Assistir ao pôr-do-sol
34 - Reading literature	Ler livros	Ler obras literárias	Ler livros
38 - Listening to the birds sing	Ouvir pássaros cantando	Ouvir passarinhos cantar/ canto dos pássaros	Ouvir pássaros cantando
49 - Getting out of the city (to the mountains, seashore, desert)	Sair da cidade (ir para as montanhas, litoral, deserto)	Sair da cidade (ir para as montanhas, litoral, deserto)	49. Sair da cidade (ir para o campo, para a praia, etc)
53 - Exploring new areas	Explorar novas áreas	Explorar novas áreas	Visitar novas localidades
58 - Visiting a museum	Visitar um museu	Visitar um museu	Visitar um museu
61 - Listening to classical music	Ouvir música clássica	Ouvir música clássica	Ouvir música clássica
66 - Being near sand, grass, a stream	Estar perto da areia, do mato, de um rio/corrente d`água	Estar perto da areia, da grama, de um córrego/riacho	66. Estar perto da areia, do mato, de um riacho

Tabela 4

Traduções e consenso dos itens COPPES – bloco 3

Itens da versão original	Tradução 1	Tradução 2	Consenso
16 - Being praised by people I admire	Ser reconhecido por pessoas que eu admiro	Ser elogiado por pessoas as quais admiro	Ser elogiado por pessoas que admiro
21 - Doing a project my own way	Fazer um projeto da minha própria maneira	Fazer um projeto à minha maneira	Fazer um projeto à minha maneira
26 - Being told I am needed	Me dizerem/saber que sou necessário/requisitado	Ouvir que você é uma pessoa útil	Ouvir alguém dizer que sou necessário
31 - Completing a difficult task	Completar uma tarefa importante	Realizar uma tarefa difícil	Realizar uma tarefa difícil
36 - Having an original idea	Ter uma idéia original	Ter uma idéia original	Ter uma idéia original
40 - Being asked for help or advice	Ser consultado para um pedido de ajuda ou conselho	Ser requisitado a ajudar ou a aconselhar	Ser requisitado a ajudar ou a oferecer um conselho
45 - Giving advice to others based on past experience	Dar conselhos aos outros baseados em experiências passadas	Aconselhar outras pessoas com base em experiências passadas/ experiências vividas	Aconselhar outras pessoas com base em experiências passadas
51 - Being needed	Ser necessário	Ser útil	Me sentir útil
59 - Having a daily plan	Ter um plano diário	Ter um objetivo diário	Ter um dia planejado

Tabela 5

Traduções e consenso dos itens COPPES – bloco 4

Itens da versão original	Tradução 1	Tradução 2	Consenso
13 - Doing volunteer work	Se engajar em trabalhos voluntários	Fazer trabalho voluntário	Fazer trabalho voluntário
20 - Collecting recipes	Juntar receitas	Colecionar receitas	Pegar receitas
27 - Working on a community project	Trabalhar em um projeto para a comunidade	Trabalhar em um projeto comunitário	Trabalhar em um projeto comunitário
33 - Baking because I feel creative	Cozinhar por me sentir criativo	Cozinhar porque eu me sinto criativo	Cozinhar para usar minha criatividade
41 - Bargain hunting	Pechinchar	Ir em busca de bons preços	Procurar produtos em promoção
47 - Arranging flowers	Fazer arranjo de flores	Fazer arranjos florais	Arrumar um vaso de flores
55 - Creative crafts	Fazer artesanato	Fazer artesanato	Fazer artesanato
62 - Shopping for a new outfit	Fazer compras para mudar meu visual	Comprar roupa nova	Comprar roupa nova

Tabela 6

Traduções e consenso dos itens COPPES – bloco 5.

Itens da versão original	Tradução 1	Tradução 2	Consenso
15- kissing, touching, showing affection	Beijar, tocar, demonstrar carinho	Beijar, tocar, demonstrar afeto	Fazer carinho, beijar, abraçar, demonstrar afeto
19 - Seeing good things happen to family or friend	Ver coisas boas acontecerem a familiares ou amigos	Observar coisas boas acontecerem com a família ou amigos	Ver coisas boas acontecerem com familiares ou amigos
28 - Complementing or praising someone	Elogiar ou parabenizar alguém	Cumprimentar ou elogiar alguém	Elogiar ou parabenizar alguém
35 – Being with someone I love	Estar com alguém que amo/gosto	Estar com alguém que eu amo	Estar com alguém que amo
39 - Making a new friend	Fazer um novo amigo	Fazer um amigo novo	Fazer um novo amigo
44 - Expressing my love to someone	Expressar o meu amor a alguém	Expressar meu amor por alguém	Expressar o meu amor por alguém
52 - Meeting someone new of the same sex	Conhecer novas pessoas do mesmo sexo	Conhecer alguém do mesmo sexo	Conhecer novas pessoas do mesmo sexo
65 - Smiling at people	Sorrir para as pessoas	Sorrir para as pessoas	Sorrir para as pessoas

Tabela 7.

Traduções e consenso dos itens COPPES – bloco 6.

Itens da versão original	Tradução 1	Tradução 2	Consenso
1. Looking at clouds	Olhar para nuvens	Olhar para as nuvens	Olhar para as nuvens
2. Being with friends	Estar com amigos	Estar com amigos	Estar com amigos
3. Having people show an interest in what I say	Ter pessoas interessadas no que eu digo	Ter pessoas mostrando um interesse naquilo que eu digo	Pessoas demonstrarem interesse no que eu digo
5. Shopping	Fazer compras	Fazer compras	Fazer compras
7. Having a frank and open Conversation	Ter uma conversa franca e aberta	Ter uma conversa franca e aberta	Ter uma conversa franca e aberta
8. Doing a job well	Fazer um bom trabalho	Fazer um bom trabalho	Fazer um bom trabalho
10. Having coffee, tea, etc., with friends	Tomar café, chá, etc., com amigos	Tomar café, chá, etc., com amigos	Tomar café, chá, etc., com amigos
12. Being complemented or told I have done something well	Ser elogiado ou me dizerem que fiz algo bem	Receber um elogio por ter feito bem alguma coisa	Alguém me elogiar ou dizer que fiz bem alguma coisa
14. Planning trips or vacations	Planejar viagens ou férias	Planejar viagens ou férias	Planejar viagens ou férias
22. Seeing or smelling a flower or plant	Ver/observar ou cheirar uma flor ou uma planta	Ver ou cheirar uma flor ou planta	Olhar ou cheirar uma flor ou uma planta
60. Being with happy people	Conviver com pessoas felizes	Estar com pessoas felizes/contentes	Estar com pessoas felizes
64. Planning or organizing Something	Planejar ou organizar algo	Planejar ou organizar alguma coisa	Planejar ou organizar alguma coisa
57. Being loved	Ser amado	Ser amado	Ser amando
23. Saying something clearly	Dizer algo claramente	Dizer alguma coisa claramente	Dizer alguma coisa de forma clara
24. Thinking about something good In the future	Pensar em algo bom para o futuro	Pensar em algo bom para o futuro	Pensar em algo bom para o futuro
32. Amusing people	Surpreender/entreter pessoas	Divertir/entreter pessoas	Divertir pessoas
42. Reading magazines	Ler revistas	Ler revistas	Ler revistas
46. Solving a problem, puzzle,	Resolver um problema, um	Resolver um problema, um	Resolver um problema, palavras-cruzadas ou montar um quebra-

Crossword	quebra-cabeças, palavras-cruzadas	quebra-cabeça, palavras-cruzadas	cabeças
48. Helping someone	Ajudar alguém	Ajudar alguém	Ajudar alguém
54. Having a clean house	Manter a casa limpa	Ter a casa limpa	Manter a casa limpa

A seguir, a Tabela 8 mostra as traduções e o consenso das instruções de resposta da escala.

Tabela 8

Traduções e consenso das instruções de resposta do COPPES.

Instruções de aplicação da versão original do instrumento

This is a list of 66 events that people tend to find pleasant. For each event, make 2 ratings:

How often did this event happen to you in the past month?

0 = Not at all

1 = 1-6 times

2 = 7 or more times

How pleasant, enjoyable, or rewarding was this event? If the event did *not* occur, then please rate how pleasant you think it *would have been* if it *had* occurred.

0 = Was not or would not have been pleasant

1 = Was or would have been somewhat pleasant

2 = Was or would have been very pleasant

Tradução 1

Make 2 ratings: = dê duas notas:

How pleasant, enjoyable or rewarding = quão agradável, divertido ou gratificante

Tradução 2

Make 2 ratings: = responda às duas questões:

How pleasant, enjoyable or rewarding = quão prazeroso, agradável ou recompensador

Tradução 3

For each event, make 2 ratings: = para cada evento, responda às seguintes perguntas de acordo com as escalas abaixo:

How pleasant, enjoyable or rewarding was this event= quão prazeroso, agradável ou recompensador foi esse evento?

Tradução 4

For each event, make 2 ratings: = Para cada evento/atividade, dê duas respostas:

How pleasant, enjoyable or rewarding was this event= o quanto essa atividade foi agradável, prazerosa ou recompensadora/gratificante?

Tradução 5

make 2 ratings:= escolha duas alternativas:

pleasant= prazerosa

enjoyable= divertida

rewarding= gratificante

Tradução 6

Make 2 ratings= marque cada uma das escalas com o número que melhor reflete sua opinião (seu sentimento)

How pleasant, enjoyable, or rewarding= o quanto esse evento foi prazeroso, agradável ou recompensador *

* recompensador: questionável o sentido para o português

Tradução 7

Esta é uma lista de 66 eventos que as pessoas tendem/costumam a achar agradáveis. Para cada evento faça duas classificações/classifique:

Com que frequência este evento aconteceu com você no último mês?

0= nenhuma vez

1= 1-6 vezes

2= 7 ou mais vezes

Quão agradável, proveitoso/prazeroso ou recompensador foi este evento? Se o evento não ocorreu, classifique o quanto ele teria sido agradável, proveitoso ou recompensador, se tivesse acontecido.

0= não foi ou não teria sido agradável

1= foi ou teria sido agradável

2= foi ou teria sido bem agradável

Tradução 8

For each event, make 2 ratings: = para cada item, marque uma opção em cada uma das escalas:

How pleasant, enjoyable, or rewarding was this event?= quão prazeroso, agradável ou gratificante foi este acontecimento?

Tradução 9

For each event, make 2 ratings: = responda as duas perguntas para cada item

How pleasant, enjoyable, or rewarding was this event?= quão agradável, divertido, ou gratificante foi cada acontecimento para você?

Tradução 10

make 2 ratings:= faça duas avalliações:

How pleasant, enjoyable, or rewarding = Quão prazeroso, gostoso ou recompensador

A primeira versão em português do COPPES (V-1) produzida após ter sido realizado o consenso das traduções, pode ser visualizada no Anexo M.

Retro-tradução

As duas retro-traduições da V-1 podem ser visualizadas no Anexo N. Comparando-se as retro-traduições com a V-1, surgiram algumas dúvidas com relação ao significado denotativo de alguns itens. Essas dúvidas foram encaminhadas aos autores. As respostas dos autores às dúvidas podem ser visualizadas no Anexo O. Com base em tais respostas, foi produzida a segunda versão em Português do COPPES (V-2) que pode ser visualizada no Anexo P. Comparando-se a V-1 com a V-2, nota-se que foram realizadas modificações em alguns itens, com base nas retro-traduições e nas respostas dos autores às dúvidas. Tais modificações podem ser visualizadas na Tabela 9, a seguir:

Tabela 9

Modificações realizadas nos itens da primeira versão brasileira do COPPES, após as retro-traduições

Item da V1	Modificação realizada
15. Fazer carinho, beijar, abraçar, demonstrar afeto	15. Beijar, abraçar, demonstrar afeto
20. Pegar receitas	20. Coletar receitas
34. Ler livros	34. Fazer leituras
46. Resolver um problema, palavras-cruzadas ou montar um quebra-cabeças	46. Resolver um problema, palavras-cruzadas, jogos de raciocínio
47. Arrumar um vaso de flores	47. Fazer arranjos de flores para enfeitar ambientes
53. Visitar novas localidades	53. Desmembrar o item em dois: (1) conhecer sobre novos lugares e (2) Aprender sobre novos assuntos
66. Estar perto da areia, do mato, de um riacho	66. Estar perto da natureza (terra, plantas, água)

Observa-se que o item 53 do instrumento original (*exploring new areas*) foi inicialmente traduzido na V-1 para “*visitar novas localidades*”. Os autores do instrumento original argumentaram que o significado denotativo de “*areas*” referia-se tanto a lugares geográficos quanto a áreas de conhecimento. Como não foi encontrada uma palavra na língua portuguesa equivalente a “*areas*” que pudesse expressar adequadamente o significado original do item, optou-se por desmembrar este item em dois: (1) *Conhecer sobre novos lugares*, e (2) *Aprender sobre novos assuntos*.

Outra modificação realizada para produzir a V-2 foi acrescentar a expressão “*razoavelmente agradável*” nas opções de resposta da segunda pergunta do instrumento (“*O quanto esse evento foi agradável, divertido ou gratificante?*”).

Estudo 2- Avaliação da equivalência conceitual e cultural

As modificações realizadas após a verificação da equivalência conceitual e de itens e cultural da V-2 (na reunião com o Comitê de Especialistas), podem ser visualizadas na Tabela 10, a seguir:

Tabela 10

Modificações realizadas nos itens da segunda versão brasileira do COPPES, após verificação da equivalência conceitual e de itens e cultural

Item da V2	Modificação realizada
1- Olhar para nuvens	1- Olhar para o céu
3- Pessoas demonstrarem interesse no que eu digo	3- Pessoas se interessarem pelo que tenho a dizer
4- Pensar em recordações agradáveis	4- Pensar em momentos agradáveis do meu passado
7- Ter uma conversa sincera e aberta	7- Confidenciar abertamente com pessoas de confiança
8- Fazer bem um trabalho	8- Fazer bem uma atividade
11- Pensar sobre mim mesmo	11- Pensar em mim
14- Planejar viagens ou férias	14- Planejar férias ou viagens
15- Beijar, abraçar, demonstrar afeto	15- Abraçar, beijar, demonstrar afeto
17- Meditar	17- Rezar, orar ou meditar
20- colecionar receitas	20- Fazer coleções de coisas que me interessam (receitas, objetos, etc)
21- Fazer um projeto à minha maneira	21- Fazer algo do meu jeito
23- Dizer alguma coisa de forma clara	23- Ser capaz de me comunicar bem
24- Pensar em algo bom para o futuro	24- Pensar em algo bom que vai acontecer no futuro
26- Ouvir alguém dizer que sou necessário	26 - Ouvir alguém dizer que sou importante
30- Pensar em pessoas que eu gosto	30 - Pensar em pessoas das quais eu gosto
31- Realizar uma tarefa difícil	31- Ser bem sucedido após realizar uma tarefa difícil
37- Ter paz e tranquilidade	37- Ter momentos de sossego
44- Expressar o meu amor a alguém	44- Demonstrar o meu afeto a alguém
49- Sair da cidade (ir para o campo, para a praia, etc)	49- Sair da cidade (ir para chácara, sítio, fazenda, praia, etc)
50- Ter tempo livre	50- Ter um tempo livre
51- Me sentir útil	51- Sentir que sou útil

57- Ser amado	57- Sentir-se amado
58- Visitar um museu	58 - Visitar um museu, uma biblioteca, ou realizar outra atividade cultural
59- Ter um dia planejado	59 - Planejar minha rotina diária
61- Ouvir música clássica	61 - Ouvir músicas antigas

Após feitas tais modificações, foi produzida a terceira versão em português do COPPES (V-3) que pode ser visualizada no Anexo Q.

O Comitê de Especialistas também sugeriu algumas atividades comumente praticadas por idosos brasileiros e que tendem a ser prazerosas, que poderiam ser acrescentadas na escala. As atividades sugeridas foram as seguintes: (1) ter contato com animais de estimação (gato, cachorro, pássaros, peixe, etc); (2) cuidar de/ ter contato/ passar um tempo com crianças; (3) jogar bingo, cartas, jogos de tabuleiro; (4) Ir a bailes (da terceira idade); (5) Caminhar/fazer hidroginástica/ praticar atividade física; (6) Cuidar de plantas. No entanto, estes itens não foram incorporados à escala. A inclusão desses itens levaria a uma incompatibilidade entre a versão original e brasileira do instrumento, uma vez que estes itens não estão presentes na escala original.

Questionou-se a ocorrência dos itens 34 (“fazer leituras”), 42 (*ler revistas*”), e 46 (“*Resolver um problema, palavras-cruzadas, jogos de raciocínio*”), uma vez que o índice de idosos brasileiros analfabetos é alto. Desta forma, estes itens poderiam não se aplicar a uma parcela da população idosa brasileira. Como alternativa a estes itens, os membros do Comitê sugeriram acrescentar “Ver TV/ programas na TV/novelas/ telejornais/ ouvir rádio”. Entretanto, para esta primeira fase de avaliação da equivalência de mensuração da escala adaptada para o contexto brasileiro, deverá ser testada apenas a versão que corresponda às traduções realizadas dos itens da escala

original. Além disso, tais atividades não deixam de ser potencialmente agradáveis para idosos que as praticam, mas são praticadas por uma proporção menor de idosos brasileiros (do coorte idoso atual) do que idosos americanos. Essas atividades deveriam ser retiradas ou modificadas na escala apenas se fossem consideradas atividades aversivas, o que não foi o caso.

Estudo 3- Avaliação da equivalência idiomática

Após ter sido realizada a apreciação da equivalência idiomática da V-3, foram feitas algumas modificações que produziram a quarta versão em português do COPPES (V-4), exibida no Anexo R. As modificações realizadas nos itens podem ser visualizadas na Tabela 11, a seguir:

Tabela 11

Modificações realizadas nos itens da terceira versão brasileira do COPPES, após verificação da equivalência idiomática

Item da V3	Modificação realizada
4- Pensar em momentos agradáveis do meu passado	4- Pensar em recordações agradáveis
7- Confidenciar abertamente com pessoas de confiança	7- Ter uma conversa franca e aberta
8- Fazer bem uma atividade	8- Fazer bem uma tarefa
20- Fazer coleções de coisas que me interessam (receitas, objetos, etc)	20- colecionar receitas
21- Fazer algo do meu jeito	21- Realizar um plano ou projeto do meu jeito
23- Ser capaz de me comunicar bem	23- Dizer algo de forma clara
25- olhar as estrelas ou a lua	25- olhar para as estrelas ou para a lua
31- Ser bem-sucedido após realizar uma tarefa difícil	31- Terminar uma tarefa difícil
33- Cozinhar para usar minha criatividade	33- Cozinhar porque me sinto inspirado(a)
39- Fazer um novo amigo	39- Fazer uma nova amizade
46- Resolver um problema, palavras-cruzadas, jogos de raciocínio	46- Solucionar um problema, palavra-cruzada, jogo de raciocínio
47- Fazer arranjos de flores para enfeitar ambientes	47- Fazer arranjos de flores
51- Sentir que sou útil	51- Sentir que alguém precisa de mim
58- Visitar um museu, uma biblioteca, ou realizar outra atividade cultural	58- Visitar um museu, uma biblioteca ou outra atração cultural
60- Estar com pessoas felizes	60- Estar com pessoas alegres
61- Ouvir músicas antigas	61- Ouvir música clássica
62- Comprar roupa nova	62- Comprar uma roupa nova

Também houve modificações das instruções de resposta do instrumento. Optou-se por suprimir as opções de resposta da segunda pergunta (“*Com que frequência este evento ocorreu com você no último mês?*”) e substituir tal pergunta por “*Quantas vezes este evento ocorreu com você no último mês?*”. O participante deveria registrar o número de vezes ao invés de assinalar uma opção de resposta. Optou-se por tais modificações para que o instrumento pudesse captar com mais especificidade, a frequência em que o idoso havia praticado a atividade no último mês.

Nesta etapa, foi acrescentada uma terceira pergunta às instruções de resposta do instrumento (“*Numa escala de 0-10, quão prazeroso foi para você este evento?*”). Essa

alteração foi realizada com o objetivo de acrescentar uma terceira escala no instrumento, que pudesse captar com maior especificidade o grau de prazer experimentado pelo respondente. Desta forma, foi incluída uma terceira escala com gradação que variava de 0 a 10, em que o respondente deveria assinalar o valor que correspondesse ao grau de prazer/agradabilidade referente à atividade.

Estudo 4- Avaliação da equivalência operacional

Na fase de teste da V-4 (equivalência operacional) foram constatadas que as seguintes modificações deveriam ser realizadas: (1) acrescentar um exemplo de como responder ao instrumento nas instruções de resposta, e (2) acrescentar exemplos de atividades as quais se referiam alguns itens. Os itens que foram modificados podem ser visualizados na Tabela 12.

