

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO RIO GRANDE DO SUL
INSTITUTO DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM GERONTOLOGIA BIOMÉDICA

LAURA MARIA BRENNER CEIA RAMOS MARIANO DA ROCHA

**TRADUÇÃO E ADAPTAÇÃO CULTURAL DO *AGING PERCEPTIONS*
QUESTIONNAIRE (APQ) PARA A LINGUA PORTUGUESA BRASILEIRA**

Porto Alegre

2010

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO RIO GRANDE DO SUL
INSTITUTO DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM GERONTOLOGIA BIOMÉDICA

LAURA MARIA BRENNER CEIA RAMOS MARIANO DA ROCHA

**TRADUÇÃO E ADAPTAÇÃO CULTURAL DO *AGING PERCEPTIONS*
QUESTIONNAIRE (APQ) PARA A LINGUA PORTUGUESA BRASILEIRA**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Gerontologia Biomédica do Instituto de Geriatria e Gerontologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul como requisito obrigatório para obtenção do título de Mestre em Gerontologia Biomédica.

Orientadora: Professora Dra Carla H. A. Schwanke

Porto Alegre

2010

DADOS INTERNACIONAIS DE CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO (CIP)

R672t Rocha, Laura Maria Brenner Ceia Ramos Mariano da
Tradução e adaptação cultural do *Aging Perceptions Questionnaire*
(APQ) para a língua portuguesa brasileira. / Laura Maria Brenner Ceia
Ramos Mariano da Rocha. Porto Alegre: PUCRS, 2010.

ix, 102 f.: il. tab.

Orientadora: Prof. Dr^a. Carla Helena Augustin Schwanke.

Dissertação (mestrado) – Pontifícia Universidade Católica do Rio
Grande do Sul. Instituto de Geriatria e Gerontologia. Mestrado em
Gerontologia Biomédica.

1. AUTOPERCEPÇÃO. 2. AUTOIMAGEM. 3. ENVELHECIMENTO. 4.
PROGRAMAS DE AUTO-AVALIAÇÃO/normas. 5. ESCALAS. 6. QUESTIONÁRIOS.
8. TRADUÇÃO. 9. ADAPTAÇÃO. 10. PSICOMETRIA. 11. IDOSO. 12.
GERIATRIA. 13. GERONTOLOGIA. I. Schwanke, Carla Helena Augustin. II.
Título.

C.D.D. 618.97

C.D.U. 612.67:159.98(043.3)(806.90)

N.L.M. WT 104

Dedico este trabalho aos meus pais, João Antonio e Lucy, e aos meus filhos Rafael e Mariana, fontes de toda minha inspiração.

Esta dissertação foi desenvolvida no Instituto de Geriatria e Gerontologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul - PUCRS, subvencionada pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal do Nível Superior (CAPES).

AGRADECIMENTOS

Agradeço a minha mãe, professora universitária e pesquisadora apaixonada, pelo espírito inquisidor que me levou a este trabalho e certamente muitos outros que virão; pela paixão incessante pelo conhecimento e pela transmissão deste conhecimento. Pelo incentivo ao aprendizado de línguas estrangeiras, que me possibilitou e facilitou a execução deste projeto.

Agradeço a meu pai pelo exemplo de vida, de respeito pelo outro, de honestidade acima de tudo, de carinho e dedicação incondicional aos filhos, netos e bisneta. Pela sabedoria em dizer que a vida realmente começa aos 80.

A meu filho Rafael pela compreensão, paciência, sorriso que vale mais do que muitas palavras e personalidade zen que amenizava horas de muito cansaço.

À minha filha Mariana pelo exemplo de determinação e sede de conhecimento, apesar de seus 17 anos, que acabou me contagiando e fazendo com que perseguisse este sonho.

A ambos pelo carinho e amor incondicional.

À minha amiga e tradutora Monica Koeller Sant'anna pelo excelente trabalho de tradução em meu projeto.

A meus irmãos, Carlos Augusto, João Paulo e Antonio Luis e minhas irmãs Maria Leonor e Maria de Fátima pelas sábias palavras de incentivo nos momentos certos.

Ao meu querido professor Irênio, parceiro incansável de viagens turísticas e lingüísticas; juntos, aprendemos muito sobre tradução e adaptação cultural e que os pardais nas estradas da Itália realmente funcionam.

À minha orientadora, professora Carla Schwanke, primeira pessoa que conheci no IGG e que veio a tornar-se mais que uma orientadora: uma amiga e

confidente, parceira de viagens e artigos, uma espécie de “tampão” para minha hiperatividade pesquisadora.

A todos os professores do IGG que contribuíram sobremaneira para o meu crescimento como pesquisadora e professora, instigando cada vez mais a sede de conhecimento, leitura dos artigos certos, redação de artigos e participação em eventos científicos.

Agradecimento especial à minha querida amiga Monica, secretária do IGG, Cletiane, Paulo e Jaqueline, grupo de apoio administrativo do IGG fundamental para nós alunos.

Ao professor Dr Marcelo Pio de Almeida Fleck pela iniciação no campo da tradução e adaptação cultural de instrumentos na área da saúde.

Ao eterno mestre, Professor Yukio Moriguchi. Um exemplo de sabedoria e envelhecer. Meu professor desde a graduação e agora, na pós graduação.