Tabela 12

Modificações realizadas nos itens da quarta versão brasileira do COPPES, após verificação da equivalência operacional

Item da V-4	Modificação realizada
3- Pessoas se interessarem pelo que tenho a dizer	3- pessoas demonstrarem interesse no que tenho a dizer
8- Fazer bem uma tarefa	8- Fazer bem uma tarefa (Ex: cozinhar bem algum prato, fazer bem algum conserto doméstico, etc)
9- Ouvir sons da natureza	9- Ouvir sons da natureza (Ex: canto dos pássaros, vento, chuva, etc)
21- Realizar um plano ou projeto do meu jeito	21- Realizar um plano ou projeto do meu jeito (Ex: uma viagem, uma atividade que queira iniciar, etc)
32- Divertir pessoas	32- Divertir pessoas (Ex: contar piadas, entreter alguém com histórias e brincadeiras, etc)
36- Ter uma idéia original	36- ter uma idéia criativa
48- Ajudar alguém	48- oferecer ajuda a alguém
57- Ir à igreja	57- ir à igreja, ao templo
65- Planejar ou organizar alguma coisa	65- Planejar ou organizar alguma coisa (Ex, uma festa, uma reunião, um evento, etc)

Nesta fase, foi constatado que os respondentes tinham dificuldades para responder à terceira escala acrescentada na V-4 (que media o grau de prazer numa escala que variava de 0 a 10). Os respondentes frequentemente assinalavam 0 ou 10 nesta escala, demonstrando dificuldade em fazer uma discriminação mais acurada de nível de prazer que variasse de 0 a 10. Por este motivo, optou-se por retirar esta escala.

A quinta versão em português do COPPES (V-5), produzida após essas modificações, pode ser visualizada no Anexo S.

Nesta fase, também foi perguntado aos participantes quais outras atividades idosos brasileiros tenderiam a achar prazerosas, e que não constavam no instrumento. As atividades sugeridas pela amostra foram: costurar; passear; ir ao shopping; tocar instrumento musical; dançar; pescar; visitar e receber visitas de parentes e amigos; ver TV; assistir ao noticiário; praticar jogos. Mais uma vez, pelos mesmos motivos indicados anteriormente, estas atividades não foram incluídas na escala.

Estudo 5- Avaliação da equivalência de mensuração

Aplicação do BDI

A Figura 7 mostra a distribuição dos escores obtidos pelos participantes na aplicação do BDI. Observa-se que a maioria dos participantes (71,7%) não apresentou sintomas depressivos. Os sintomas depressivos foram observados em 28,6% da amostra, sendo que 23,5% apresentou depressão leve, 3,4% depressão moderada e 1,7% depressão grave.

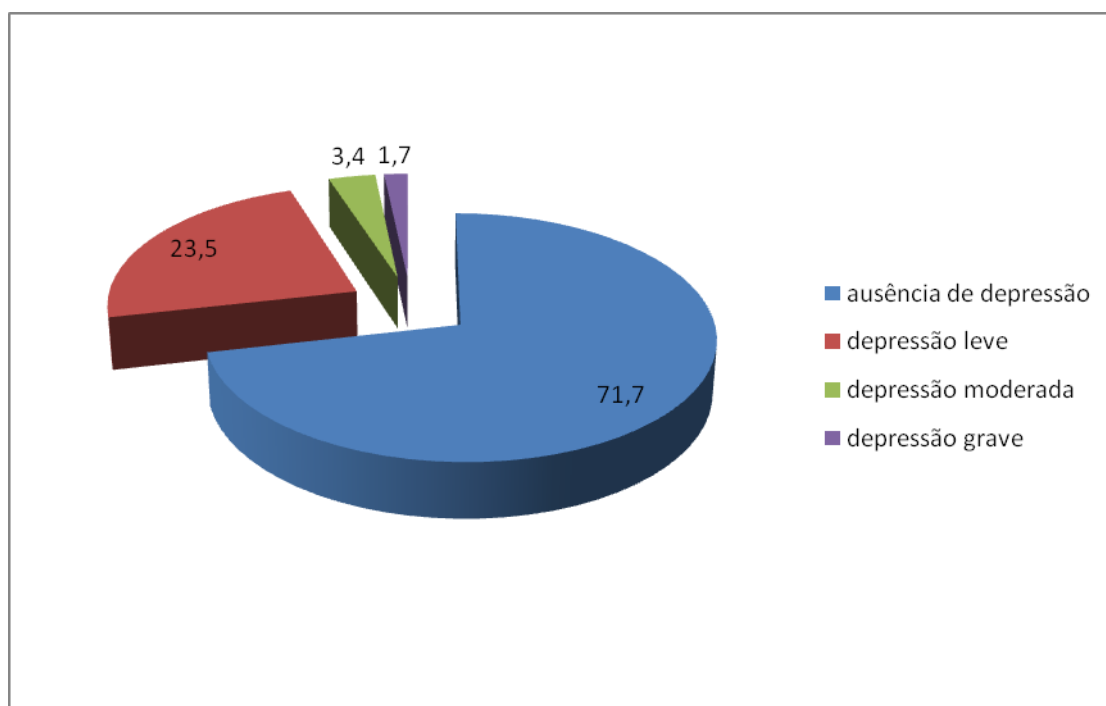


Figura 7. Distribuição dos escores obtidos pelos participantes na aplicação do BDI.

A porcentagem de idosos com sintomas depressivos encontrada na amostra deste estudo (28,6%) foi semelhante à porcentagem encontrada por Lima *et al.* (2009) em estudo de coorte realizado com a população idosa da região urbana da cidade de São Paulo. Estes pesquisadores constataram que 21,1% da população do estudo apresentava sintomas depressivos, no ano de 1991. Esta porcentagem também foi semelhante aos dados encontrados por Snowdon (2002) que afirma que cerca de 20% da população idosa brasileira apresenta alguma desordem mental, entre as quais se destaca a depressão.

Análise da Consistência Interna (coeficiente Alpha de Cronbach)

Na Tabela 13, apresenta-se os valores do *alpha de Cronbach* encontrados nas subescalas da V-5, que foram obtidos a partir da aplicação do instrumento na amostra de 60 idosos.

Tabela 13

Valores do coeficiente alpha de Cronbach das subescalas da V-5 (N=60)

5ª Versão brasileira do COPPES	Valores de alpha	Interpretação
Escala Geral	0,91	Excelente
Subescala frequência	0,88	Muito bom
Subescala agradabilidade	0,93	Excelente

Observa-se que os valores do *alpha de Cronbach* variaram de 0,88 a 0,93, indicando que a escala apresenta consistência interna que varia de muito bom a excelente.

Testes de Correlação de Pearson e distribuições de frequência

Foram realizados testes estatísticos para investigar as relações entre algumas das variáveis mensuradas na etapa de equivalência de mensuração. A Tabela 14 mostra os valores dos coeficientes de correlação de *Pearson* entre a Subescala Agradabilidade e Subescala Frequência, com variáveis sociodemográficas, de funcionalidade e depressão.

Tabela 14

Coefficientes de correlação de Pearson entre Agradabilidade e Frequência, com variáveis sociodemográficas, de funcionalidade e depressão.

	Subescala agradabilidade	Subescala frequência
Subescala agradabilidade	-	
Subescala frequência	.179	-
Escolaridade	-.011	.178
Idade	.036	-.150
Escore- Critério Brasil	-.050	.077
BDI	-.127	-.459**
ABVD	-.194	.189
AIVD	.179	-.341**

Nota. N=60

** p < .01

A subescala frequência da V-5 apresentou correlação negativa estatisticamente significativa com número de sintomas depressivos e com nível de dependência nas AIVD's. Nota-se que nenhuma das variáveis incluídas nessa primeira análise apresentou associação estatisticamente significativa com a subescala agradabilidade da V-5.

Os escores obtidos na subescala frequência e na subescala agradabilidade foram multiplicados para criar uma variável nova (F x A) para observar se este novo valor se relacionaria com maior força com as outras variáveis, incluindo as variáveis sociodemográficas, de funcionalidade e de escore no MEEM e, em especial, o BDI (veja Tabela 15). Foi observado que F x A apresentou correlação negativa estatisticamente significativa com o número de pessoas que moravam na casa e com os escores do BDI ($r = -.390, p < 0,01$). No entanto, a correlação apresentada entre F x A e BDI foi mais fraca do que a apresentada entre a Subescala de Frequência de envolvimento em atividades, apenas, e o BDI. O número de pessoas que moravam na casa também apresentou correlação negativa estatisticamente significativa com a Subescala Frequência, mais forte do que no caso do fator F x A. Não foi observada correlação entre as Subescalas Frequência e Agradabilidade.

Tabela 15

Comparação da força dos coeficientes de correlação de Pearson para Frequência, Agradabilidade e F x A entre si e com outras medidas

	Subescala agradabilidade	Subescala frequência	F x A
Subescala agradabilidade	-		
Subescala frequência	.179	-	
F x A	.721**	.773**	-
Número de pessoas que moram na casa	-.114	-.426**	-.370**
BDI	-.127	-.459**	-.390**

Nota. N=60

** p< .01

Também foi verificada a distribuição de frequência dos valores observados nas Subescalas de Frequência média e Agradabilidade média de envolvimento nas atividades do instrumento, e os escores totais no BDI. Estas distribuições podem ser visualizadas nas Figuras 8, 9 e 10. Constatou-se que a Frequência e a Agradabilidade apresentaram distribuições relativamente normais, sem problemas de curtose ($k = -0,45$ e $-0,922$, respectivamente) ou de assimetria ($0,05$ e $0,102$, respectivamente). Ou seja, não havia falta de variação nos valores observados (trancamento de variância) para estas

duas variáveis, o que poderia explicar a não correlação da Subescala Agradabilidade (em comparação com frequência) com o BDI.

Tendo em vista que a correlação entre a Subescala de Agradabilidade com outras medidas não foi significativa, por isso, a correlação entre F x A e BDI foi mais fraca do que a correlação entre a Subescala de Frequência, apenas, e o BDI. Ao mesmo tempo, se faz importante observar que a distribuição dos valores observados na medida de depressão (BDI) apresentaram um grau de curtose considerado como leptocúrtico ($k = 3,598$) e, em consequência, a distribuição foi significativamente assimétrica (1,582). Esta situação dificulta captar uma correlação entre depressão e uma outra variável, mas não explica porque houve, sim, uma correlação entre o BDI e a Subescala de Frequência, mas não entre o BDI e a Subescala de Agradabilidade.

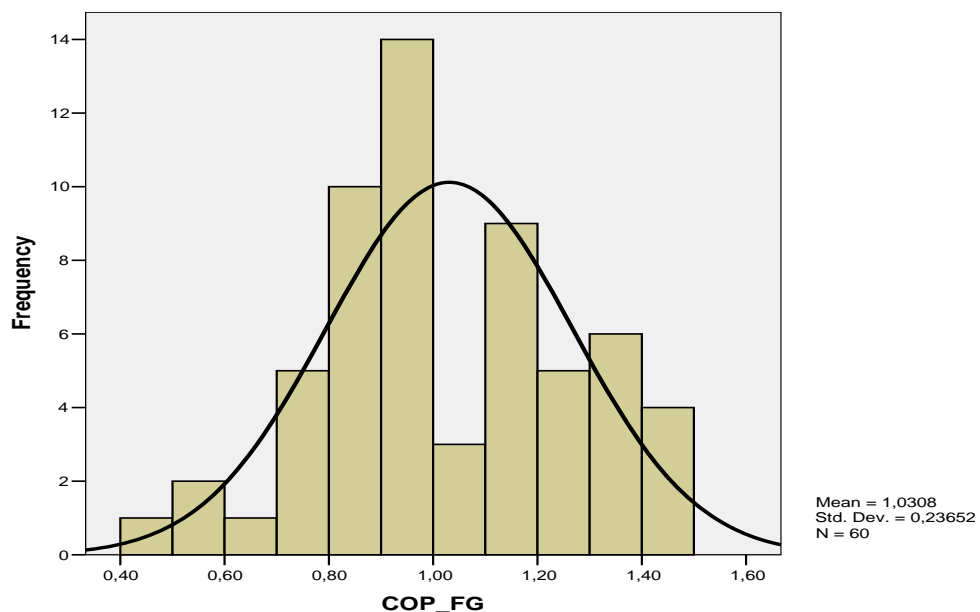


Figura 8. Distribuição dos valores da Subescala Frequência média

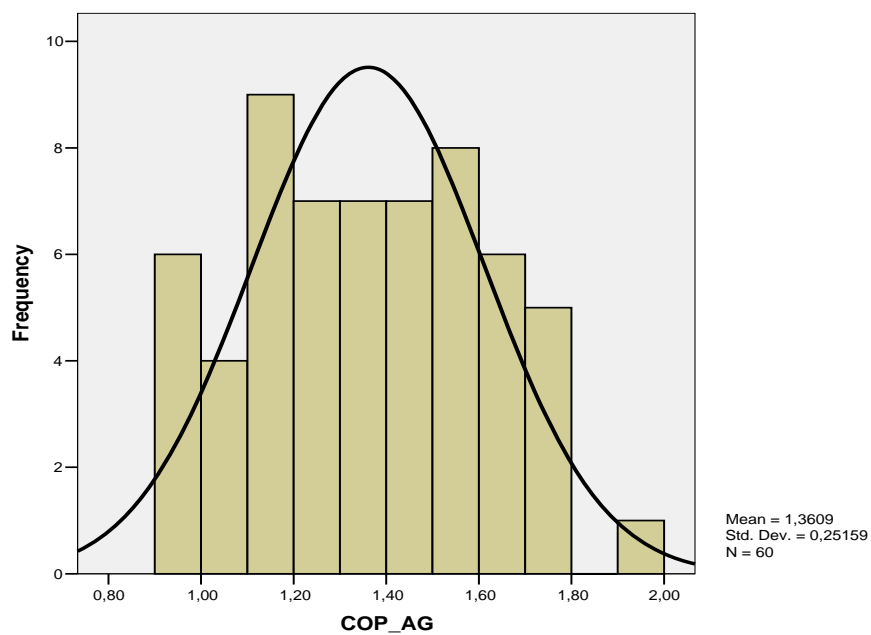


Figura 9. Distribuição dos valores da Subescala Agradabilidade média

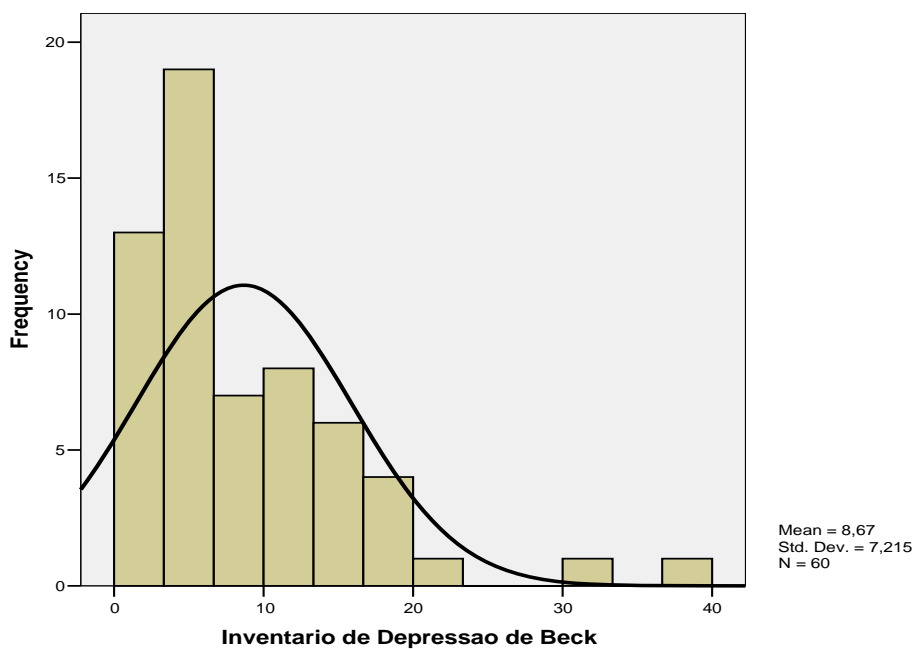


Figura 10. Distribuição dos valores dos escores totais no BDI

DISCUSSÃO

Os resultados obtidos na busca bibliográfica mostram que a literatura brasileira ainda é escassa em estudos que abordem a prática de atividades prazerosas na velhice. Não foi encontrado nenhum instrumento brasileiro que medisse esse construto. O resultado da busca bibliográfica corrobora o que alguns autores (Almeida *et al.*, 2005) afirmaram sobre a ausência de pesquisas brasileiras voltadas para a população idosa e seus interesses, especificamente com relação à prática de atividades prazerosas.

Os resultados obtidos nas etapas iniciais de adaptação transcultural do COPPES foram bastante positivos. Observou-se uma equivalência semântica satisfatória entre a versão traduzida e a versão original do instrumento. A análise do Comitê de Especialistas demonstrou que os itens são pertinentes ao contexto cultural brasileiro e avaliam a dimensão proposta pelo instrumento original. No entanto, é importante ressaltar que alguns dos itens presentes no instrumento original podem se aplicar a uma parcela muito menor da população idosa brasileira do que a americana, no presente momento, em função do perfil de escolaridade dos idosos brasileiros (por ex: itens que referem às atividades que exigem leitura), ou como resultado de diferenças sócio-econômicas entre os dois países (por ex: acesso a atividades turísticas e culturais). Em etapas futuras para a adaptação transcultural do COPPES para o Brasil, talvez seja interessante incluir outros itens na versão brasileira do instrumento para substituir os itens que não se aplicam a idosos analfabetos. Esta inclusão de novos itens também poderia se basear em sugestões da amostra de idosos brasileiros, sobre atividades consideradas prazerosas para idosos desta cultura.

Com relação às propriedades psicométricas da V-5, as análises realizadas neste estudo demonstram que a escala apresentou um índice de consistência interna que variou de muito bom a excelente. Apesar de ter sido utilizada uma amostra de uma

única cidade, optou-se por um método de composição de amostra para garantir variabilidade em termos de fatores sócio-demográficos que pudessem afetar o envolvimento em atividades por parte dos idosos.

As análises de correlação demonstraram que dependência nas AIVD's e grau de depressão associaram-se negativamente com frequência de envolvimento em atividades prazerosas, indicando que quanto mais dependente o idoso for, ou quanto maior o número de sintomas depressivos, quanto menor a frequência com a qual praticavam atividades potencialmente prazerosas. Uma correlação não permite saber a direção causal da relação entre as variáveis, ou se a relação é bidirecional, o que seria importante verificar para estabelecer possibilidades de intervenção com idosos depressivos. Uma possibilidade é que a correlação encontrada neste estudo possa decorrer do fato que problemas de estado de humor (por ex, em decorrência da perda de um ente querido) interferem na frequência com que o idoso se envolve em atividades potencialmente agradáveis. Outra possibilidade é que um evento que leva a uma baixa frequência de envolvimento em atividades (por ex: uma queda que resulta numa fratura) resulta em ou intensifica problemas de saúde ou humor. Na verdade, é muito provável que a relação entre estas variáveis seja bidirecional, de forma que baixa frequência de realização de atividades prazerosas aumenta o risco de problemas de saúde física e mental, e *vice-versa*.

Diferentemente da Subescala de Frequência, os resultados envolvendo correlações com a Subescala de Agradabilidade não foram estatisticamente significativos. Nenhuma das variáveis incluídas nas análises estatísticas demonstrou associação estatisticamente significativa com a Subescala de Agradabilidade da 5ª versão brasileira do *COPPES*. Este resultado sugere que variáveis como classe social, escolaridade e frequência de prática de atividades, não necessariamente estão associadas

com o prazer que o indivíduo experimenta ao praticar alguma atividade para a amostra deste estudo.

Segundo a teoria comportamental de depressão de Lewinsohn (1972), existe uma correlação entre estado de humor e frequência de envolvimento em atividades agradáveis. Sendo assim, a princípio, deveria existir uma correlação mais forte entre depressão e uma variável que fosse o produto da multiplicação entre frequência e agradabilidade. No entanto, observou-se que essa relação foi mais fraca do que a observada entre a Subescala de Frequência, apenas, e a depressão. Acredita-se que este resultado foi observado porque não existe relação estatisticamente significativa entre agradabilidade e frequência nesta amostra. Gostar de alguma atividade não prediz praticá-la. Ou seja, os idosos desta amostra praticavam algumas atividades que não necessariamente gostavam, e, ao mesmo tempo, o fato de gostar de alguma atividade não determinou que eles a praticassem. Parece que alguma variável interfere entre o quanto se gosta de uma atividade, e a probabilidade de praticá-la. Isto vai de encontro ao que alguns autores (Deps, 1993; Rodrigues, 2002 & Almeida *et al.*, 2005) citam como barreiras existentes no contexto brasileiro que impedem os idosos de praticar atividades potencialmente agradáveis, ou que relatam gostar. Estas barreiras incluem: restrições financeiras, problemas de saúde, barreiras arquitetônicas para idosos com dificuldades de locomoção, ausência de independência e autonomia, falta de atividades e temas do interesse desta população, falta de tempo disponível, tradição e estereótipos culturais, entre outras.

O COPPES foi um instrumento originalmente construído num contexto onde muitas dessas barreiras estão menos presentes. Por exemplo, no estado da Califórnia, nos EUA, os idosos possuem melhores recursos financeiros do que os idosos brasileiros, o que contribui para melhores condições de saúde e maior acesso e disponibilidade de

atividades voltadas para esta população, resultando numa maior valorização do envolvimento de idosos em atividades de lazer (e que gerem prazer). Esta é uma diferença cultural importante de ser levada em conta, para tentar explicar o porque, no contexto brasileiro, agradabilidade e frequência de prática em atividades não apareceram relacionadas.

Outra relação observada foi entre a Subescala Frequência de envolvimento em atividades agradáveis e número de pessoas que moram na casa do idoso. Observou-se uma relação negativa estatisticamente significativa entre essas duas variáveis, indicando que idosos que moram com mais pessoas dentro de casa apresentam menor frequência de envolvimento em atividades potencialmente agradáveis. Uma hipótese para explicar esta relação seria que no contexto brasileiro, idosos que moram com mais pessoas em casa provavelmente têm mais afazeres domésticos e menos tempo para se envolver em atividades potencialmente agradáveis. Este resultado está de acordo com os dados citados anteriormente (Deps, 1993), que menciona falta de tempo como um dos fatores que dificulta o envolvimento de idosos em atividades potencialmente agradáveis.

Pesquisas futuras

Diante dos resultados deste estudo, seria possível prosseguir com etapas posteriores para um processo de validação da versão brasileira do COPPES. Estas etapas teriam por objetivo obter mais dados sobre evidências de validade interna e externa do instrumento.

Por exemplo, seria importante avaliar a consistência interna do instrumento quando aplicado em outras regiões brasileiras. Neste caso, o objetivo seria de aferir se existem diferenças de linguagem ou de atividades consideradas como prazerosas na população idosa de outras regiões brasileiras, em comparação com a região onde foi

realizado o presente estudo, afim de construir um versão do instrumento que poderia ser usado em qualquer região do Brasil.

Sobre as diferentes formas de buscar evidências de validade do instrumento baseadas nas relações com variáveis externas, o objetivo geral seria o de avaliar a relação entre os escores obtidos com o instrumento e outros construtos ou comportamentos das pessoas avaliadas, para os quais acredita-se existir uma relação contemporânea ou de causa e efeito. Ou seja, a medida deveria permitir prever outros comportamentos. Por exemplo, uma das maneiras para obter mais dados sobre este tipo de validade, seria aplicar o COPPES V-5 em grupo de idosos deprimidos e não-deprimidos, com o objetivo de verificar se o escore do teste relaciona-se ao nível de depressão em idosos, como seria previsto com base em pesquisas estrangeiras revisadas, que demonstram esta relação (Lewinsohn & Libet, 1972; Bouman & Luteijn, 1986; Teri & Logsdon, 1991; Logsdon & Teri, 1997; Rider *et al.*, 2004; Meeks *et al.*, 2007; Meeks *et al.*, 2008). Outra variável que poderia ser investigada para avaliar a validade externa do COPPES V-5 seria de avaliar as correlações com várias das subescalas de uma medida da qualidade de vida (por ex: disposição, humor, capacidade para fazer tarefas, amigos, família, saúde física, etc). Para tanto, seria o caso de aplicar o COPPES V-5 juntamente com um teste que mensura qualidade de vida, tendo por hipótese que idosos que obtiverem escores que indicam maior envolvimento em atividades prazerosas também deverão apresentar maior nível de qualidade de vida em determinados domínios (Jenkins *et al.*, 2002; Onishi *et al.*, 2005; Almeida *et al.*, 2005; Schreiner *et al.*, 2005; Irigaray & Schneider, 2005, 2007).

Além disso, para buscar evidências de validade baseadas no conteúdo, uma forma de obter mais informações a este respeito seria aplicar o COPPES V-5 numa amostra de idosos com baixa frequência de envolvimento em atividades prazerosas,

propor uma intervenção para aumentar a frequência de envolvimento em atividades prazerosas, e reaplicar a escala ao fim da intervenção para reavaliar o construto. Uma baixa correlação poderia resultar ou de problemas com a validade do instrumento, ou da ineficácia da intervenção, ou ambos, mas uma alta correlação significaria que seja possível aferir níveis de envolvimento diferentes nas atividades incluídas no COPPES V-5.

Outra forma para buscar evidências de validade, agora baseadas na estrutura interna do instrumento, seria aplicá-lo numa amostra maior com o objetivo de realizar uma análise fatorial confirmatória, ou seja, verificar se o instrumento adaptado também abarca os cinco domínios do instrumento original.

É importante considerar que o instrumento foi aplicado em formato de entrevista, o que implica que os respondentes foram influenciados em algum grau pela entrevistadora. Por um lado a entrevistadora esclarecia dúvidas que surgiam com relação a alguns itens ao longo da entrevista, o que favorecia a obtenção de dados mais acurados. Por outro lado, a presença da entrevistadora poderia ter aumentado os efeitos da deseabilidade social que levam as pessoas a fornecer informações discrepantes de sua própria realidade. Seria importante futuramente testar a escala no formato auto-administrado com pessoas alfabetizadas, para verificar se o índice de consistência interna se manteria semelhante ao obtido neste estudo. Este seria um teste para buscar evidências de validade baseadas nas conseqüências de testagem.

Estes são apenas alguns exemplos de estudos que poderiam ser realizados futuramente para prosseguir com as etapas de validação da versão brasileira da escala.

CONCLUSÃO

já é possível contar com informações importantes que sugerem que pesquisadores podem seguir para estudos futuros sobre a validade e possibilidades de uso clínico da versão brasileira do COPPES com idosos depressivos. Com o crescimento da população idosa no Brasil, e diante de dados que apontam que a depressão é o transtorno psiquiátrico mais freqüente entre indivíduos com idade avançada (Rodrigues & Costa Silva, 2006), a longo prazo, espera-se que a nova versão deste instrumento contribua para o planejamento e avaliação de intervenções para tratar depressão em idosos. Além disso, espera-se também, que a versão brasileira do COPPES possa contribuir para o desenvolvimento de estratégias preventivas, focadas na promoção de bem-estar entre os idosos brasileiros.

REFERÊNCIAS

- Almeida, M.M.G.; Moreira, R.F.; Araújo, T.M. & Pinho, P.S. (2005). Atividades de lazer entre idosos, Feira de Santana, Bahia. *Revista Baiana de Saúde Pública*, 29 (2), 339-352.
- Baptista, M.N.; Moraes, P.R.; Rodrigues, T. & Silva, J.A.C. (2006). Correlação entre sintomatologia depressiva e prática de atividades sociais em idosos. *Avaliação Psicológica*, 5 (1), pp. 77-85.
- Beaton, D.E.; Bombardier, C.; Guillemin, F. & Ferraz, M.B. (2000). Guidelines for the process of cross-cultural adaptation of self-report measures. *Spine*, 25(24), 3186-3191.
- Beck, A.T.; Rush, A.J.; Shaw, B.F. & Emery, G. (1979). *Cognitive Therapy of Depression: A treatment manual*. New York: Guilford Press.
- Benedetti, T.R.B.; Borges, L.J.; Petroski, E.L. & Gonçalves, L.H.T. (2008). Atividade física e estado de saúde mental de idosos. *Revista de Saúde Pública*, 42 (2), 302-307.
- Bertolucci, P.H.F., Brucki, S.M.D., Campacci, S.R. & Juliano, Y. (1994). O mini-exame do estado mental em uma população geral: impacto da escolaridade. *Arquivos de Neuropsiquiatria*, 52, 1-7.
- Bouman, T.K. & Luteijn, F. (1986). Relations between the Pleasant Events Schedule, Depression and Other Aspects of Psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 95(4), 373-377.
- Davim, R.M.B.; Dantas, S.M.M.; Lima, V.M. & Lima, J.F.V. (2003). O lazer diário como fator de qualidade de vida: o que pensa um grupo de terceira idade. *Ciência, Cuidado e Saúde*, 2 (1), 19-24.
- De Lima, A.M.M.; da Silva, H.S & Galhardoni, R. (2008). Envelhecimento bem-sucedido: caminhos para um construto e novas fronteiras. *Interface – Comunicação, Saúde, Educação*, 12 (27), 795-807.
- Deps, V.L. (1993). Atividade e bem-estar psicológico. In Anita Liberalesso Neri (Org.), *Qualidade de Vida e idade madura* (pp. 57-82). Campinas: Ed. Papyrus.
- Djernes, J.K. (2006). Prevalence and predictors of depression in populations of elderly: a review. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 113, pp.372-387.

- Doimo, L. A.; Derntl, A. M. & do Lago, O. C. (2008). O uso do tempo no cotidiano de mulheres idosas: um método indicador do estilo de vida e grupos populacionais. *Ciência & Saúde Coletiva*, 13 (4), 1133-1142.
- Ferreira, H.G. & Barham, E.J. (2010, Julho.) O envolvimento de idosos em atividades prazerosas: passos iniciais na validação transcultural de um instrumento psicométrico. Trabalho apresentado na XVII Reunião Anual da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia, Belo Horizonte.
- Fleck, M.P.A., Chachamovich, E. & Trentini, C.M. (2003). WHOQOL-OLD Project: method and focus group results in Brazil. *Revista Saúde Pública*, 37(6). Retirado em Agosto, 21, 2008 de <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v37n6/en/18024.pdf>
- Fleck, M.P.A., Lafer, B., Sougey, E.B., Del Porto, J.A., Brasil, M.A. & Juruena, M.F. (2003). Diretrizes da Associação Médica Brasileira para o tratamento da depressão. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 25 (2), 114-122.
- Florindo, A. A., Latorre, M. R. D. O., Jaime, P. C., Tanaka, T. & Zerbini, C. A. F. (2004). Metodologia para avaliação da atividade física habitual em homens com 50 anos ou mais. *Revista de Saúde Pública*, 38 (2), pp. 307-314.
- Folstein, M.F., Folstein S.E. & McHugh P.R. (1975). Mini-Mental state: a practical method for grading the cognitive state of patients, for clinicians. *Journal of Psychiatric Research*, 12, 189-198.
- Freitas, E. V. & Miranda, R.D. (2006). Parâmetros clínicos do envelhecimento e avaliação geriátrica ampla. In: Freitas, E.V., Py, L., Cançado, F.A.X., Doll, J. & Gorzoni, M.L. (Org.). *Tratado de Geriatria e Gerontologia* (pp. 900-909). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.
- Fundação SEADE [página na Internet]. São Paulo-SP. Índice Paulista de Vulnerabilidade Social -IPVS. Espaços e dimensões da pobreza nos municípios do Estado de São Paulo. Retirado em Agosto, 21, 2008 de <http://www.seade.gov.br/produtos/ipvs/pdf/oipvs.pdf>

- Gallagher, D. E. & Thompson, L. W. (1982). Treatment of major depressive disorder in older adult outpatients with brief psychotherapies. *Psychotherapy: theory, research and practice*, 19 (4), pp. 482-490.
- Gauthier, A.H. & Smeeding, T. M (2003). Time Use at Older Ages. *Research on Aging*, 25, 247- 274.
- Havighurst R.J. (1953). *Older People*. 1a Ed. 386 p. Nova Iorque: Mckay
- Herdman, M.; Fox-Rushby, J. & Badia, X. (1998). “Equivalence” and the translation and adaptation of health-related quality of life questionnaires. *Quality of Life Reasearch*, 6, 237-247.
- IBGE (2008). *Projeção da população do Brasil*. Retirado em Junho, 16, 2010 de http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia_visualiza.php?id_noticia=1272&id_pagina
- Irigaray, T.Q. & Schneider, R.H. (2005). Impacto na qualidade de vida e no estado depressivo de idosas participantes de uma universidade da terceira idade. *Estudos de Psicologia*, 25 (4), pp.517-525.
- Irigaray, T.Q. & Schneider, R.H. (2007). Prevalência de depressão em idosas participantes da Universidade para a Terceira Idade. *Revista de Psiquiatria*, 29 (1), pp. 19-27.
- Jenkins, K. R.; Pienta, A. M.; Horgas, A.L. (2002). Activity and Health- Related Quality of Life in Continuing Care Retirement Communities. *Research on Aging*, 24, 124- 149.
- Katz, S. (2000). Busy bodies: activity, aging, and the management of everyday life. *Journal of Aging Studies*, 14 (2), 135-152.
- Lewinsohn, P. M. & Libet, J. (1972). Pleasant events, activity schedules and depressions. *Journal of Abnormal Psychology*, 79 (3), 291-295.

- Lima, M.T.R.; Silva, R.S. & Ramos, L.R. (2009). Fatores associados à sintomatologia depressiva numa coorte urbana de idosos. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 58 (1), 1-7.
- Logsdon, R.G. & Teri, L. (1997). The Pleasant Events Schedule-AD: Psychometric Properties and Relationship to Depression and Cognition in Alzheimer's Disease Patients. *The Gerontologist*, 37 (1), 40-45.
- Meeks, S.; Looney, S.W.; Van Haitsma, K. & Teri, L. (2008). BE ACTIV: A Staff-Assisted Behavioral Intervention for Depression in Nursing Homes. *The Gerontologist*, 48 (1), 105-114.
- Meeks, S.; Young & Looney (2007). Activity participation and affect among nursing home residents: Support for a behavioural model of depression. *Aging & Mental Health*, 11(6), 751-760.
- Moraes, H.; Deslandes, A.; Ferreira, C.; Pompeu, F.A.M.S.; Ribeiro, P. & Laks, J. (2007). O exercício físico no tratamento da depressão em idosos: revisão sistemática. *Revista de Psiquiatria*, 29 (1), 70-79.
- Neri, A.L. (1993). Qualidade de vida no adulto maduro: interpretações teóricas e evidências de pesquisa. In Anita Liberalesso Neri (Org.), *Qualidade de Vida e idade madura* (pp. 9-55). Campinas: Ed. Papirus.
- Neri, A.L. (2007). Qualidade de vida na velhice e subjetividade. In Anita Liberalesso Neri (Org.), *Qualidade de Vida na velhice: enfoque multidisciplinar* (pp. 15-59). São Paulo: Ed. Alínea.
- Neugarten, B.L.; Havighurst, R.J. & Tobin, S. (1961). The Measurement of life satisfaction. In. Neugarten, D.A. (Org.) *The meanings of age: selected papers of Bernice L. Neugarten*. Chicago: University of Chicago.
- Onish, J.; Masuda, Y.; Suzuki, Y.; Gotoh, T.; Kawamura, T. & Iguchi, A. (2006). The pleasurable recreational activities among community-dwelling older adults. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 43, 147-155.

- Pondé, M.P. & Caroso, C. (2003). Lazer como fator de proteção da saúde mental. *Revista de Ciências Médicas de Campinas*, 12 (2), 163-172.
- Pinho, M.X.; Custódio, O. & Makdisse, M. (2009). Incidência de depressão e fatores associados em idosos residentes na comunidade: revisão de literatura. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 12 (1), pp. 123-140.
- Primi, R.; Muniz, M. & Nunes, C.H.S.S. (2009). Definições contemporâneas de validade de testes psicológicos. In. Claudia Simon (Org.), *Avanços e polêmicas em avaliação psicológica*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Rabacow, F. M., Gomes, M. A., Marques, P. & Benedetti, T. R. B. (2006). Questionários de medidas de atividades físicas em idosos. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, 8 (4), pp 99-106.
- Reichenhein, M.E; Moraes, C.L. (2007). Operacionalização de adaptação transcultural de instrumentos de aferição usados em epidemiologia. *Revista de Saúde Pública*, 41(4), 665-673.
- Rider, Gallagher- Thompson & Thompson (2004). California Older Person`s Pleasant Events Schedule: Manual. Retirado em Agosto, 21, 2008 de <http://www.stanford.edu/group/oafc/Ken/Manual2.pdf>
- Rodrigues, M.C. (2002). O lazer do idoso: barreiras a superar. *Revista Brasileira Ciência e Movimento*, 10 (4), 105-108.
- Rowe, J.W. & Kahn, R.L. (1998). The structure of successful aging. *Successful aging*. Nova Iorque: Dell Publishing
- Schreiner, A.S.; Yamamoto, E. & Shiotani, H. (2005). Positive affect among nursing home residents with Alzheimer`s dementia: The effect of recreational activity. *Aging and Mental Health*, 9 (2), 129-134.

- Searson, R.; Hendry, A.M.; Ramachandran, R.; Burns, A. & Purandare, N. (2008). Activities enjoyed by patients with dementia together with their spouses and psychological morbidity in carers. *Aging & Mental Health*, 12 (2), 276-282.
- Silverstein, M. & Parker, M.G. (2002). Leisure activities and Quality of Life among the Oldest Old in Sweden. *Research on Aging*, 24, 528- 547.
- Siqueira, M.E.C. (2001). Teorias Sociológicas do envelhecimento. In Neri, A.L. (Org.) *Desenvolvimento e envelhecimento: perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas*. 3a ed. Campinas: Ed Papirus.
- Snowdon, J. (2002). How high is the prevalence of depression in old age? *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 24 (1), 42-47.
- Stinson, L.L. (1999). Measuring how people spend their time: a time-use survey design. *Monthly Labor Review*, 122, 12-19.
- Strain, L.A.; Grabusic, C.C.; Searle, M.S. & Dunn, N.J. (2002). Continuing and ceasing leisure activities in later life: a longitudinal study. *The Gerontologist*, 42 (2), 217-223
- Teri, L. & Logsdon, R. G. (1991). Identifying Pleasant Activities for Alzheimer's Disease Patients: The Pleasant Events Schedule –AD. *The Gerontologist*, 31 (1), 124-127.
- Thompson L.W., Powers D.V., Coon D.W., Takagi K., McKibbin C., Gallagher-Thompson D. (2003). Terceira Idade. Em: White J.R. & Freeman, A.S. *Terapia cognitivo-comportamental em grupo para populações e problemas específicos*. (pp. 31-69). São Paulo: Editora Roca
- Wenborn, J., Challis, D., Pool, J., Burgess, J., Elliot, N. & Orrell, M. (2008). Assessing the validity and reliability of the Pool Activity Level (PAL) Checklist for use with older people with dementia. *Aging & Mental Health*, 12 (2), 202-211.

Van der Meer, M.J. (2008). The sociospatial diversity in the leisure activities of older people in the Netherlands. *Journal of Aging Studies*, 22, 1-12.

Victor, J. F., Ximenes, L. B. & de Almeida, P. C. (2008). Adaptação transcultural para o Brasil da Exercise Benefits/Barriers Scale (EBBS) para aplicação em idosos: uma avaliação semântica. *Cadernos de Saúde Pública*, 24 (12), pp.2852-1860.

ANEXOS



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS
 PRÓ-REITORIA DE PESQUISA
 Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos
 Via Washington Luís, km. 235 - Caixa Postal 676
 Fones: (016) 3351.8109 / 3351.8110
 Fax: (016) 3361.3176
 CEP 13560-970 - São Carlos - SP - Brasil
propg@power.ufscar.br - <http://www.propg.ufscar.br/>

CAAE 3292.0.000.135-08

Título do Projeto: Aspectos positivos da relação idoso-cuidador: passos iniciais na validação transcultural de um instrumento

Classificação: Grupo III

Pesquisadores (as): Helóisa Gonçalves Ferreira, Profa. Dra. Elizabeth Joam Barham (orientadora)

Processo n.º.:

Parecer N.º. 506/2008

1. Normas a serem seguidas

- O sujeito da pesquisa tem a liberdade de recusar-se a participar ou de retirar seu consentimento em qualquer fase da pesquisa, sem penalização alguma e sem prejuízo ao seu cuidado (Res. CNS 196/96 – Item IV.1.f) e deve receber uma cópia do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, na íntegra, por ele assinado (Item IV.2.d).
- O pesquisador deve desenvolver a pesquisa conforme delineada no protocolo aprovado e descontinuar o estudo somente após análise das razões da descontinuidade pelo CEP que o aprovou (Res. CNS Item III.3.z), aguardando seu parecer, exceto quando perceber risco ou dano não previsto ao sujeito participante ou quando constatar a superioridade de regime oferecido a um dos grupos da pesquisa (Item V.3) que requeiram ação imediata.
- O CEP deve ser informado de todos os efeitos adversos ou fatos relevantes que alterem o curso normal do estudo (Res. CNS Item V.4). É papel do pesquisador assegurar medidas imediatas adequadas frente a evento adverso grave ocorrido (mesmo que tenha sido em outro centro) e enviar notificação ao CEP e à Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA – junto com seu posicionamento.
- Eventuais modificações ou emendas ao protocolo devem ser apresentadas ao CEP de forma clara e sucinta, identificando a parte do protocolo a ser modificada e suas justificativas. Em caso de projetos do Grupo I ou II apresentados anteriormente à ANVISA, o pesquisador ou patrocinador deve enviá-las também à mesma, junto com o parecer aprobatório do CEP, para serem juntadas ao protocolo inicial (Res. 251/97, item III.2.e).
- Relatórios parciais e final devem ser apresentados ao CEP, inicialmente em ___/___/___ e ao término do estudo.

2. Avaliação do projeto

O Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Universidade Federal de São Carlos (CEP/UFSCar) analisou o projeto de pesquisa acima identificado e considerando os pareceres do relator e do revisor DELIBEROU:

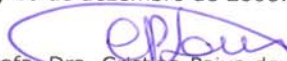
As pendências apontadas no Parecer n.º. 457/2008, de 20 de novembro, foram satisfatoriamente resolvidas.

O projeto atende as exigências contidas na Resolução 196/96, do Conselho Nacional de Saúde.

3. Conclusão:

Projeto aprovado

São Carlos, 16 de dezembro de 2008.


 Prof. Dra. Cristina Paiva de Sousa
 Coordenadora do CEP/UFSCar

ANEXO B

Universidade Federal de São Carlos
 Centro de Educação e Ciências Humanas, *Departamento de Psicologia*
Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Eu, _____, RG: _____
 aceito participar da pesquisa, “O envolvimento de idosos em atividades prazerosas: passos iniciais na validação transcultural de um instrumento”, realizado pela mestranda Heloísa Gonçalves Ferreira e orientado pela Profa. Dra. Elizabeth Joan Barham, ambas da Universidade Federal de São Carlos. O objetivo principal desse estudo é realizar as etapas iniciais necessárias ao processo de validação transcultural de um instrumento psicométrico para medir frequência de envolvimento de idosos em atividades prazerosas, na língua portuguesa.

Concordo em participar da pesquisa, ajudando na análise da adequação de um instrumento em fase de validação transcultural para avaliar a frequência de envolvimento de idosos em atividades prazerosas, respondendo a um questionário contendo questões sobre: a) a adequação da tradução dos itens do instrumento para verificar a equivalência entre a versão original e em português; b) o conceito central, para avaliar se o instrumento inclui itens para avaliar todos os comportamentos importantes.

Minha participação deve me trazer alguns benefícios, tais como (a) a oportunidade de contribuir para o processo de validação transcultural de um instrumento psicométrico que poderá ser utilizado futuramente em pesquisas ou intervenções com idosos e (b) benefícios derivados do conhecimento de um instrumento psicométrico novo. Esta pesquisa não deverá ocasionar riscos ou danos físicos, psíquicos ou morais aos participantes, contudo a pesquisadora suspenderá a pesquisa imediatamente, caso perceba algum risco ou dano à saúde de qualquer participante não previsto na pesquisa.

Declaro ciência de que minha participação é voluntária e que posso me retirar da pesquisa a qualquer momento, sem que isso acarrete algum tipo de ônus. Também sei que está assegurado meu anonimato. Os dados poderão ser divulgados em reuniões e trabalhos científicos e utilizados para a realização da tese de mestrado de Heloísa Gonçalves Ferreira. Receberei uma cópia deste termo onde consta o telefone e o endereço do pesquisador principal, podendo tirar minhas dúvidas sobre o projeto e minha participação neste, agora ou a qualquer momento. Também receberei uma devolutiva sobre os principais resultados do estudo.

A pesquisadora me informou que o projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da UFSCar que funciona na Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa da Universidade Federal de São Carlos, localizada na Rodovia Washington Luiz, Km. 235 - Caixa Postal 676 - CEP 13.565-905 - São Carlos - SP – Brasil. Fone (16) 3351-8110. Endereço eletrônico: cephumanos@power.ufscar.br

São Carlos, _____ de _____ de 2010.

 Heloísa Gonçalves Ferreira
Pesquisadora Responsável
 Fone (16) 3351-8361

 Assinatura do
 Participante

Universidade Federal de São Carlos
Centro de Ciências Humanas, *Departamento de Psicologia*

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Eu, _____,
RG: _____ aceito participar da pesquisa, “O envolvimento de idosos em atividades prazerosas: passos iniciais na validação transcultural de um instrumento”, realizado pela mestrandia Heloísa Gonçalves Ferreira e orientado pela Profa. Dra. Elizabeth Joan Barham, ambas da Universidade Federal de São Carlos. O objetivo principal desse estudo é realizar as etapas iniciais necessárias ao processo de validação transcultural de um instrumento psicométrico para medir frequência de envolvimento de idosos em atividades prazerosas, na língua portuguesa.

Concordo em participar da pesquisa, respondendo a uma versão traduzida de um instrumento em fase de validação transcultural para avaliar a frequência de envolvimento de idosos em atividades prazerosas.

Minha participação deve me trazer alguns benefícios, tais como (a) a oportunidade de conhecer um instrumento psicométrico novo que poderá ser utilizado futuramente em pesquisas ou intervenções com idosos e (b) a oportunidade de refletir e conversar com uma pesquisadora sobre a importância da prática de atividades consideradas prazerosas pelo idoso. Não estão previstos riscos para a minha participação nessa pesquisa.

Declaro ciência de que minha participação é voluntária e que posso me retirar da pesquisa a qualquer momento, sem que isso acarrete algum tipo de ônus. Também sei que está assegurado meu anonimato. Os dados poderão ser divulgados em reuniões e trabalhos científicos e utilizados para a realização da tese de mestrado de Heloísa Gonçalves Ferreira. Receberei uma cópia deste termo onde consta o telefone e o endereço do pesquisador principal, podendo tirar minhas dúvidas sobre o projeto e minha participação neste, agora ou a qualquer momento. Também receberei uma devolutiva sobre os principais resultados do estudo.

A pesquisadora me informou que o projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da UFSCar que funciona na Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa da Universidade Federal de São Carlos, localizada na Rodovia Washington Luiz, Km. 235 - Caixa Postal 676 - CEP 13.565-905 - São Carlos - SP – Brasil. Fone (16) 3351-8110. Endereço eletrônico: cephumanos@power.ufscar.br

São Carlos, _____ de _____ de 2009.

Heloísa Gonçalves Ferreira
Pesquisadora Responsável
Fone (16) 3351-8361

Assinatura do
Participante

ANEXO C

Universidade Federal de São Carlos
Centro de Educação e Ciências Humanas
Programa de Pós-Graduação em Educação Especial
Rodovia Washington Luiz, km 235 – CEP 13565-905 – São Carlos-
SP - Caixa Postal 676

Dear Professor Gallagher Thompson and Professor Thompson,

My name is Heloísa Gonçalves Ferreira, I am a Brazilian psychologist and I am taking a Psychology Master Program at the Federal University of São Carlos (UFSCar), which is located in the state of São Paulo, in Brazil. My advisor is Professor Doctor Elisabeth Joam Barham.

My research project is based on Gerontology Area. I am interested in studying the positive aspects of aging. My study aims to organize a literature review to search and select a psychometric instrument which measures the elderly involvement in pleasant activities. The literature review was already done and I found few studies in Brazil that focused on the pleasure experienced by the elderly in developing such activities. In Brazil there are no psychometric instruments developed to measure this construct. We believe that the identification of this aspect can contribute to improve the knowledge in the Gerontology Area in Brazil. For this reason, I will select an international instrument to be submitted to the initial steps to be validated in Brazil.

In the international literature, I came across to some articles about involvement of older adults in pleasant events, as well as some articles about instruments that measure that construct, like The California Older Person Pleasant Events Schedule (COPPES). I have noticed that some instruments (PES, OPPES, PES-AD and PES-NH) preceded COPPES. However, I was not able to access all articles about these instruments.

When I analyzed the instruments that I have found in the literature, the COPPES was the one which fit better the purpose of my project. Thus, I am writing this e-mail firstly to ask your permission to submit The COPPES to a transcultural validation process, in Brazil. Secondly, I would like to request, if it is possible, that you send me the versions of PES, OPPES and PES-NH, if you have access to them.

If you need any further information, please let me know. I am looking forward to your answer.

Yours faithfully

Heloísa Gonçalves Ferreira
Master student in Psychology at UFSCar
Contact:
Heloísa Gonçalves Ferreira
E-mail: helogf@gmail.com
Address: Rua São Paulo, 1498, AP. 301
São Carlos – SP Brasil CEP: 13560-340

ANEXO D

Hi Heloisa,

We are delighted that you have found the COPPES to be a worthy prospect for your research. You can download the COPPES from our website, which is oafc.stanford.edu. (The www is not needed.).

You'll see a reference to the scale on the left side of the home page. Click on that and it will give instructions on how to do this. The COPPES is a revision of the OPPEPES. The items are essentially the same, but the actual scales have changed as a result of Dr. Rider's excellent psychometric analyses of data collected using the OPPEPES. The download package includes a manual on how to use the scale, along with the psychometric data. There is also a computer scoring program that will calculate scale scores for you and print out a graph that can be used clinically. I use the scale routinely in my clinical work and find it extremely useful. The program also stores the data in a rectangular file that can be used for analyses later. The system is free, but you will need a password to open the computer scoring system. You can obtain the password from Ken Rider via his email address which is also included in the instruction packet. We do this simply because we want to keep track of who is using it, whether or not users are having any problems with the program and who might want to share data at some point in a research project. Once you get the program up and running, please keep in touch with us periodically to let us know how things are going.

We have no objections to you making a translation of the scale into Portuguese. I'm assuming you are familiar with the guidelines to be used for translating and back translating documents to be sure the translation is as accurate as possible. Eventually you will want to develop your own norms for people in your country, and we would like very much to be involved in that process if at all possible. You may also find that some of the items we use don't fit for your population, in which case our computer scoring program may be of little use to you, and you may have to develop your own.

I'm copying this email to Andres Losada and Maria Marquez in Spain. Andres and Maria have developed a Spanish translation and they may be able to offer you some tips on problems they've encountered. At some point you may want to develop a collaboration with them. I know that they have now collected data on several hundred subjects using a slight modification of the COPPES.

The OPPEPES is an earlier version of the COPPES as I mentioned above. The PES is a scale developed by Peter Lewinsohn. It contains several hundred items, and was the precursor to the OPPEPES. You can get this scale by contacting him at the Oregon Research Institute. Peter also developed a PES for older people with Linda Teri's help, and then Linda went on to develop a scale that could be used clinically with caregivers to develop pleasurable activities that the caregiver and their demented spouse could do together. I don't know where the PES-NH came from. If you tell me what the NH refers to perhaps I could obtain more information about it for you.

Hope this information is helpful to you.

Regards,

Larry

Larry W. Thompson, Ph.D.

The Goldman Family Professor of Psychology

Pacific Graduate School

Professor, Emeritus

Stanford University 650-969-6489 or 650-400-8171

ANEXO E

CALIFORNIA OLDER PERSON'S PLEASANT EVENTS SCHEDULE

Dolores Gallagher-Thompson, Larry W. Thompson, Kenneth L. Rider

Name _____ Date _____

This is a list of 66 events that people tend to find pleasant. For each event, make 2 ratings:

How often did this event happen to you in the past month?

- 0 = Not at all
- 1 = 1-6 times
- 2 = 7 or more times

How pleasant, enjoyable, or rewarding was this event?

If the event did *not* occur, then please rate how pleasant you think it *would have been* if it *had* occurred.

- 0 = Was not or would not have been pleasant
- 1 = Was or would have been somewhat pleasant
- 2 = Was or would have been very pleasant

Here are two sample events with the answers properly filled in. Please remember to circle an answer for both HOW OFTEN and HOW PLEASANT for each event.

Please circle ONE number in EACH column for each item	HOW OFTEN in the past month? 0 = Not at all 1 = 1-6 times 2 = 7 or more times Circle ONE number	HOW PLEASANT was it or would it have been? 0 = Not pleasant 1 = Somewhat pleasant 2 = Very pleasant Circle ONE number
A. Winning the lottery	<input checked="" type="radio"/> 0 1 2	0 1 <input checked="" type="radio"/> 2
B. Writing a letter	0 <input checked="" type="radio"/> 1 2	0 <input checked="" type="radio"/> 1 2

California Older Person's Pleasant Events Schedule

Please circle ONE number in EACH column for each item	HOW OFTEN in the past month? 0 = Not at all 1 = 1-6 times 2 = 7 or more times Circle ONE number	HOW PLEASANT was it or would it have been? 0 = Not pleasant 1 = Somewhat pleasant 2 = Very pleasant Circle ONE number
1. Looking at clouds	0 1 2	0 1 2
2. Being with friends	0 1 2	0 1 2
3. Having people show an interest in what I say	0 1 2	0 1 2
4. Thinking about pleasant memories	0 1 2	0 1 2
5. Shopping	0 1 2	0 1 2
6. Seeing beautiful scenery	0 1 2	0 1 2
7. Having a frank and open conversation	0 1 2	0 1 2
8. Doing a job well	0 1 2	0 1 2
9. Listening to sounds of nature	0 1 2	0 1 2
10. Having coffee, tea, etc., with friends	0 1 2	0 1 2
11. Thinking about myself	0 1 2	0 1 2
12. Being complemented or told I have done something well	0 1 2	0 1 2

California Older Person's Pleasant Events Schedule

Please circle ONE number in EACH column for each item	HOW OFTEN in the past month? 0 = Not at all 1 = 1-6 times 2 = 7 or more times Circle ONE number	HOW PLEASANT was it or would it have been? 0 = Not pleasant 1 = Somewhat pleasant 2 = Very pleasant Circle ONE number
13. Doing volunteer work	0 1 2	0 1 2
14. Planning trips or vacations	0 1 2	0 1 2
15. Kissing, touching, showing affection	0 1 2	0 1 2
16. Being praised by people I admire	0 1 2	0 1 2
17. Meditating	0 1 2	0 1 2
18. Listening to music	0 1 2	0 1 2
19. Seeing good things happen to family or friends	0 1 2	0 1 2
20. Collecting recipes	0 1 2	0 1 2
21. Doing a project my own way	0 1 2	0 1 2
22. Seeing or smelling a flower or plant	0 1 2	0 1 2
23. Saying something clearly	0 1 2	0 1 2
24. Thinking about something good in the future	0 1 2	0 1 2
25. Looking at the stars or moon	0 1 2	0 1 2

California Older Person's Pleasant Events Schedule

Please circle ONE number in EACH column for each item	HOW OFTEN in the past month?	HOW PLEASANT was it or would it have been?
	0 = Not at all 1 = 1-6 times 2 = 7 or more times Circle ONE number	0 = Not pleasant 1 = Somewhat pleasant 2 = Very pleasant Circle ONE number
26. Being told I am needed	0 1 2	0 1 2
27. Working on a community project	0 1 2	0 1 2
28. Complimenting or praising someone	0 1 2	0 1 2
29. Watching a sunset	0 1 2	0 1 2
30. Thinking about people I like	0 1 2	0 1 2
31. Completing a difficult task	0 1 2	0 1 2
32. Amusing people	0 1 2	0 1 2
33. Baking because I feel creative	0 1 2	0 1 2
34. Reading literature	0 1 2	0 1 2
35. Being with someone I love	0 1 2	0 1 2
36. Having an original idea	0 1 2	0 1 2
37. Having peace and quiet	0 1 2	0 1 2
38. Listening to the birds sing	0 1 2	0 1 2
39. Making a new friend	0 1 2	0 1 2

California Older Person's Pleasant Events Schedule

Please circle ONE number in EACH column for each item	HOW OFTEN in the past month? 0 = Not at all 1 = 1-6 times 2 = 7 or more times Circle ONE number	HOW PLEASANT was it or would it have been? 0 = Not pleasant 1 = Somewhat pleasant 2 = Very pleasant Circle ONE number
40. Being asked for help or advice	0 1 2	0 1 2
41. Bargain hunting	0 1 2	0 1 2
42. Reading magazines	0 1 2	0 1 2
43. Feeling a divine presence	0 1 2	0 1 2
44. Expressing my love to someone	0 1 2	0 1 2
45. Giving advice to others based on past experience	0 1 2	0 1 2
46. Solving a problem, puzzle, crossword	0 1 2	0 1 2
47. Arranging flowers	0 1 2	0 1 2
48. Helping someone	0 1 2	0 1 2
49. Getting out of the city (to the mountains, seashore, desert)	0 1 2	0 1 2
50. Having spare time	0 1 2	0 1 2
51. Being needed	0 1 2	0 1 2
52. Meeting someone new of the same sex	0 1 2	0 1 2

California Older Person's Pleasant Events Schedule

Please circle ONE number in EACH column for each item	HOW OFTEN in the past month? 0 = Not at all 1 = 1-6 times 2 = 7 or more times Circle ONE number	HOW PLEASANT was it or would it have been? 0 = Not pleasant 1 = Somewhat pleasant 2 = Very pleasant Circle ONE number
53. Exploring new areas	0 1 2	0 1 2
54. Having a clean house	0 1 2	0 1 2
55. Doing creative crafts	0 1 2	0 1 2
56. Going to church	0 1 2	0 1 2
57. Being loved	0 1 2	0 1 2
58. Visiting a museum	0 1 2	0 1 2
59. Having a daily plan	0 1 2	0 1 2
60. Being with happy people	0 1 2	0 1 2
61. Listening to classical music	0 1 2	0 1 2
62. Shopping for a new outfit	0 1 2	0 1 2
63. Taking inventory of my life	0 1 2	0 1 2
64. Planning or organizing something	0 1 2	0 1 2
65. Smiling at people	0 1 2	0 1 2
66. Being near sand, grass, a stream	0 1 2	0 1 2

ANEXO F
Formulário para tradução do COPPES – bloco 1

Identificação:
Profissão:
Especialidade:

Informações Gerais

Você está participando do projeto de pesquisa: “O envolvimento de idosos em atividades prazerosas: passos iniciais na validação transcultural de um instrumento”. O objetivo principal deste estudo é submeter um instrumento psicométrico, previamente selecionado com base numa revisão da literatura nacional e internacional, a uma série de análises que fazem parte de uma validação transcultural. Esse instrumento avalia o envolvimento de idosos em atividades prazerosas. O primeiro passo da validação transcultural de um instrumento psicométrico é verificar a equivalência semântica, que consiste inicialmente na tradução dos itens da versão original do instrumento para o idioma da cultura-alvo, no caso, o português. Você deverá ler atentamente as informações gerais sobre o instrumento selecionado e a teoria que o fundamentou, que seguem abaixo. Após ler essas informações, você deverá traduzir para o português os itens da versão original do instrumento. Você deverá também traduzir as instruções de aplicação do instrumento, indicadas na sequência. Haverá um espaço sinalizado para que você possa registrar comentários e observações sobre as traduções realizadas.

Breve introdução sobre atividades prazerosas na terceira idade

A associação entre atividade e bem-estar na velhice tem sido alvo de muitas pesquisas e formulações teóricas na literatura gerontológica. Manter-se ativo é uma maneira do idoso obter bem-estar físico e psicológico, podendo prover significado e satisfação à existência, quer pelo compromisso e responsabilidade social implícitos nessas atividades, quer pela oportunidade de manter o convívio social. Além de outros objetivos, a prática de atividades deve também trazer satisfação, uma vez que sem satisfação subjetiva, o significado é incompleto (Deps, 1993). Incentivar a prática de atividades prazerosas pode ser ainda utilizado como forma de intervir junto a idosos que apresentam sintomas depressivos.

As teorias cognitivo-comportamentais postulam que indivíduos depressivos são incapazes de gerar respostas em seu ambiente para gerar reforços positivos (Meeks, Young & Looney, 2007). No caso, reforçadores positivos são definidos como eventos que geram satisfação subjetiva (Lewinsohn, 1975). Existe uma associação significativa entre o grau de envolvimento em atividades prazerosas e o estado de humor, consistente com a teoria cognitivo-comportamental sobre depressão que assume existir associação entre grau de reforçamento positivo e intensidade da depressão. O engajamento em eventos ou atividades consideradas prazerosas pelo indivíduo resulta em conseqüências positivas para seu bem-estar (Lewinsohn & Libet, 1972).

O COPPES:

The California Older Person's Pleasant Events Schedule (COPPES) é um instrumento clínico na literatura que permite examinar a frequência do envolvimento de idosos em atividades e o nível de prazer experimentado em cada uma delas. Esse instrumento já foi validado para a população americana e apresentou boas propriedades psicométricas (Rider, Gallagher-Thompson & Thompson, 2004).

O COPPES é um instrumento desenvolvido nos EUA, composto por 66 itens e dividido em cinco subescalas: socialização (*socializing*), relaxamento (*relaxing*), contemplação (*contemplating*), eficácia (*being effective*) e ser ativo (*doing*). Cada subescala é composta por oito, doze, nove, nove e oito itens, respectivamente.

Na literatura nacional não foram localizados instrumentos que avaliassem a prática de atividades prazerosas por idosos, sendo somente encontrados estudos internacionais. Vários instrumentos psicométricos foram examinados e o *COPPES* foi o único que focou a questão da satisfação subjetiva dos idosos na prática de atividades. Por esse motivo, ele foi escolhido para ser submetido a uma adaptação transcultural para o contexto brasileiro, onde a primeira e presente etapa consiste na tradução dos itens para a língua portuguesa.

A seguir, será dado exemplo dos dois primeiros itens da versão original do COPPES bem como as opções de resposta:

Please circle ONE number in EACH column for each item	HOW OFTEN in the past month? 0 = Not at all 1 = 1-6 times 2 = 7 or more times Circle ONE number	HOW PLEASANT was it or would it have been? 0 = Not pleasant 1 = Somewhat pleasant 2 = Very pleasant Circle ONE number
1. Looking at clouds	0 1 2	0 1 2
2. Being with friends	0 1 2	0 1 2

A seguir, estão dispostos na coluna da esquerda os 9 itens da versão original do COPPES, referente à subescala contemplação (*contemplating*). Na coluna do meio, você deverá colocar a tradução de cada item para o português. Na coluna da direita, você poderá colocar comentários e observações sobre a tradução, caso seja necessário.

Após os itens da subescala, encontram-se as instruções de aplicação do instrumento, que também deverão ser traduzidas.

Itens da versão original	Tradução	Comentários/observações
4 - Thinking about pleasant memories		
11 - Thinking about myself		
17 - Meditating		
30 - Thinking about people I like		
37 - Having peace and quiet		
43 - Feeling a divine presence		
50 - Having spare time		
56 - Going to church		
63 - Taking inventory of my life		

Instruções de aplicação da versão original do instrumento
<p>This is a list of 66 events that people tend to find pleasant. For each event, make 2 ratings:</p> <p><i>How often</i> did this event happen to you in the past month?</p> <p>0 = Not at all 1 = 1-6 times 2 = 7 or more times</p> <p><i>How pleasant, enjoyable, or rewarding</i> was this event? If the event did <i>not</i> occur, then please rate how pleasant you think it <i>would have been</i> if it <i>had</i> occurred.</p> <p>0 = Was not or would not have been pleasant 1 = Was or would have been somewhat pleasant 2 = Was or would have been very pleasant</p>
Tradução
Comentários/Observações

Formulário para tradução do COPPES – bloco 2

Identificação:

Profissão:

Especialidade:

Informações Gerais

Você está participando do projeto de pesquisa: “O envolvimento de idosos em atividades prazerosas: passos iniciais na validação transcultural de um instrumento”. O objetivo principal deste estudo é submeter um instrumento psicométrico, previamente selecionado com base numa revisão da literatura nacional e internacional, a uma série de análises que fazem parte de uma validação transcultural. Esse instrumento avalia o envolvimento de idosos em atividades prazerosas. O primeiro passo da validação transcultural de um instrumento psicométrico é verificar a equivalência semântica, que consiste inicialmente na tradução dos itens da versão original do instrumento para o idioma da cultura-alvo, no caso, o português. Você deverá ler atentamente as informações gerais sobre o instrumento selecionado e a teoria que o fundamentou, que seguem abaixo. Após ler essas informações, você deverá traduzir para o português os itens da versão original do instrumento. Você deverá também traduzir as instruções de aplicação do instrumento, indicadas na sequência. Haverá um espaço sinalizado para que você possa registrar comentários e observações sobre as traduções realizadas.

Breve introdução sobre atividades prazerosas na terceira idade

A associação entre atividade e bem-estar na velhice tem sido alvo de muitas pesquisas e formulações teóricas na literatura gerontológica. Manter-se ativo é uma maneira do idoso obter bem-estar físico e psicológico, podendo prover significado e satisfação à existência, quer pelo compromisso e responsabilidade social implícitos nessas atividades, quer pela oportunidade de manter o convívio social. Além de outros objetivos, a prática de atividades deve também trazer satisfação, uma vez que sem satisfação subjetiva, o significado é incompleto (Deps, 1993). Incentivar a prática de atividades prazerosas pode ser ainda utilizado como forma de intervir junto a idosos que apresentam sintomas depressivos.

As teorias cognitivo-comportamentais postulam que indivíduos depressivos são incapazes de gerar respostas em seu ambiente para gerar reforços positivos (Meeks, Young & Looney, 2007). No caso, reforçadores positivos são definidos como eventos que geram satisfação subjetiva (Lewinsohn, 1975). Existe uma associação significativa entre o grau de envolvimento em atividades prazerosas e o estado de humor, consistente com a teoria cognitivo-comportamental sobre depressão que assume existir associação entre grau de reforçamento positivo e intensidade da depressão. O engajamento em eventos ou atividades consideradas prazerosas pelo indivíduo resulta em conseqüências positivas para seu bem-estar (Lewinsohn & Libet, 1972).

O COPPES:

The California Older Person's Pleasant Events Schedule (COPPES) é um instrumento clínico na literatura que permite examinar a frequência do envolvimento de idosos em atividades e o nível de prazer experimentado em cada uma delas. Esse instrumento já foi validado para a população americana e apresentou boas propriedades psicométricas (Rider, Gallagher-Thompson & Thompson, 2004).

O COPPES é um instrumento desenvolvido nos EUA, composto por 66 itens e dividido em cinco subescalas: socialização (*socializing*), relaxamento (*relaxing*), contemplação (*contemplating*), eficácia (*being effective*) e ser ativo (*doing*). Cada subescala é composta por oito, doze, nove, nove e oito itens, respectivamente.

Na literatura nacional não foram localizados instrumentos que avaliassem a prática de atividades prazerosas por idosos, sendo somente encontrados estudos internacionais. Vários instrumentos psicométricos foram examinados e o *COPPES* foi o único que focou a questão da satisfação subjetiva dos idosos na prática de atividades. Por esse motivo, ele foi escolhido para ser submetido a uma adaptação transcultural para o contexto brasileiro, onde a primeira e presente etapa consiste na tradução dos itens para a língua portuguesa.

A seguir, será dado exemplo dos dois primeiros itens da versão original do COPPES bem como as opções de resposta:

Please circle ONE number in EACH column for each item	HOW OFTEN in the past month? 0 = Not at all 1 = 1-6 times 2 = 7 or more times Circle ONE number	HOW PLEASANT was it or would it have been? 0 = Not pleasant 1 = Somewhat pleasant 2 = Very pleasant Circle ONE number
1. Looking at clouds	0 1 2	0 1 2
2. Being with friends	0 1 2	0 1 2

A seguir, estão dispostos na coluna da esquerda os 12 itens da versão original do COPPES, referente à subescala relaxamento (*relaxing*). Na coluna do meio, você deverá colocar a tradução de cada item para o português. Na coluna da direita, você poderá colocar comentários e observações sobre a tradução, caso seja necessário.

Após os itens da subescala, encontram-se as instruções de aplicação do instrumento, que também deverão ser traduzidas.

Itens da versão original	Tradução	Comentários/observações
6 - Seeing beautiful scenery		
9 - Listening to sounds of nature		
18 - Listening to music		
25 - Looking at the stars or moon		
29 - Watching a sunset		
34 - Reading literature		
38 - Listening to the birds sing		
49 - Getting out of the city (to the mountains, seashore, desert)		
53 - Exploring new areas		
58 - Visiting a museum		
61 - Listening to classical music		
66 - Being near sand, grass, a stream		

Instruções de aplicação da versão original do instrumento
<p>This is a list of 66 events that people tend to find pleasant. For each event, make 2 ratings:</p> <p><i>How often</i> did this event happen to you in the past month?</p> <p>0 = Not at all 1 = 1-6 times 2 = 7 or more times</p> <p><i>How pleasant, enjoyable, or rewarding</i> was this event? If the event did <i>not</i> occur, then please rate how pleasant you think it <i>would have been</i> if it <i>had</i> occurred.</p> <p>0 = Was not or would not have been pleasant 1 = Was or would have been somewhat pleasant 2 = Was or would have been very pleasant</p>
Tradução
Comentários/Observações

Formulário para tradução do COPPES – bloco 3

Identificação:

Profissão:

Especialidade:

Informações Gerais

Você está participando do projeto de pesquisa: “O envolvimento de idosos em atividades prazerosas: passos iniciais na validação transcultural de um instrumento”. O objetivo principal deste estudo é submeter um instrumento psicométrico, previamente selecionado com base numa revisão da literatura nacional e internacional, a uma série de análises que fazem parte de uma validação transcultural. Esse instrumento avalia o envolvimento de idosos em atividades prazerosas. O primeiro passo da validação transcultural de um instrumento psicométrico é verificar a equivalência semântica, que consiste inicialmente na tradução dos itens da versão original do instrumento para o idioma da cultura-alvo, no caso, o português. Você deverá ler atentamente as informações gerais sobre o instrumento selecionado e a teoria que o fundamentou, que seguem abaixo. Após ler essas informações, você deverá traduzir para o português os itens da versão original do instrumento. Você deverá também traduzir as instruções de aplicação do instrumento, indicadas na sequência. Haverá um espaço sinalizado para que você possa registrar comentários e observações sobre as traduções realizadas.

Breve introdução sobre atividades prazerosas na terceira idade

A associação entre atividade e bem-estar na velhice tem sido alvo de muitas pesquisas e formulações teóricas na literatura gerontológica. Manter-se ativo é uma maneira do idoso obter bem-estar físico e psicológico, podendo prover significado e satisfação à existência, quer pelo compromisso e responsabilidade social implícitos nessas atividades, quer pela oportunidade de manter o convívio social. Além de outros objetivos, a prática de atividades deve também trazer satisfação, uma vez que sem satisfação subjetiva, o significado é incompleto (Deps, 1993). Incentivar a prática de atividades prazerosas pode ser ainda utilizado como forma de intervir junto a idosos que apresentam sintomas depressivos.

As teorias cognitivo-comportamentais postulam que indivíduos depressivos são incapazes de gerar respostas em seu ambiente para gerar reforços positivos (Meeks, Young & Looney, 2007). No caso, reforçadores positivos são definidos como eventos que geram satisfação subjetiva (Lewinsohn, 1975). Existe uma associação significativa entre o grau de envolvimento em atividades prazerosas e o estado de humor, consistente com a teoria cognitivo-comportamental sobre depressão que assume existir associação entre grau de reforçamento positivo e intensidade da depressão. O engajamento em eventos ou atividades consideradas prazerosas pelo indivíduo resulta em conseqüências positivas para seu bem-estar (Lewinsohn & Libet, 1972).

O COPPES:

The California Older Person's Pleasant Events Schedule (COPPES) é um instrumento clínico na literatura que permite examinar a frequência do envolvimento de idosos em atividades e o nível de prazer experimentado em cada uma delas. Esse instrumento já foi validado para a população americana e apresentou boas propriedades psicométricas (Rider, Gallagher-Thompson & Thompson, 2004).

O COPPES é um instrumento desenvolvido nos EUA, composto por 66 itens e dividido em cinco subescalas: socialização (*socializing*), relaxamento (*relaxing*), contemplação (*contemplating*), eficácia (*being effective*) e ser ativo (*doing*). Cada subescala é composta por oito, doze, nove, nove e oito itens, respectivamente.

Na literatura nacional não foram localizados instrumentos que avaliassem a prática de atividades prazerosas por idosos, sendo somente encontrados estudos internacionais. Vários instrumentos psicométricos foram examinados e o *COPPES* foi o único que focou a questão da satisfação subjetiva dos idosos na prática de atividades. Por esse motivo, ele foi escolhido para ser submetido a uma adaptação transcultural para o contexto brasileiro, onde a primeira e presente etapa consiste na tradução dos itens para a língua portuguesa.

A seguir, será dado exemplo dos dois primeiros itens da versão original do COPPES bem como as opções de resposta:

Please circle ONE number in EACH column for each item	HOW OFTEN in the past month? 0 = Not at all 1 = 1-6 times 2 = 7 or more times Circle ONE number	HOW PLEASANT was it or would it have been? 0 = Not pleasant 1 = Somewhat pleasant 2 = Very pleasant Circle ONE number
1. Looking at clouds	0 1 2	0 1 2
2. Being with friends	0 1 2	0 1 2

A seguir, estão dispostos na coluna da esquerda os 9 itens da versão original do COPPES, referente à subescala ser efetivo (*being effective*). Na coluna do meio, você deverá colocar a tradução de cada item para o português. Na coluna da direita, você poderá colocar comentários e observações sobre a tradução, caso seja necessário.

Após os itens da subescala, encontram-se as instruções de aplicação do instrumento, que também deverão ser traduzidas.

Itens da versão original	Tradução	Comentários/observações
16 - Being praised by people I admire		
21 - Doing a project my own way		
26 - Being told I am needed		
31 - Completing a difficult task		
36 - Having an original idea		
40 - Being asked for help or advice		
45 - Giving advice to others based on past experience		
51 - Being needed		
59 - Having a daily plan		

Instruções de aplicação da versão original do instrumento
<p>This is a list of 66 events that people tend to find pleasant. For each event, make 2 ratings:</p> <p><i>How often</i> did this event happen to you in the past month?</p> <p>0 = Not at all 1 = 1-6 times 2 = 7 or more times</p> <p><i>How pleasant, enjoyable, or rewarding</i> was this event? If the event did <i>not</i> occur, then please rate how pleasant you think it <i>would have been</i> if it <i>had</i> occurred.</p> <p>0 = Was not or would not have been pleasant 1 = Was or would have been somewhat pleasant 2 = Was or would have been very pleasant</p>
Tradução
Comentários/Observações

Formulário para tradução do COPPES – bloco 4

Identificação:

Profissão:

Especialidade:

Informações Gerais

Você está participando do projeto de pesquisa: “O envolvimento de idosos em atividades prazerosas: passos iniciais na validação transcultural de um instrumento”. O objetivo principal deste estudo é submeter um instrumento psicométrico, previamente selecionado com base numa revisão da literatura nacional e internacional, a uma série de análises que fazem parte de uma validação transcultural. Esse instrumento avalia o envolvimento de idosos em atividades prazerosas. O primeiro passo da validação transcultural de um instrumento psicométrico é verificar a equivalência semântica, que consiste inicialmente na tradução dos itens da versão original do instrumento para o idioma da cultura-alvo, no caso, o português. Você deverá ler atentamente as informações gerais sobre o instrumento selecionado e a teoria que o fundamentou, que seguem abaixo. Após ler essas informações, você deverá traduzir para o português os itens da versão original do instrumento. Você deverá também traduzir as instruções de aplicação do instrumento, indicadas na sequência. Haverá um espaço sinalizado para que você possa registrar comentários e observações sobre as traduções realizadas.

Breve introdução sobre atividades prazerosas na terceira idade

A associação entre atividade e bem-estar na velhice tem sido alvo de muitas pesquisas e formulações teóricas na literatura gerontológica. Manter-se ativo é uma maneira do idoso obter bem-estar físico e psicológico, podendo prover significado e satisfação à existência, quer pelo compromisso e responsabilidade social implícitos nessas atividades, quer pela oportunidade de manter o convívio social. Além de outros objetivos, a prática de atividades deve também trazer satisfação, uma vez que sem satisfação subjetiva, o significado é incompleto (Deps, 1993). Incentivar a prática de atividades prazerosas pode ser ainda utilizado como forma de intervir junto a idosos que apresentam sintomas depressivos.

As teorias cognitivo-comportamentais postulam que indivíduos depressivos são incapazes de gerar respostas em seu ambiente para gerar reforços positivos (Meeks, Young & Looney, 2007). No caso, reforçadores positivos são definidos como eventos que geram satisfação subjetiva (Lewinsohn, 1975). Existe uma associação significativa entre o grau de envolvimento em atividades prazerosas e o estado de humor, consistente com a teoria cognitivo-comportamental sobre depressão que assume existir associação entre grau de reforçamento positivo e intensidade da depressão. O engajamento em eventos ou atividades consideradas prazerosas pelo indivíduo resulta em conseqüências positivas para seu bem-estar (Lewinsohn & Libet, 1972).

O COPPES:

The California Older Person's Pleasant Events Schedule (COPPES) é um instrumento clínico na literatura que permite examinar a frequência do envolvimento de idosos em atividades e o nível de prazer experimentado em cada uma delas. Esse instrumento já foi validado para a população americana e apresentou boas propriedades psicométricas (Rider, Gallagher-Thompson & Thompson, 2004).

O COPPES é um instrumento desenvolvido nos EUA, composto por 66 itens e dividido em cinco subescalas: socialização (*socializing*), relaxamento (*relaxing*), contemplação (*contemplating*), eficácia (*being effective*) e ser ativo (*doing*). Cada subescala é composta por oito, doze, nove, nove e oito itens, respectivamente.

Na literatura nacional não foram localizados instrumentos que avaliassem a prática de atividades prazerosas por idosos, sendo somente encontrados estudos internacionais. Vários instrumentos psicométricos foram examinados e o *COPPES* foi o único que focou a questão da satisfação subjetiva dos idosos na prática de atividades. Por esse motivo, ele foi escolhido para ser submetido a uma adaptação transcultural para o contexto brasileiro, onde a primeira e presente etapa consiste na tradução dos itens para a língua portuguesa.

A seguir, será dado exemplo dos dois primeiros itens da versão original do COPPES bem como as opções de resposta:

Please circle ONE number in EACH column for each item	HOW OFTEN in the past month? 0 = Not at all 1 = 1-6 times 2 = 7 or more times Circle ONE number	HOW PLEASANT was it or would it have been? 0 = Not pleasant 1 = Somewhat pleasant 2 = Very pleasant Circle ONE number
1. Looking at clouds	0 1 2	0 1 2
2. Being with friends	0 1 2	0 1 2

A seguir, estão dispostos na coluna da esquerda os 8 itens da versão original do COPPES, referente à subescala fazer (*doing*). Na coluna do meio, você deverá colocar a tradução de cada item para o português. Na coluna da direita, você poderá colocar comentários e observações sobre a tradução, caso seja necessário.

Após os itens da subescala, encontram-se as instruções de aplicação do instrumento, que também deverão ser traduzidas.

Itens da versão original	Tradução	Comentários/observações
13 - Doing volunteer work		
20 - Collecting recipes		
27 - Working on a community project		
33 - Baking because I feel creative		
41 - Bargain hunting		
47 - Arranging flowers		
55 - Creative crafts		
62 - Shopping for a new outfit		

Instruções de aplicação da versão original do instrumento
<p>This is a list of 66 events that people tend to find pleasant. For each event, make 2 ratings:</p> <p><i>How often</i> did this event happen to you in the past month?</p> <p>0 = Not at all 1 = 1-6 times 2 = 7 or more times</p> <p><i>How pleasant, enjoyable, or rewarding</i> was this event? If the event did <i>not</i> occur, then please rate how pleasant you think it <i>would have been</i> if it <i>had</i> occurred.</p> <p>0 = Was not or would not have been pleasant 1 = Was or would have been somewhat pleasant 2 = Was or would have been very pleasant</p>
Tradução
Comentários/Observações

Formulário para tradução do COPPES – bloco 5

Identificação:

Profissão:

Especialidade:

Informações Gerais

Você está participando do projeto de pesquisa: “O envolvimento de idosos em atividades prazerosas: passos iniciais na validação transcultural de um instrumento”. O objetivo principal deste estudo é submeter um instrumento psicométrico, previamente selecionado com base numa revisão da literatura nacional e internacional, a uma série de análises que fazem parte de uma validação transcultural. Esse instrumento avalia o envolvimento de idosos em atividades prazerosas. O primeiro passo da validação transcultural de um instrumento psicométrico é verificar a equivalência semântica, que consiste inicialmente na tradução dos itens da versão original do instrumento para o idioma da cultura-alvo, no caso, o português. Você deverá ler atentamente as informações gerais sobre o instrumento selecionado e a teoria que o fundamentou, que seguem abaixo. Após ler essas informações, você deverá traduzir para o português os itens da versão original do instrumento. Você deverá também traduzir as instruções de aplicação do instrumento, indicadas na sequência. Haverá um espaço sinalizado para que você possa registrar comentários e observações sobre as traduções realizadas.

Breve introdução sobre atividades prazerosas na terceira idade

A associação entre atividade e bem-estar na velhice tem sido alvo de muitas pesquisas e formulações teóricas na literatura gerontológica. Manter-se ativo é uma maneira do idoso obter bem-estar físico e psicológico, podendo prover significado e satisfação à existência, quer pelo compromisso e responsabilidade social implícitos nessas atividades, quer pela oportunidade de manter o convívio social. Além de outros objetivos, a prática de atividades deve também trazer satisfação, uma vez que sem satisfação subjetiva, o significado é incompleto (Deps, 1993). Incentivar a prática de atividades prazerosas pode ser ainda utilizado como forma de intervir junto a idosos que apresentam sintomas depressivos.

As teorias cognitivo-comportamentais postulam que indivíduos depressivos são incapazes de gerar respostas em seu ambiente para gerar reforços positivos (Meeks, Young & Looney, 2007). No caso, reforçadores positivos são definidos como eventos que geram satisfação subjetiva (Lewinsohn, 1975). Existe uma associação significativa entre o grau de envolvimento em atividades prazerosas e o estado de humor, consistente com a teoria cognitivo-comportamental sobre depressão que assume existir associação entre grau de reforçamento positivo e intensidade da depressão. O engajamento em eventos ou atividades consideradas prazerosas pelo indivíduo resulta em conseqüências positivas para seu bem-estar (Lewinsohn & Libet, 1972).

O COPPES:

The California Older Person's Pleasant Events Schedule (COPPES) é um instrumento clínico na literatura que permite examinar a frequência do envolvimento de idosos em atividades e o nível de prazer experimentado em cada uma delas. Esse instrumento já foi validado para a população americana e apresentou boas propriedades psicométricas (Rider, Gallagher-Thompson & Thompson, 2004).

O COPPES é um instrumento desenvolvido nos EUA, composto por 66 itens e dividido em cinco subescalas: socialização (*socializing*), relaxamento (*relaxing*), contemplação (*contemplating*), eficácia (*being effective*) e ser ativo (*doing*). Cada subescala é composta por oito, doze, nove, nove e oito itens, respectivamente.

Na literatura nacional não foram localizados instrumentos que avaliassem a prática de atividades prazerosas por idosos, sendo somente encontrados estudos internacionais. Vários instrumentos psicométricos foram examinados e o *COPPES* foi o único que focou a questão da satisfação subjetiva dos idosos na prática de atividades. Por esse motivo, ele foi escolhido para ser submetido a uma adaptação transcultural para o contexto brasileiro, onde a primeira e presente etapa consiste na tradução dos itens para a língua portuguesa.

A seguir, será dado exemplo dos dois primeiros itens da versão original do COPPES bem como as opções de resposta:

Please circle ONE number in EACH column for each item	HOW OFTEN in the past month? 0 = Not at all 1 = 1-6 times 2 = 7 or more times Circle ONE number	HOW PLEASANT was it or would it have been? 0 = Not pleasant 1 = Somewhat pleasant 2 = Very pleasant Circle ONE number
1. Looking at clouds	0 1 2	0 1 2
2. Being with friends	0 1 2	0 1 2

A seguir, estão dispostos na coluna da esquerda os 8 itens da versão original do COPPES, referente à subescala socialização (*socializing*). Na coluna do meio, você deverá colocar a tradução de cada item para o português. Na coluna da direita, você poderá colocar comentários e observações sobre a tradução, caso seja necessário.

Após os itens da subescala, encontram-se as instruções de aplicação do instrumento, que também deverão ser traduzidas.

Itens da versão original	Tradução	Comentários/observações
15- kissing, touching, showing affection		
19 - Seeing good things happen to family or friend		
28 - Complementing or praising someone		
35 - Being with someone I love		
39 - Making a new friend		
44 - Expressing my love to someone		
52 - Meeting someone new of the same sex		
65 - Smiling at people		

Instruções de aplicação da versão original do instrumento
<p>This is a list of 66 events that people tend to find pleasant. For each event, make 2 ratings:</p> <p><i>How often</i> did this event happen to you in the past month?</p> <p>0 = Not at all 1 = 1-6 times 2 = 7 or more times</p> <p><i>How pleasant, enjoyable, or rewarding</i> was this event? If the event did <i>not</i> occur, then please rate how pleasant you think it <i>would have been</i> if it <i>had</i> occurred.</p> <p>0 = Was not or would not have been pleasant 1 = Was or would have been somewhat pleasant 2 = Was or would have been very pleasant</p>
Tradução
Comentários/Observações

Formulário para tradução do COPPES – bloco 6

Identificação:

Profissão:

Especialidade:

Informações Gerais

Você está participando do projeto de pesquisa: “O envolvimento de idosos em atividades prazerosas: passos iniciais na validação transcultural de um instrumento”. O objetivo principal deste estudo é submeter um instrumento psicométrico, previamente selecionado com base numa revisão da literatura nacional e internacional, a uma série de análises que fazem parte de uma validação transcultural. Esse instrumento avalia o envolvimento de idosos em atividades prazerosas. O primeiro passo da validação transcultural de um instrumento psicométrico é verificar a equivalência semântica, que consiste inicialmente na tradução dos itens da versão original do instrumento para o idioma da cultura-alvo, no caso, o português. Você deverá ler atentamente as informações gerais sobre o instrumento selecionado e a teoria que o fundamentou, que seguem abaixo. Após ler essas informações, você deverá traduzir para o português os itens da versão original do instrumento. Você deverá também traduzir as instruções de aplicação do instrumento, indicadas na sequência. Haverá um espaço sinalizado para que você possa registrar comentários e observações sobre as traduções realizadas.

Breve introdução sobre atividades prazerosas na terceira idade

A associação entre atividade e bem-estar na velhice tem sido alvo de muitas pesquisas e formulações teóricas na literatura gerontológica. Manter-se ativo é uma maneira do idoso obter bem-estar físico e psicológico, podendo prover significado e satisfação à existência, quer pelo compromisso e responsabilidade social implícitos nessas atividades, quer pela oportunidade de manter o convívio social. Além de outros objetivos, a prática de atividades deve também trazer satisfação, uma vez que sem satisfação subjetiva, o significado é incompleto (Deps, 1993). Incentivar a prática de atividades prazerosas pode ser ainda utilizado como forma de intervir junto a idosos que apresentam sintomas depressivos.

As teorias cognitivo-comportamentais postulam que indivíduos depressivos são incapazes de gerar respostas em seu ambiente para gerar reforços positivos (Meeks, Young & Looney, 2007). No caso, reforçadores positivos são definidos como eventos que geram satisfação subjetiva (Lewinsohn, 1975). Existe uma associação significativa entre o grau de envolvimento em atividades prazerosas e o estado de humor, consistente com a teoria cognitivo-comportamental sobre depressão que assume existir associação entre grau de reforçamento positivo e intensidade da depressão. O engajamento em eventos ou atividades consideradas prazerosas pelo indivíduo resulta em conseqüências positivas para seu bem-estar (Lewinsohn & Libet, 1972).

O COPPES:

The California Older Person's Pleasant Events Schedule (COPPES) é um instrumento clínico na literatura que permite examinar a frequência do envolvimento de idosos em atividades e o nível de prazer experimentado em cada uma delas. Esse instrumento já foi validado para a população americana e apresentou boas propriedades psicométricas (Rider, Gallagher-Thompson & Thompson, 2004).

O COPPES é um instrumento desenvolvido nos EUA, composto por 66 itens e dividido em cinco subescalas: socialização (*socializing*), relaxamento (*relaxing*), contemplação (*contemplating*), eficácia (*being effective*) e ser ativo (*doing*).

Na literatura nacional não foram localizados instrumentos que avaliassem a prática de atividades prazerosas por idosos, sendo somente encontrados estudos internacionais. Vários instrumentos psicométricos foram examinados e o *COPPES* foi o único que focou a questão da satisfação subjetiva dos idosos na prática de atividades. Por esse motivo, ele foi escolhido para ser submetido a uma adaptação transcultural para o contexto brasileiro, onde a primeira e presente etapa consiste na tradução dos itens para a língua portuguesa.

A seguir, será dado exemplo dos dois primeiros itens da versão original do COPPES bem como as opções de resposta:

Please circle ONE number in EACH column for each item	HOW OFTEN in the past month? 0 = Not at all 1 = 1-6 times 2 = 7 or more times Circle ONE number			HOW PLEASANT was it or would it have been? 0 = Not pleasant 1 = Somewhat pleasant 2 = Very pleasant Circle ONE number		
1. Looking at clouds	0	1	2	0	1	2
2. Being with friends	0	1	2	0	1	2

A seguir, estão dispostos na coluna da esquerda 20 itens da versão original do COPPES. Na coluna do meio, você deverá colocar a tradução de cada item para o português. Na coluna da direita, você poderá colocar comentários e observações sobre a tradução, caso seja necessário.

Itens da versão original	Tradução	Comentários/observações
1. Looking at clouds		
2. Being with friends		
3. Having people show an interest in what I say		
5. Shopping		
7. Having a frank and open Conversation		
8. Doing a job well		
10. Having coffee, tea, etc., with friends		
12. Being complemented or told I have done something well		
14. Planning trips or vacations		
22. Seeing or smelling a flower or plant		
60. Being with happy people		
64. Planning or organizing Something		
57. Being loved		

23. Saying something clearly		
24. Thinking about something good in the future		
32. Amusing people		
42. Reading magazines		
46. Solving a problem, puzzle, Crossword		
48. Helping someone		
54. Having a clean house		

ANEXO G

Dear Dr. Gallagher Thompson, Dr. Thompson and Dr. Rider:

You should remember me, I wrote to you asking permission to validate COOPES in Brazil.

I am writing because I am about to finish the back translation phase of COPPES` s transcultural validation process. I and my advisor, whose mother tongue is English, had some doubts about a few items of the COPPES. We would like to ask your help to understand the denotative meaning of the following items of the COPPES:

15- Kissing, touching, showing affection

Does the word “touching” express the idea of fondle or hugging someone?

20- Collecting recipes

The verb “collecting” refers to the action of gathering recipes (have a collection of recipes) or to the action of searching and pick up recipes?

34- Reading literature

Does the word “literature” refer **only** to books?

46- Solving a problem, puzzle, crossword

What idea does the word “puzzle” express? In Brazil, we say “jigsaw puzzle” when we refer to a picture divided into pieces that have to be fitted. But we suspect the word “puzzle”, in this item, express more than only this meaning. Is that all right?

47- Arranging flowers

What kind of actions does this item include? Can we consider that “arranging flowers” is the same of putting flowers together in a vase? Taking care of the flowers in the garden/yard? Organizing some flowers in a bouquet?

53- Exploring new areas

The doubt here is the meaning that the words “exploring” and “areas” express. The verb “exploring” is the same of “discovering” or “knowing”? What kind of places does “areas” refers to?

62- Shopping for a new outfit

What does the expression “new outfit” refers to? Can we consider that “new outfit” is the same of “new clothes”?

66- Being near sand, grass, a stream

What do the words “grass” and “stream” refer to? What is the specific meaning of them?

These are our doubts. With your contributions at this point, we will be able to guarantee a better quality of the COPPES` validation process in Brazil.

I am looking forward to your reply. Thank you very much.

Yours sincerely,

Heloísa Gonçalves Ferreira

Master’s student in Psychology at UFSCar

E-mail: helogf@gmail.com

ANEXO H

Avaliação da Equivalência Conceitual e de Itens - Versão brasileira do COPPES

Nome:
 Profissão:
 Especialidade:

Procedimentos:

Para avaliar a equivalência conceitual e de itens da versão brasileira do COPPES, a pesquisadora fará uma breve introdução sobre os conceitos e definições teóricas que embasaram a construção da escala original. Após tais explicações, os procedimentos abaixo devem ser seguidos:

1. Preencha sua identificação;
2. Leia atentamente cada um dos itens da escala;
3. Assinale () de acordo ou () não está de acordo, verificando se a construção de cada item da versão brasileira está medindo a dimensão proposta pela escala original: prática de atividades prazerosas por idosos.
4. Ao assinalar () não está de acordo, o avaliador deverá justificar sua opção;
5. Após todos preencherem o formulário de avaliação, haverá um tempo para cada participante justificar oralmente os itens que assinalaram não estar de acordo.

Itens da versão brasileira	Avaliação	Justificativa (apenas se assinalar “não está de acordo”)
1. Olhar para nuvens	() De acordo () Não está de acordo	
2. Estar com amigos	() De acordo () Não está de acordo	
3. Pessoas demonstrarem interesse no que eu digo	() De acordo () Não está de acordo	
4. Pensar em recordações agradáveis	() De acordo () Não está de acordo	
5. Fazer compras	() De acordo () Não está de acordo	
6. Apreciar paisagens bonitas	() De acordo () Não está de acordo	

7. Ter uma conversa sincera e aberta	() De acordo () Não está de acordo	
8. Fazer bem um trabalho	() De acordo () Não está de acordo	
9. Ouvir sons da natureza	() De acordo () Não está de acordo	
10. Tomar café, chá, etc., com amigos	() De acordo () Não está de acordo	
11. Pensar sobre mim mesmo	() De acordo () Não está de acordo	
12. Alguém me elogiar ou dizer que fiz bem alguma coisa	() De acordo () Não está de acordo	
13. Fazer trabalho voluntário	() De acordo () Não está de acordo	
14. Planejar viagens ou férias	() De acordo () Não está de acordo	
15. Beijar, abraçar, demonstrar afeto	() De acordo () Não está de acordo	
16. Ser elogiado por pessoas que admiro	() De acordo () Não está de acordo	
17. Meditar	() De acordo () Não está de acordo	
18. Ouvir música	() De acordo () Não está de acordo	

19. Ver coisas boas acontecerem com familiares ou amigos	() De acordo () Não está de acordo	
20. Colecionar receitas	() De acordo () Não está de acordo	
21. Fazer um projeto à minha maneira	() De acordo () Não está de acordo	
22. Olhar ou cheirar uma flor ou uma planta	() De acordo () Não está de acordo	
23. Dizer alguma coisa de forma clara	() De acordo () Não está de acordo	
24. Pensar em algo bom para o futuro	() De acordo () Não está de acordo	
25. Olhar as estrelas ou a lua	() De acordo () Não está de acordo	
26. Ouvir alguém dizer que sou necessário	() De acordo () Não está de acordo	
27. Trabalhar em um projeto comunitário	() De acordo () Não está de acordo	
28. Elogiar ou parabenizar alguém	() De acordo () Não está de acordo	
29. Assistir ao pôr-do-sol	() De acordo () Não está de acordo	
30. Pensar em pessoas que eu gosto	() De acordo () Não está de acordo	
31. Realizar uma tarefa difícil	() De acordo () Não está de acordo	

32. Divertir pessoas	() De acordo () Não está de acordo	
33. Cozinhar para usar minha criatividade	() De acordo () Não está de acordo	
34. Fazer leituras	() De acordo () Não está de acordo	
35. Estar com alguém que amo	() De acordo () Não está de acordo	
36. Ter uma idéia original	() De acordo () Não está de acordo	
37. Ter paz e tranqüilidade	() De acordo () Não está de acordo	
38. Ouvir pássaros cantando	() De acordo () Não está de acordo	
39. Fazer um novo amigo	() De acordo () Não está de acordo	
40. Ser requisitado a ajudar ou a oferecer um conselho	() De acordo () Não está de acordo	
41. Procurar produtos em promoção	() De acordo () Não está de acordo	
42. Ler revistas	() De acordo () Não está de acordo	
43. Sentir uma presença divina	() De acordo () Não está de acordo	
44. Expressar o meu amor a alguém	() De acordo () Não está de acordo	

45. Aconselhar outras pessoas com base em experiências passadas	() De acordo () Não está de acordo	
46. Resolver um problema, palavras-cruzadas, jogos de raciocínio	() De acordo () Não está de acordo	
47. Fazer arranjos de flores para enfeitar ambientes	() De acordo () Não está de acordo	
48. Ajudar alguém	() De acordo () Não está de acordo	
49. Sair da cidade (ir para o campo, para a praia, etc)	() De acordo () Não está de acordo	
50. Ter tempo livre	() De acordo () Não está de acordo	
51. Me sentir útil	() De acordo () Não está de acordo	
52. Conhecer novas pessoas do mesmo sexo	() De acordo () Não está de acordo	
53. Conhecer novos lugares	() De acordo () Não está de acordo	
53. Aprender sobre novos assuntos	() De acordo () Não está de acordo	
54. Manter a casa limpa	() De acordo () Não está de acordo	
55. Fazer artesanato	() De acordo () Não está de acordo	
56. Ir à igreja	() De acordo () Não está de acordo	

57. Ser amado	() De acordo () Não está de acordo	
58. Visitar um museu	() De acordo () Não está de acordo	
59. Ter um dia planejado	() De acordo () Não está de acordo	
60. Estar com pessoas felizes	() De acordo () Não está de acordo	
61. Ouvir música clássica	() De acordo () Não está de acordo	
62. Comprar roupa nova	() De acordo () Não está de acordo	
63. Fazer um balanço da minha vida	() De acordo () Não está de acordo	
64. Planejar ou organizar alguma coisa	() De acordo () Não está de acordo	
65. Sorrir para as pessoas	() De acordo () Não está de acordo	
66. Estar perto da natureza (terra, plantas, água)	() De acordo () Não está de acordo	

Avaliação da Equivalência Cultural - Versão brasileira do COPPES

Procedimentos:

Para avaliar a equivalência cultural da versão brasileira do COPPES, você deverá verificar se os itens da versão brasileira da escala são compreensíveis e adequados ao contexto cultural brasileiro. Para tal, proceda de seguinte maneira:

1. Leia atentamente cada um dos itens da escala;
2. Assinale () adequado ou () não adequado, verificando se o item é adequado, ou não, ao contexto cultural brasileiro;
3. Ao assinalar () não adequado, o avaliador deverá justificar sua opção.
4. Após todos preencherem o formulário de avaliação, haverá um tempo para cada participante justificar oralmente os itens que assinalaram não estar adequado.

Itens da versão brasileira	Avaliação	Justificativa (apenas se assinalar “não adequado”)
1. Olhar para nuvens	() Adequado () Não adequado	
2. Estar com amigos	() Adequado () Não adequado	
3. Pessoas demonstrarem interesse no que eu digo	() Adequado () Não adequado	
4. Pensar em recordações agradáveis	() Adequado () Não adequado	
5. Fazer compras	() Adequado () Não adequado	
6. Apreciar paisagens bonitas	() Adequado () Não adequado	
7. Ter uma conversa sincera e aberta	() Adequado () Não adequado	
8. Fazer bem um trabalho	() Adequado () Não adequado	

9. Ouvir sons da natureza	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
10. Tomar café, chá, etc., com amigos	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
11. Pensar sobre mim mesmo	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
12. Alguém me elogiar ou dizer que fiz bem alguma coisa	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
13. Fazer trabalho voluntário	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
14. Planejar viagens ou férias	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
15. Beijar, abraçar, demonstrar afeto	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
16. Ser elogiado por pessoas que admiro	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
17. Meditar	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
18. Ouvir música	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
19. Ver coisas boas acontecerem com familiares ou amigos	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
20. Colecionar receitas	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	

21. Fazer um projeto à minha maneira	() Adequado () Não adequado	
22. Olhar ou cheirar uma flor ou uma planta	() Adequado () Não adequado	
23. Dizer alguma coisa de forma clara	() Adequado () Não adequado	
24. Pensar em algo bom para o futuro	() Adequado () Não adequado	
25. Olhar as estrelas ou a lua	() Adequado () Não adequado	
26. Ouvir alguém dizer que sou necessário	() Adequado () Não adequado	
27. Trabalhar em um projeto comunitário	() Adequado () Não adequado	
28. Elogiar ou parabenizar alguém	() Adequado () Não adequado	
29. Assistir ao pôr-do-sol	() Adequado () Não adequado	
30. Pensar em pessoas que eu gosto	() Adequado () Não adequado	
31. Realizar uma tarefa difícil	() Adequado () Não adequado	
32. Divertir pessoas	() Adequado () Não adequado	
33. Cozinhar para usar minha criatividade	() Adequado () Não adequado	
34. Fazer leituras	() Adequado () Não adequado	

35. Estar com alguém que amo	() Adequado () Não adequado	
36. Ter uma idéia original	() Adequado () Não adequado	
37. Ter paz e tranqüilidade	() Adequado () Não adequado	
38. Ouvir pássaros cantando	() Adequado () Não adequado	
39. Fazer um novo amigo	() Adequado () Não adequado	
40. Ser requisitado a ajudar ou a oferecer um conselho	() Adequado () Não adequado	
41. Procurar produtos em promoção	() Adequado () Não adequado	
42. Ler revistas	() Adequado () Não adequado	
43. Sentir uma presença divina	() Adequado () Não adequado	
44. Expressar o meu amor a alguém	() Adequado () Não adequado	
45. Aconselhar outras pessoas com base em experiências passadas	() Adequado () Não adequado	
46. Resolver um problema, palavras-cruzadas, jogos de raciocínio	() Adequado () Não adequado	
47. Fazer arranjos de flores para enfeitar ambientes	() Adequado () Não adequado	

48. Ajudar alguém	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
49. Sair da cidade (ir para o campo, para a praia, etc)	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
50. Ter tempo livre	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
51. Me sentir útil	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
52. Conhecer novas pessoas do mesmo sexo	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
53. Conhecer novos lugares	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
53. Aprender sobre novos assuntos	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
54. Manter a casa limpa	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
55. Fazer artesanato	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
56. Ir à igreja	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
57. Ser amado	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
58. Visitar um museu	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
59. Ter um dia planejado	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	

60. Estar com pessoas felizes	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
61. Ouvir música clássica	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
62. Comprar roupa nova	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
63. Fazer um balanço da minha vida	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
64. Planejar ou organizar alguma coisa	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
65. Sorrir para as pessoas	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	
66. Estar perto da natureza (terra, plantas, água)	<input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Não adequado	

ANEXO I

Avaliação da Equivalência Idiomática - Versão brasileira do COPPES
Procedimento:

Para avaliar a equivalência idiomática da versão brasileira do COPPES, você deverá verificar se as expressões idiomáticas utilizadas na versão em português são correspondentes às expressões idiomáticas utilizadas no idioma original (inglês), de modo que o significado denotativo da expressão original seja preservado. Para tal, proceda da seguinte maneira:

1. Leia atentamente cada um dos itens da escala;
2. Assinale () corresponde ou () não corresponde, verificando se a construção de cada item da versão brasileira é correspondente ao significado denotativo do item da versão original;
3. Ao assinalar () não corresponde, o avaliador deverá justificar sua opção.
4. Após todos preencherem o formulário de avaliação, haverá um tempo para cada participante justificar oralmente os itens que assinalaram não estar correspondente.

Itens da versão original	Itens da versão brasileira	Avaliação	Justificativa (apenas se assinalar “não está de acordo”)
1. Looking at clouds	1. Olhar para o céu	() De acordo () Não está de acordo	
2. Being with friends	2. Estar com amigos	() De acordo () Não está de acordo	
3. Having people show an interest in what I say	3. Pessoas se interessarem pelo que tenho a dizer	() De acordo () Não está de acordo	
4. Thinking about pleasant memories	4. Pensar em momentos agradáveis do meu passado	() De acordo () Não está de acordo	
5. Shopping	5. Fazer compras	() De acordo () Não está de acordo	
6. Seeing beautiful scenery	6. Apreciar paisagens bonitas	() De acordo () Não está de acordo	
7. Having a frank and open conversation	7. Confidenciar abertamente com pessoas de confiança/conversar de forma sincera	() De acordo () Não está de acordo	

8. Doing a job well	8. Fazer bem uma atividade	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
9. Listening to sounds of nature	9. Ouvir sons da natureza	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
10. Having coffee, tea, etc., with Friends	10. Tomar café, chá, etc., com amigos	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
11. Thinking about myself	11. Pensar em mim	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
12. Being complemented or told I have done something well	12. Alguém me elogiar ou dizer que fiz bem alguma coisa	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
13. Doing volunteer work	13. Fazer trabalho voluntário	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
14. Planning trips or vacations	14. Planejar férias ou viagens	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
15. Kissing, touching, showing Affection	15. Abraçar, beijar demonstrar afeto	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
16. Being praised by people I admire	16. Ser elogiado por pessoas que admiro	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
17. Meditating	17. Rezar, orar ou meditar	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
18. listening to music	18. Ouvir música	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
19. Seeing good things happen to family or friends	19. Ver coisas boas acontecerem com familiares ou amigos	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	

20. collecting recipes	20. Fazer coleções de coisas que me interessam (receitas, objetos, etc)	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
21. Doing a project my own way	21. Fazer algo do meu jeito	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
22. Seeing or smelling a flower or Plant	22. Olhar ou cheirar uma flor ou uma planta	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
23. Saying something clearly	23. Ser capaz de me comunicar bem	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
24. Thinking about something good in the future	24. Pensar em algo bom que vai acontecer no futuro	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
25. Looking at the stars or moon	25. Olhar as estrelas ou a lua	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
26. Being told I am needed	26. Ouvir alguém dizer que sou importante	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
27. Working on a community project	27. Trabalhar em um projeto comunitário	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
28. Complimenting or praising Someone	28. Elogiar ou parabenizar alguém	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
29. Watching a sunset	29. Assistir ao pôr-do-sol	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
30. Thinking about people I like	30. Pensar em pessoas das quais eu gosto	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
31. Completing a difficult task	31. Ser bem-sucedido após realizar uma tarefa difícil	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	

32. Amusing people	32. Divertir pessoas	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
33. Baking because I feel creative	33. Cozinhar para usar minha criatividade	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
34. Reading literature	34. Fazer leituras	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
35. Being with someone I love	35. Estar com alguém que amo	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
36. Having an original idea	36. Ter uma idéia original	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
37. Having peace and quiet	37. Ter momentos de sossego	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
38. Listening to the birds sing	38. Ouvir pássaros cantando	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
39. Making a new friend	39. Fazer um novo amigo	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
40. Being asked for help or advice	40. Ser requisitado a ajudar ou a oferecer um conselho	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
41. Bargain hunting	41. Procurar produtos em promoção	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
42. Reading magazines	42. Ler revistas	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
43. Feeling a divine presence	43. Sentir uma presença divina	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	

44. Expressing my love to someone	44. Demonstrar o meu afeto a alguém	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
45. Giving advice to others based on past experience	45. Aconselhar outras pessoas com base em experiências passadas	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
46. Solving a problem, puzzle, Crossword	46. Resolver um problema, palavras-cruzadas, jogos de raciocínio	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
47. Arranging flowers	47. Fazer arranjos de flores para enfeitar ambientes	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
48. Helping someone	48. Ajudar alguém	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
49. Getting out of the city (to the mountains, seashore, desert)	49. Sair da cidade (ir para chácara, sítio, fazenda, praia, etc)	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
50. Having spare time	50. Ter um tempo livre	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
51. Being needed	51. Sentir que sou útil	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
52. Meeting someone new of the same sex	52. Conhecer novas pessoas do mesmo sexo	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
53. Exploring new areas	53. Conhecer novos lugares	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
53. Exploring new areas	53. Aprender sobre novos assuntos	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
54. Having a clean house	54. Manter a casa limpa	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	

55. Doing creative crafts	55. Fazer artesanato	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
56. Going to church	56. Ir à igreja	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
57. Being loved	57. Sentir-se amado	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
58. Visiting a museum	58. Visitar um museu, uma biblioteca, ou realizar outra atividade cultural	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
59. Having a daily plan	59. Planejar minha rotina diária	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
60. Being with happy people	60. Estar com pessoas felizes	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
61. Listening to classical music	61. Ouvir músicas antigas	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
62. Shopping for a new outfit	62. Comprar roupa nova	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
63. Taking inventory of my life	63. Fazer um balanço da minha vida	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
64. Planning or organizing Something	64. Planejar ou organizar alguma coisa	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
65. Smiling at people	65. Sorrir para as pessoas	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	
66. Being near sand, grass, a Stream	66- Estar perto da natureza (terra, plantas, água)	<input type="checkbox"/> De acordo <input type="checkbox"/> Não está de acordo	

Instruções de aplicação da Versão Original - COPPES

This is a list of 66 events that people tend to find pleasant. For each event, make 2 ratings:

How often did this event happen to you in the past month?

0 = Not at all

1 = 1-6 times

2 = 7 or more times

How pleasant, enjoyable, or rewarding was this event? If the event did *not* occur, then please rate how pleasant you think it *would have been* if it *had* occurred.

0 = Was not or would not have been pleasant

1 = Was or would have been somewhat pleasant

2 = Was or would have been very pleasant

Instruções de aplicação da Versão em Português – V3

Esta é uma lista de 66 eventos que as pessoas tendem a achar agradáveis. Para cada item responda a duas perguntas, de acordo com as seguintes escalas:

Com que frequência este evento ocorreu com você no último mês?

0= nenhuma vez

1= 1-6 vezes

2= 7 ou mais vezes

O quanto esse evento foi *prazeroso, agradável ou gratificante*? Se o evento não ocorreu, por favor classifique o quão agradável você acha que ele teria sido se tivesse ocorrido.

0= não foi ou não teria sido agradável

1= foi ou teria sido razoavelmente agradável

2= foi ou teria sido bastante agradável

Modificações/ comentários/ observações

--

- 3) Você teve alguma outra dificuldade para responder ao instrumento?
() sim () não

Se sim, qual (is)?

- 4) Com relação à forma de aplicação do instrumento (em formato de entrevista), esta foi:

- () insatisfatória
() pouco satisfatória
() satisfatória
() bastante satisfatória

Justifique: _____

- 5) Na sua opinião, quais outras atividades idosos brasileiros tendem a achar prazerosas, que não constam neste instrumento?

- 6) Sugestões e comentários:



Prefeitura Municipal de São Carlos
Secretaria Municipal de Saúde
Departamento de Atenção Básica
Rua 9 de Julho N.º 1.599 - Centro
Fone: (16) 3371-1716 e-mail: dab.saude@saocarlos.sp.gov.br

PARECER Nº. 037/08

Trata-se de solicitação de autorização para o desenvolvimento de pesquisa intitulada “*Aspectos positivos da relação idoso-cuidador: passos iniciais na validação transcultural de um instrumento*”, de responsabilidade da estudante Heloísa Gonçalves Ferreira sob orientação da Profª. Drª. Elizabeth J. Barham da UFSCar. O campo de pesquisa e de coleta de dados será seis (06) Unidades Saúde da Família do Departamento de Atenção Básica do Município de São Carlos/SP.


Com relação à solicitação tenho a considerar que este Departamento nada tem a opor e faz as seguintes considerações:

- Considerando as regras existentes de guarda de prontuários nos serviços de saúde, os Agentes Comunitários de Saúde não poderão fornecer nenhum dado, nem de endereço ao pesquisador. Quem deverá fazer o contato é o Agente Comunitário de Saúde e uma vez autorizado pelo usuário passará o contato ao pesquisador que deverá entrar em contato com os sujeitos da pesquisa para formalizar o convite;
- As entrevistas deverão ser pactuadas com a equipe para que não haja prejuízos ao cotidiano da Unidade;
- Após a conclusão deverão ser enviados os resultados para que possamos socializar aos demais profissionais do Departamento de Atenção Básica.

O pesquisador deverá se apresentar à Equipe da Unidade de Saúde portando cópia deste parecer.

A pesquisa só poderá ser iniciada após autorização do Comitê de Ética em Pesquisa da Instituição de origem.

São Carlos, 15 de Setembro de 2008.


Marilda Siriani de Oliveira
Diretora do Departamento de Atenção Básica

ANEXO M

1ª Versão em Português – *California Older Person's Pleasant Events Schedule*

Esta é uma lista de 66 eventos que as pessoas tendem a achar agradáveis. Para cada item responda a duas perguntas, de acordo com as seguintes escalas:

Com que frequência este evento ocorreu com você no último mês?

0= nenhuma vez

1= 1-6 vezes

2= 7 ou mais vezes

O quanto esse evento foi agradável, divertido ou gratificante? Se o evento não ocorreu, por favor classifique o quão agradável você acha que ele teria sido se tivesse ocorrido.

0= não foi ou não teria sido agradável

1= foi ou teria sido agradável

2= foi ou teria sido bastante agradável

Por favor circule UM número em CADA coluna para cada item	COM QUE FREQUÊNCIA no mês passado? 0= nenhuma vez 1= 1-6 vezes 2= 7 ou mais vezes CIRCULE UM NÚMERO			QUÃO AGRADÁVEL foi ou teria sido? 0= não foi ou não teria sido agradável 1= foi ou teria sido agradável 2= foi ou teria sido bastante agradável CIRCULE UM NÚMERO		
1. Olhar para nuvens	O	1	2	O	1	2
2. Estar com amigos	O	1	2	O	1	2
3. Pessoas demonstrarem interesse no que eu digo	O	1	2	O	1	2
4. Pensar em recordações agradáveis	O	1	2	O	1	2
5. Fazer compras	O	1	2	O	1	2
6. Apreciar paisagens bonitas	O	1	2	O	1	2
7. Ter uma conversa sincera e aberta	O	1	2	O	1	2
8. Fazer bem um trabalho	O	1	2	O	1	2
9. Ouvir sons da natureza	O	1	2	O	1	2

10. Tomar café, chá, etc., com amigos	O	1	2	O	1	2
11. Pensar sobre mim mesmo	O	1	2	O	1	2
12. Alguém me elogiar ou dizer que fiz bem alguma coisa	O	1	2	O	1	2
13. Fazer trabalho voluntário	O	1	2	O	1	2
14. Planejar viagens ou férias	O	1	2	O	1	2
15. Fazer carinho, beijar, abraçar, demonstrar afeto	O	1	2	O	1	2
16. Ser elogiado por pessoas que admiro	O	1	2	O	1	2
17. Meditar	O	1	2	O	1	2
18. Ouvir música	O	1	2	O	1	2
19. Ver coisas boas acontecerem com familiares ou amigos	O	1	2	O	1	2
20. Pegar receitas	O	1	2	O	1	2
21. Fazer um projeto à minha maneira	O	1	2	O	1	2
22. Olhar ou cheirar uma flor ou uma planta	O	1	2	O	1	2
23. Dizer alguma coisa de forma clara	O	1	2	O	1	2
24. Pensar em algo bom para o futuro	O	1	2	O	1	2
25. Olhar as estrelas ou a lua	O	1	2	O	1	2
26. Ouvir alguém dizer que sou necessário	O	1	2	O	1	2
27. Trabalhar em um projeto comunitário	O	1	2	O	1	2
28. Elogiar ou parabenizar alguém	O	1	2	O	1	2
29. Assistir ao pôr-do-sol	O	1	2	O	1	2
30. Pensar em pessoas que eu gosto	O	1	2	O	1	2
31. Realizar uma tarefa difícil	O	1	2	O	1	2
32. Divertir pessoas	O	1	2	O	1	2
33. Cozinhar para usar minha criatividade	O	1	2	O	1	2
34. Ler livros	O	1	2	O	1	2
35. Estar com alguém que amo	O	1	2	O	1	2

36. Ter uma idéia original	O	1	2	O	1	2
37. Ter paz e tranqüilidade	O	1	2	O	1	2
38. Ouvir pássaros cantando	O	1	2	O	1	2
39. Fazer um novo amigo	O	1	2	O	1	2
40. Ser requisitado a ajudar ou a oferecer um conselho	O	1	2	O	1	2
41. Procurar produtos em promoção	O	1	2	O	1	2
42. Ler revistas	O	1	2	O	1	2
43. Sentir uma presença divina	O	1	2	O	1	2
44. Expressar o meu amor a alguém	O	1	2	O	1	2
45. Aconselhar outras pessoas com base em experiências passadas	O	1	2	O	1	2
46. Resolver um problema, palavras-cruzadas ou montar um quebra-cabeças	O	1	2	O	1	2
47. Arrumar um vaso de flores	O	1	2	O	1	2
48. Ajudar alguém	O	1	2	O	1	2
49. Sair da cidade (ir para o campo, para a praia, etc)	O	1	2	O	1	2
50. Ter tempo livre	O	1	2	O	1	2
51. Me sentir útil	O	1	2	O	1	2
52. Conhecer novas pessoas do mesmo sexo	O	1	2	O	1	2
53. Visitar novas localidades	O	1	2	O	1	2
54. Manter a casa limpa	O	1	2	O	1	2
55. Fazer artesanato	O	1	2	O	1	2
56. Ir à igreja	O	1	2	O	1	2
57. Ser amado	O	1	2	O	1	2
58. Visitar um museu	O	1	2	O	1	2
59. Ter um dia planejado	O	1	2	O	1	2
60. Estar com pessoas felizes	O	1	2	O	1	2
61. Ouvir música clássica	O	1	2	O	1	2

62. Comprar roupa nova	O	1	2	O	1	2
63. Fazer um balanço da minha vida	O	1	2	O	1	2
64. Planejar ou organizar alguma coisa	O	1	2	O	1	2
65. Sorrir para as pessoas	O	1	2	O	1	2
66. Estar perto da areia, do mato, de um riacho	O	1	2	O	1	2

ANEXO N

1st version in Portuguese – *California Older Person's Pleasant Events Schedule*

Here is a list of 66 events that people tend to think are pleasant. Please answer the two questions for each item according to the following scales:

How often has this event happened to you over the last month?

0 = it hasn't happened

1 = 1-6 times

2 = 7 or more times

To what extent was this event pleasant, funny or rewarding? If the event did not happen, please state how pleasant you think it would have been if it had happened.

0 = it was not or would not have been pleasant

1 = it was or would have been pleasant

2 = it was or would have been very pleasant

Please circle ONE number in each column for EACH item	HOW OFTEN over the last month? 0 = it hasn't happened 1 = 1-6 times 2 = 7 or more times CIRCLE A NUMBER	How pleasant was it or would have been? 0 = it was not or would not have been pleasant 1 = it was or would have been pleasant 2 = it was or would have been very pleasant CIRCLE A NUMBER
1. Gazing at the clouds	0 1 2	0 1 2
2. Being with friends	0 1 2	0 1 2
3. People showing interest in what I am saying	0 1 2	0 1 2
4. Reminiscing about pleasant memories	0 1 2	0 1 2
5. Shopping	0 1 2	0 1 2
6. Appreciating	0 1 2	0 1 2

beautiful scenery						
7. Having a frank and open conversation	0	1	2	0	1	2
8. Doing some work well	0	1	2	0	1	2
9. Listening to sounds from nature	0	1	2	0	1	2
10. Having a cup of coffee, tea, etc with friends	0	1	2	0	1	2
11. Thinking about myself	0	1	2	0	1	2
12. Someone praising me or saying I did something well	0	1	2	0	1	2
13. Doing voluntary work	0	1	2	0	1	2
14. Planning trips or holidays	0	1	2	0	1	2
15. Caressing, kissing, hugging, showing affection	0	1	2	0	1	2
16. Being praised by people I admire	0	1	2	0	1	2
17. Meditating	0	1	2	0	1	2
18. Listening to music	0	1	2	0	1	2
19. Seeing great things happening to family members or friends	0	1	2	0	1	2
20. Getting recipes	0	1	2	0	1	2
21. Doing a project in my way	0	1	2	0	1	2
22. Looking at or appreciating the smell of a flower or plant	0	1	2	0	1	2
23. Saying something clearly	0	1	2	0	1	2
24. Thinking about something good for the future	0	1	2	0	1	2
25. Gazing at the stars or the moon	0	1	2	0	1	2

26. Hearing someone say I am needed	0	1	2	0	1	2
27. Working on a community project	0	1	2	0	1	2
28. Praising or congratulating someone	0	1	2	0	1	2
29. Watching the sun go down	0	1	2	0	1	2
30. Thinking about people I like	0	1	2	0	1	2
31. Doing a difficult task	0	1	2	0	1	2
32. Making people laugh	0	1	2	0	1	2
33. Cooking to use my creativity	0	1	2	0	1	2
34. Reading books	0	1	2	0	1	2
35. Being with someone I like	0	1	2	0	1	2
36. Having an original idea	0	1	2	0	1	2
37. Being at peace and being calm	0	1	2	0	1	2
38. Listening to birds sing	0	1	2	0	1	2
39. Making a new friend	0	1	2	0	1	2
40. Being asked to help or offer advice	0	1	2	0	1	2
41. Looking for products in the sales	0	1	2	0	1	2
42. Reading magazines	0	1	2	0	1	2
43. Feeling a divine presence	0	1	2	0	1	2
44. Expressing my love to someone	0	1	2	0	1	2
45. Advising other people based on past experience	0	1	2	0	1	2
46. Solving a problem, crossword or doing a	0	1	2	0	1	2

jigsaw puzzle						
47. Arranging flowers in a vase	0	1	2	0	1	2
48. Helping someone	0	1	2	0	1	2
49. Leaving town (going to the countryside, beach, etc)	0	1	2	0	1	2
50. Having free time	0	1	2	0	1	2
51. Feeling useful	0	1	2	0	1	2
52. Meeting new people of the same sex	0	1	2	0	1	2
53. Visiting new places	0	1	2	0	1	2
54. Keeping the house clean	0	1	2	0	1	2
55. Making crafts	0	1	2	0	1	2
56. Going to church	0	1	2	0	1	2
57. Being loved	0	1	2	0	1	2
58. Visiting a museum	0	1	2	0	1	2
59. Having a planned day	0	1	2	0	1	2
60. Being with happy people	0	1	2	0	1	2
61. Listening to classical music	0	1	2	0	1	2
62. Buying new clothes	0	1	2	0	1	2
63. Weighing up my life	0	1	2	0	1	2
64. Planning or organizing something	0	1	2	0	1	2
65. Smiling at people	0	1	2	0	1	2
66. Being near sand, the countryside, a stream	0	1	2	0	1	2

RETROTRADUÇÃO- 1ª Versão em Português – *California Older Person's Pleasant Events Schedule*

This is a list of 66 events which people tend to find pleasant. For each item, answer both questions, according to the following scale:

How often did this event occur with you in the past month?

0= none

1= 1-6 times

2= 7 or more times

How much was this event pleasant, *fun* or *gratifying*? If the event did not occur please classify how pleasant you think it would have been if it had occurred.

0= it wasn't or it wouldn't have been pleasant

1= it was or it would have been pleasant

2= it was or it would have been very pleasant

Please circle ONE number in EACH column for each item	HOW OFTEN in the past month? 0= none 1= 1-6 times 2= 7 or more times CIRCLE A NUMBER	HOW PLEASANT was it or would it have been? 0= it wasn't or it wouldn't have been pleasant 1= it was or it would have been pleasant 2= it was or it would have been very pleasant CIRCLE A NUMBER
1. Look at clouds	O 1 2	O 1 2
2. Be with friends	O 1 2	O 1 2
3. People showing interest in what I say	O 1 2	O 1 2
4. Think about pleasant memories	O 1 2	O 1 2
5. Go shopping	O 1 2	O 1 2
6. Admire beautiful scenery	O 1 2	O 1 2
7. Have a sincere and open conversation	O 1 2	O 1 2
8. Do a job well	O 1 2	O 1 2
9. Listen to the sounds of nature	O 1 2	O 1 2
10. Have tea, coffee, etc. with friends	O 1 2	O 1 2
11. Think about myself	O 1 2	O 1 2
12. Somebody praising me or saying I did something well	O 1 2	O 1 2

13. Do voluntary work	O	1	2	O	1	2
14. Plan trips or vacations	O	1	2	O	1	2
15. Caress, kiss, hug, show affection	O	1	2	O	1	2
16. Be praised by people I admire.	O	1	2	O	1	2
17. Meditate	O	1	2	O	1	2
18. Listen to music	O	1	2	O	1	2
19. See good things happen with people from your family or friends	O	1	2	O	1	2
20. Get recipes	O	1	2	O	1	2
21. Carry out a project in my own way	O	1	2	O	1	2
22. Look at or smell a flower or a plant	O	1	2	O	1	2
23. Say something clearly	O	1	2	O	1	2
24. Think about something good in the future	O	1	2	O	1	2
25. Look at the stars or at the moon	O	1	2	O	1	2
26. Hear somebody say I am necessary	O	1	2	O	1	2
27. Work in a community project	O	1	2	O	1	2
28. Praise or congratulate somebody	O	1	2	O	1	2
29. Watch the sunset	O	1	2	O	1	2
30. Think about people I like	O	1	2	O	1	2
31. Carry out a difficult task	O	1	2	O	1	2
32. Amuse people	O	1	2	O	1	2
33. Cook to use my creativity	O	1	2	O	1	2
34. Read books	O	1	2	O	1	2
35. Be with someone I love	O	1	2	O	1	2
36. Have an original idea	O	1	2	O	1	2
37. Have peace and quiet	O	1	2	O	1	2
38. Listen to birds singing	O	1	2	O	1	2
39. Make a new friend	O	1	2	O	1	2

40. Be asked for help or offer advice	O	1	2	O	1	2
41. Look for products on sale	O	1	2	O	1	2
42. Read magazines	O	1	2	O	1	2
43. Feel a divine presence	O	1	2	O	1	2
44. Express my love to someone	O	1	2	O	1	2
45. Advise other people based on past experiences	O	1	2	O	1	2
46. Solve a problem, crossword or jigsaw puzzle	O	1	2	O	1	2
47. Do flower arrangement	O	1	2	O	1	2
48. Help someone	O	1	2	O	1	2
49. Get away from the city (go to the countryside, to the beach, etc)	O	1	2	O	1	2
50. Have free time	O	1	2	O	1	2
51. Feel I'm useful	O	1	2	O	1	2
52. Meet new people of the same sex	O	1	2	O	1	2
53. Visit new places	O	1	2	O	1	2
54. Keep the house clean	O	1	2	O	1	2
55. Do handicrafts	O	1	2	O	1	2
56. Go to church	O	1	2	O	1	2
57. Be loved	O	1	2	O	1	2
58. Visit a museum	O	1	2	O	1	2
59. Have a well-planned day	O	1	2	O	1	2
60. Be with happy people	O	1	2	O	1	2
61. Listen to classical music	O	1	2	O	1	2
62. Buy new clothes	O	1	2	O	1	2
63. Evaluate my life	O	1	2	O	1	2
64. Plan or organize something	O	1	2	O	1	2
65. Smile at people	O	1	2	O	1	2
66. Be near the sand, woods, or a creek	O	1	2	O	1	2

Observação sobre a retro-tradução:

A tradução não foi feita palavra por palavra, mas procurando-se encontrar termos mais naturais possíveis que exprimissem a idéia em inglês. Foram utilizados os seguintes dicionários:

- OXFORD COLLOCATIONS
- CAMBRIDGE INTERNATIONAL DICTIONARY OF ENGLISH
- OXFORD ESSENTIAL THESAURUS
- Sites na internet: Google; <http://www.selfgrowth.com/>

ANEXO O

Hello,

We have no objection to your adjusting certain COPPES items so that they are culturally relevant and appropriate for Brazilian individuals. Thank you for consulting us before making these changes.

15. Hugging sounds most appropriate.. caressing sounds like it is "too much" for this item

20. what we mean by "collecting" is asking others for recipes and/or looking for and selecting recipes of interest.

34. literature can refer to books, magazines, newspapers, etc. -- it's not restricted to "literature" in the scholarly sense

46. intellectual puzzles would be more correct than "jigsaw puzzle" here

47. arranging flowers for one's personal use: buying or picking them & then displaying them nicely in the home or office for their own and others enjoyment. This activity is not considered as professional or semi-professional

53. this item can refer to EITHER seeking out to visit new geographical places (e.g., new cities, new parts of the country) or seeking out, learning about, areas of knowledge/culture (music, arts, sciences).

62. the intent is shopping for new clothing, for this item. Clothes do not necessarily need to match precisely, and the type could include sporty / casual, work or business, more dressy / formal attire.

66. for this, fields, parks, are fine! we just mean: being out near/ in nature..... stream or river is not needed.....River or creek both would apply if you want to include them, however.

11. Pensar sobre mim mesmo	O	1	2	O	1	2
12. Alguém me elogiar ou dizer que fiz bem alguma coisa	O	1	2	O	1	2
13. Fazer trabalho voluntário	O	1	2	O	1	2
14. Planejar viagens ou férias	O	1	2	O	1	2
15. Beijar, abraçar, demonstrar afeto	O	1	2	O	1	2
16. Ser elogiado por pessoas que admiro	O	1	2	O	1	2
17. Meditar	O	1	2	O	1	2
18. Ouvir música	O	1	2	O	1	2
19. Ver coisas boas acontecerem com familiares ou amigos	O	1	2	O	1	2
20. Colecionar receitas	O	1	2	O	1	2
21. Fazer um projeto à minha maneira	O	1	2	O	1	2
22. Olhar ou cheirar uma flor ou uma planta	O	1	2	O	1	2
23. Dizer alguma coisa de forma clara	O	1	2	O	1	2
24. Pensar em algo bom para o futuro	O	1	2	O	1	2
25. Olhar as estrelas ou a lua	O	1	2	O	1	2
26. Ouvir alguém dizer que sou necessário	O	1	2	O	1	2
27. Trabalhar em um projeto comunitário	O	1	2	O	1	2
28. Elogiar ou parabenizar alguém	O	1	2	O	1	2
29. Assistir ao pôr-do-sol	O	1	2	O	1	2
30. Pensar em pessoas que eu gosto	O	1	2	O	1	2
31. Realizar uma tarefa difícil	O	1	2	O	1	2
32. Divertir pessoas	O	1	2	O	1	2
33. Cozinhar para usar minha criatividade	O	1	2	O	1	2
34. Fazer leituras	O	1	2	O	1	2
35. Estar com alguém que amo	O	1	2	O	1	2
36. Ter uma idéia original	O	1	2	O	1	2

37. Ter paz e tranqüilidade	O	1	2	O	1	2
38. Ouvir pássaros cantando	O	1	2	O	1	2
39. Fazer um novo amigo	O	1	2	O	1	2
40. Ser requisitado a ajudar ou a oferecer um conselho	O	1	2	O	1	2
41. Procurar produtos em promoção	O	1	2	O	1	2
42. Ler revistas	O	1	2	O	1	2
43. Sentir uma presença divina	O	1	2	O	1	2
44. Expressar o meu amor a alguém	O	1	2	O	1	2
45. Aconselhar outras pessoas com base em experiências passadas	O	1	2	O	1	2
46. Resolver um problema, palavras-cruzadas, jogos de raciocínio	O	1	2	O	1	2
47. Fazer arranjos de flores para enfeitar ambientes	O	1	2	O	1	2
48. Ajudar alguém	O	1	2	O	1	2
49. Sair da cidade (ir para o campo, para a praia, etc)	O	1	2	O	1	2
50. Ter tempo livre	O	1	2	O	1	2
51. Me sentir útil	O	1	2	O	1	2
52. Conhecer novas pessoas do mesmo sexo	O	1	2	O	1	2
53. Conhecer novos lugares	O	1	2	O	1	2
53. Aprender sobre novos assuntos	O	1	2	O	1	2
54. Manter a casa limpa	O	1	2	O	1	2
55. Fazer artesanato	O	1	2	O	1	2
56. Ir à igreja	O	1	2	O	1	2
57. Ser amado	O	1	2	O	1	2
58. Visitar um museu	O	1	2	O	1	2
59. Ter um dia planejado	O	1	2	O	1	2
60. Estar com pessoas felizes	O	1	2	O	1	2
61. Ouvir música clássica	O	1	2	O	1	2

62. Comprar roupa nova	O	1	2	O	1	2
63. Fazer um balanço da minha vida	O	1	2	O	1	2
64. Planejar ou organizar alguma coisa	O	1	2	O	1	2
65. Sorrir para as pessoas	O	1	2	O	1	2
66. Estar perto da natureza (terra, plantas, água)	O	1	2	O	1	2

ANEXO Q

3ª Versão em Português – *California Older Person's Pleasant Events Schedule*

Esta é uma lista de 66 eventos que as pessoas tendem a achar agradáveis. Para cada item responda a duas perguntas, de acordo com as seguintes escalas:

Com que frequência este evento ocorreu com você no último mês?

0= nenhuma vez

1= 1-6 vezes

2= 7 ou mais vezes

O quanto esse evento foi *prazeroso, agradável ou gratificante*? Se o evento não ocorreu, por favor classifique o quão agradável você acha que ele teria sido se tivesse ocorrido.

0= não foi ou não teria sido agradável

1= foi ou teria sido razoavelmente agradável

2= foi ou teria sido bastante agradável

Por favor circule UM número em CADA coluna para cada item	COM QUE FREQUÊNCIA no mês passado? 0= nenhuma vez 1= 1-6 vezes 2= 7 ou mais vezes CIRCULE UM NÚMERO			QUÃO AGRADÁVEL foi ou teria sido? 0= não foi ou não teria sido agradável 1= foi ou teria sido razoavelmente agradável 2= foi ou teria sido bastante agradável CIRCULE UM NÚMERO		
1. Olhar para o céu	0	1	2	0	1	2
2. Estar com amigos	0	1	2	0	1	2
3. Pessoas se interessarem pelo que tenho a dizer	0	1	2	0	1	2
4. Pensar em momentos agradáveis do meu passado	0	1	2	0	1	2
5. Fazer compras	0	1	2	0	1	2
6. Apreciar paisagens bonitas	0	1	2	0	1	2
7. Confidenciar abertamente com pessoas de confiança	0	1	2	0	1	2
8. Fazer bem uma atividade	0	1	2	0	1	2

9. Ouvir sons da natureza	O	1	2	O	1	2
10. Tomar café, chá, etc., com amigos	O	1	2	O	1	2
11. Pensar em mim	O	1	2	O	1	2
12. Alguém me elogiar ou dizer que fiz bem alguma coisa	O	1	2	O	1	2
13. Fazer trabalho voluntário	O	1	2	O	1	2
14. Planejar férias ou viagens	O	1	2	O	1	2
15. Abraçar, beijar demonstrar afeto	O	1	2	O	1	2
16. Ser elogiado por pessoas que admiro	O	1	2	O	1	2
17. Rezar, orar ou meditar	O	1	2	O	1	2
18. Ouvir música	O	1	2	O	1	2
19. Ver coisas boas acontecerem com familiares ou amigos	O	1	2	O	1	2
20. Fazer coleções de coisas que me interessam (receitas, objetos, etc)	O	1	2	O	1	2
21. Fazer algo do meu jeito	O	1	2	O	1	2
22. Olhar ou cheirar uma flor ou uma planta	O	1	2	O	1	2
23. Ser capaz de me comunicar bem	O	1	2	O	1	2
24. Pensar em algo bom que vai acontecer no futuro	O	1	2	O	1	2
25. Olhar as estrelas ou a lua	O	1	2	O	1	2
26. Ouvir alguém dizer que sou importante	O	1	2	O	1	2
27. Trabalhar em um projeto comunitário	O	1	2	O	1	2
28. Elogiar ou parabenizar alguém	O	1	2	O	1	2
29. Assistir ao pôr-do-sol	O	1	2	O	1	2
30. Pensar em pessoas das quais eu gosto	O	1	2	O	1	2
31. Ser bem-sucedido após realizar uma tarefa difícil	O	1	2	O	1	2

32. Divertir pessoas	O	1	2	O	1	2
33. Cozinhar para usar minha criatividade	O	1	2	O	1	2
34. Fazer leituras	O	1	2	O	1	2
35. Estar com alguém que amo	O	1	2	O	1	2
36. Ter uma idéia original	O	1	2	O	1	2
37. Ter momentos de sossego	O	1	2	O	1	2
38. Ouvir pássaros cantando	O	1	2	O	1	2
39. Fazer um novo amigo	O	1	2	O	1	2
40. Ser requisitado a ajudar ou a oferecer um conselho	O	1	2	O	1	2
41. Procurar produtos em promoção	O	1	2	O	1	2
42. Ler revistas	O	1	2	O	1	2
43. Sentir uma presença divina	O	1	2	O	1	2
44. Demonstrar o meu afeto a alguém	O	1	2	O	1	2
45. Aconselhar outras pessoas com base em experiências passadas	O	1	2	O	1	2
46. Resolver um problema, palavras-cruzadas, jogos de raciocínio	O	1	2	O	1	2
47. Fazer arranjos de flores para enfeitar ambientes	O	1	2	O	1	2
48. Ajudar alguém	O	1	2	O	1	2
49. Sair da cidade (ir para chácara, sítio, fazenda, praia, etc)	O	1	2	O	1	2
50. Ter um tempo livre	O	1	2	O	1	2
51. Sentir que sou útil	O	1	2	O	1	2
52. Conhecer novas pessoas do mesmo sexo	O	1	2	O	1	2
53. Conhecer novos lugares	O	1	2	O	1	2
53. Aprender sobre novos assuntos	O	1	2	O	1	2
54. Manter a casa limpa	O	1	2	O	1	2
55. Fazer artesanato	O	1	2	O	1	2

56. Ir à igreja	O	1	2	O	1	2
57. Sentir-se amado	O	1	2	O	1	2
58. Visitar um museu, uma biblioteca, ou realizar outra atividade cultural	O	1	2	O	1	2
59. Planejar minha rotina diária	O	1	2	O	1	2
60. Estar com pessoas felizes	O	1	2	O	1	2
61. Ouvir músicas antigas	O	1	2	O	1	2
62. Comprar roupa nova	O	1	2	O	1	2
63. Fazer um balanço da minha vida	O	1	2	O	1	2
64. Planejar ou organizar alguma coisa	O	1	2	O	1	2
65. Sorrir para as pessoas	O	1	2	O	1	2
66. Estar perto da natureza (terra, plantas, água)	O	1	2	O	1	2

ANEXO R

4ª Versão em Português – *California Older Person's Pleasant Events Schedule*

Esta é uma lista de 67 eventos que as pessoas tendem a achar agradáveis. Para cada item responda três perguntas:

- 1) *Quantas vezes este evento ocorreu com você no último mês?*
- 2) *O quanto esse evento foi prazeroso, agradável ou gratificante? Se o evento não ocorreu, por favor classifique o quão agradável você acha que ele teria sido se tivesse ocorrido, de acordo com a seguinte pontuação:*

0= não foi ou não teria sido agradável

1= foi ou teria sido razoavelmente agradável

2= foi ou teria sido muito agradável

- 3) Numa escala de 0-10, quão prazeroso foi para você este evento?

	QUANTAS VEZES no mês passado?	QUÃO AGRADÁVEL foi ou teria sido?	Numa escala de 0-10, quão prazeroso este evento foi para você?
	ESCREVA O NÚMERO DE VEZES PARA CADA ITEM	0= não foi ou não teria sido agradável 1= foi ou teria sido razoavelmente agradável 2= foi ou teria sido muito agradável	CIRCULE UM NÚMERO PARA CADA ITEM
1. Olhar para o céu		O 1 2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
2. Estar com amigos		O 1 2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
3. Pessoas se interessarem pelo que tenho a dizer		O 1 2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
4- Pensar em recordações agradáveis		O 1 2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
5. Fazer compras		O 1 2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
6. Apreciar paisagens bonitas		O 1 2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
7- Ter uma conversa franca e aberta		O 1 2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

8. Fazer bem uma tarefa		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
9. Ouvir sons da natureza		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
10. Tomar café, chá, etc., com amigos		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
11. Pensar em mim		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
12. Alguém me elogiar ou dizer que fiz bem alguma coisa		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
13. Fazer trabalho voluntário		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
14. Planejar férias ou viagens		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
15. Abraçar, beijar demonstrar afeto		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
16. Ser elogiado por pessoas que admiro		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
17. Rezar, orar ou meditar		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
18. Ouvir música		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
19. Ver coisas boas acontecerem com familiares ou amigos		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
20. Coleccionar receitas		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
21. Realizar um plano ou projeto do meu jeito		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
22. Olhar ou cheirar uma flor ou uma planta		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
23. Dizer algo de forma clara		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
24. Pensar em algo bom que vai acontecer no futuro		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
25. Olhar para as estrelas ou para a lua		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
26. Ouvir alguém dizer que sou importante		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

27. Trabalhar em um projeto comunitário		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
28. Elogiar ou parabenizar alguém		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
29. Assistir ao pôr-do-sol		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
30. Pensar em pessoas das quais eu gosto		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
31. Terminar uma tarefa difícil		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
32. Divertir pessoas		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
33. Cozinhar porque me sinto inspirado(a)		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
34. Fazer leituras		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
35. Estar com alguém que amo		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
36. Ter uma idéia original		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
37. Ter momentos de sossego		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
38. Ouvir pássaros cantando		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
39. Fazer uma nova amizade		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
40. Ser requisitado a ajudar ou a oferecer um conselho		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
41. Procurar produtos em promoção		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
42. Ler revistas		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
43. Sentir uma presença divina		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
44. Demonstrar o meu afeto a alguém		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
45. Aconselhar outras pessoas com base em experiências passadas		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

46- Solucionar um problema, palavra-cruzada, jogo de raciocínio		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
47. Fazer arranjos de flores		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
48. Ajudar alguém		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
49. Sair da cidade (ir para chácara, sítio, fazenda, praia, etc)		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
50. Ter um tempo livre		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
51- Sentir que alguém precisa de mim		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
52. Conhecer novas pessoas do mesmo sexo		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
53. Conhecer novos lugares		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
54. Aprender sobre novos assuntos		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
55. Manter a casa limpa		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
56. Fazer artesanato		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
57. Ir à igreja		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
58. Sentir-se amado		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
59- Visitar um museu, uma biblioteca ou outra atração cultural		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
60. Planejar minha rotina diária		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
61. Estar com pessoas alegres		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
62. Ouvir música clássica		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
63. Comprar uma roupa nova		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
64. Fazer um balanço da minha vida		O	1	2	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

65. Planejar ou organizar alguma coisa		O	1	2	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
66. Sorrir para as pessoas		O	1	2	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
67. Estar perto da natureza (terra, plantas, água)		O	1	2	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

ANEXO S

5ª Versão em Português – *California Older Person`s Pleasant Events Schedule*

Esta é uma lista de 67 eventos que as pessoas tendem a achar agradáveis. Para cada item responda duas perguntas:

- 1) *Quantas* vezes este evento ocorreu com você no último mês?
- 2) *O quanto* esse evento foi *prazeroso, agradável ou gratificante*? Se o evento não ocorreu, por favor classifique o quão agradável você acha que ele teria sido se tivesse ocorrido, de acordo com a seguinte pontuação:

0= não foi ou não teria sido agradável

1= foi ou teria sido razoavelmente agradável

2= foi ou teria sido muito agradável

Por favor, lembre-se de escrever o número de vezes que o evento ocorreu no mês passado e assinalar o quanto este evento foi agradável para você. Aqui estão dois exemplos de eventos com as respostas assinaladas:

	QUANTAS VEZES no mês passado?	QUÃO AGRADÁVEL foi ou teria sido? 0= não foi ou não teria sido agradável 1= foi ou teria sido razoavelmente agradável 2= foi ou teria sido muito agradável
	ESCREVA O NÚMERO DE VEZES PARA CADA ITEM	CIRCULE UM NÚMERO PARA CADA ITEM
1. Ganhar na loteria	0	0 1 2
2. Visitar parentes	4	0 1 2

	QUANTAS VEZES no mês passado? ESCREVA O NÚMERO DE VEZES PARA CADA ITEM	QUÃO AGRADÁVEL foi ou teria sido? 0= não foi ou não teria sido agradável 1= foi ou teria sido razoavelmente agradável 2= foi ou teria sido muito agradável CIRCULE UM NÚMERO PARA CADA ITEM
1. Olhar para o céu		<input type="radio"/> 0 <input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2
2. Estar com amigos		<input type="radio"/> 0 <input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2
3. Pessoas demonstrarem interesse no que eu tenho a dizer		<input type="radio"/> 0 <input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2
4- Pensar em recordações agradáveis		<input type="radio"/> 0 <input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2
5. Fazer compras		<input type="radio"/> 0 <input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2
6. Apreciar paisagens bonitas		<input type="radio"/> 0 <input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2
7- Ter uma conversa franca e aberta		<input type="radio"/> 0 <input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2
8. Fazer bem uma tarefa (Ex: cozinhar bem algum prato, fazer bem algum conserto doméstico, etc)		<input type="radio"/> 0 <input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2
9. Ouvir sons da natureza (Ex: canto dos pássaros, vento, chuva, etc)		<input type="radio"/> 0 <input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2
10. Tomar café, chá, etc., com amigos		<input type="radio"/> 0 <input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2
11. Pensar em mim		<input type="radio"/> 0 <input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2

12. Alguém me elogiar ou dizer que fiz bem alguma coisa		O	1	2
13. Fazer trabalho voluntário		O	1	2
14. Planejar férias ou viagens		O	1	2
15. Abraçar, beijar demonstrar afeto		O	1	2
16. Ser elogiado por pessoas que admiro		O	1	2
17. Rezar, orar ou meditar		O	1	2
18. Ouvir música		O	1	2
19. Ver coisas boas acontecerem com familiares ou amigos		O	1	2
20. Colecionar receitas		O	1	2
21. Realizar um plano ou projeto do meu jeito (Ex: uma viagem, uma atividade que queira iniciar, etc)		O	1	2
22. Olhar ou cheirar uma flor ou uma planta		O	1	2
23. Dizer algo de forma clara		O	1	2
24. Pensar em algo bom que vai acontecer no futuro		O	1	2
25. Olhar para as estrelas ou para a lua		O	1	2
26. Ouvir alguém dizer que sou importante		O	1	2
27. Trabalhar em um projeto comunitário		O	1	2
28. Elogiar ou parabenizar alguém		O	1	2

29. Assistir ao pôr-do-sol		O	1	2
30. Pensar em pessoas das quais eu gosto		O	1	2
31. Terminar uma tarefa difícil		O	1	2
32. Divertir pessoas (Ex: contar piadas, entreter alguém com histórias e/ou brincadeiras, etc)		O	1	2
33. Cozinhar porque me sinto inspirado(a)		O	1	2
34. Fazer leituras		O	1	2
35. Estar com alguém que amo		O	1	2
36. Ter uma idéia criativa		O	1	2
37. Ter momentos de sossego		O	1	2
38. Ouvir pássaros cantando		O	1	2
39. Fazer uma nova amizade		O	1	2
40. Ser requisitado a ajudar ou a oferecer um conselho		O	1	2
41. Procurar produtos em promoção		O	1	2
42. Ler revistas		O	1	2
43. Sentir uma presença divina		O	1	2
44. Demonstrar o meu afeto a alguém		O	1	2
45. Aconselhar outras pessoas com base em experiências passadas		O	1	2

46- Solucionar um problema, palavra-cruzada, jogo de raciocínio		O	1	2
47. Fazer arranjos de flores		O	1	2
48. Oferecer ajuda a alguém		O	1	2
49. Sair da cidade (ir para chácara, sítio, fazenda, praia, etc)		O	1	2
50. Ter um tempo livre		O	1	2
51- Sentir que alguém precisa de mim		O	1	2
52. Conhecer novas pessoas do mesmo sexo		O	1	2
53. Conhecer novos lugares		O	1	2
54. Aprender sobre novos assuntos		O	1	2
55. Manter a casa limpa		O	1	2
56. Fazer artesanato		O	1	2
57. Ir à igreja, ao templo, etc		O	1	2
58. Sentir-se amado		O	1	2
59- Visitar um museu, uma biblioteca ou outra atração cultural		O	1	2
60. Planejar minha rotina diária		O	1	2
61. Estar com pessoas alegres		O	1	2
62. Ouvir música clássica		O	1	2
63. Comprar uma roupa nova		O	1	2
64. Fazer um balanço da minha vida		O	1	2

65. Planejar ou organizar alguma coisa (Ex: uma reunião familiar, uma festa, um evento, etc)		O	1	2
66. Sorrir para as pessoas		O	1	2
67. Estar perto da natureza (terra, plantas, água)		O	1	2