A Sra Rosária Maria Lucia Prenna Geremia pelo incansável trabalho de buscas bibliográficas , sempre com um sorriso não importando a urgência.

À todos os pacientes e pessoas que direta ou indiretamente colaboraram para que este projeto se tornasse realidade, meu muito obrigada!!!!

RESUMO

Introdução: A autopercepção do envelhecimento é um constructo que pode influenciar a saúde funcional e psicológica. A escassez de instrumentos validados em língua portuguesa para avaliar este constructo motivou este estudo de tradução e adaptação cultural de uma escala de percepção de envelhecimento. **Objetivos:** traduzir e adaptar culturalmente para a língua portuguesa brasileira o *Aging Perceptions Questionnaire*. **Métodos:** Foi utilizada a metodologia proposta por Beaton et al. nas “Recomendações para Adaptação Cultural de Medidas de Estados de Saúde” da Academia Americana de Cirurgiões Ortopédicos (AAOS) e do Instituto para Trabalho e Saúde de Toronto. Neste trabalho, foram utilizadas todas as etapas para tradução e adaptação cultural sugeridas, a saber, duas traduções para o português (T1 e T2), a síntese destas traduções (T12), duas retrotraduções, a síntese destas retrotraduções, a análise do comitê de especialistas e o pré-teste. A validade de conteúdo foi feita pela análise do comitê e por análise qualitativa do pré-teste. **Resultados:** Após a aplicação do pré-teste entrevista individual em 30 indivíduos, foram realizadas duas alterações no documento T12, ou seja, a síntese das traduções aplicadas como pré-teste. **Conclusão:** O APQ é um instrumento multidimensional com boas propriedades psicométricas para avaliar a autopercepção do envelhecimento. O documento final gerado a partir da tradução e adaptação cultural do instrumento original será aplicado posteriormente em uma amostra maior e de diferentes locais para sua validação, proporcionando informações sobre a percepção do envelhecimento em diversas culturas.

Palavras-chave: envelhecimento; autopercepção do envelhecimento; tradução e adaptação cultural; instrumentos.

ABSTRACT

Introduction: The self perception of aging is a construct that may influence the functional and psychological health. The lack of instruments validated in the portuguese language to evaluate this construct motivated this study on the translation and cross cultural adaptation of a aging perceptions questionnaire

Objectives: to translate and culturally adapt the *Aging Perceptions Questionnaire*. to

the Brazilian Portuguese language. **Methods:** The methodology applied here was the one proposed by Beaton et al. In the “Recommendations for the Cross-Cultural Adaptation of Health Status Measures” of the American Academy of Orthopedic Surgeons (AAOS) and the Work and Health Institute of Toronto. In this study, all the stages for translation and cross-culturally adaption suggested were performed, that is, two translations to Portuguese (T1 e T2), a synthesis of these two translations (T12), two back translations, a synthesis of these two back translations, an analyses by the specialists committee and the pre test. The validity of the content was performed by the analyses of the committee and the qualitative analyses from the pre test. **Results:** After applying the pré test and the individual interview on a group of 30 individuals, two corrections were necessary on the T12 document, that is, the pre test translated version. **Conclusion:** The APQ is a multidimensional instrument with good psychometric properties to evaluate the self perceptions of aging. The final document built from the translation and cross-cultural adaptation of the original instrument Will be applied on a greater sample of individuals from different locations for its validation., providing information about the perceptions of aging in different cultures.

Keywords: aging; self perceptions of aging; translation and cross-cultural adaptation; instruments

LISTA DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1. Evolução da população total segundo os censos demográficos e projeção: Brasil 1950-2100.....	3
Figura 2. Pirâmide etária absoluta do Brasil – projeções para 2010.....	4
Figura 3. Pirâmide etária absoluta do Brasil – projeções para 2050.....	5
Figura 4. Evolução do índice envelhecimento da população Brasil: 1980/ 2050.....	6
Figura 5. Fatores Determinantes do Envelhecimento Ativo.....	7
Figura 6. Estágios de tradução e adaptação transcultural recomendados por Beaton et al. e adaptado por Viana.....	21

SUMÁRIO

	Pág.
1 INTRODUÇÃO.....	1
2 REFERENCIAL TEÓRICO	3
2.1 Envelhecimento.....	3
2.1.1 Envelhecimento Populacional.....	3
2.1.2 Envelhecimento Ativo.....	6
2.1.3 Qualidade de Vida e Envelhecimento.....	8
2.1.4 Percepções sobre o Envelhecimento.....	9
2.1.5 Percepção de Saúde no Envelhecimento.....	13
2.2 Escalas e Questionários para Avaliação da Percepção de	13
Envelhecimento.....	
2.2.1 <i>Anxiety About Aging Scale</i>	13
2.2.2 <i>Attitudes Toward Own Aging in The Philadelphia Center Morale</i>	14
<i>Scale</i>	
2.2.3 <i>Aging Perceptions Questionnaire</i>	15
2.3 Tradução e Adaptação Cultural de Escalas e Questionários em	18
Saúde.....	
3 JUSTIFICATIVA.....	21
4 OBJETIVO	22
5 MATERIAIS E METODOS.....	23
5.1 Metodologia para Tradução e Adaptação Cultural de Instrumentos..	23
5.2 Processo do Método de Tradução e Adaptação do <i>Aging</i>	27
<i>Perceptions Questionnaire</i>	

5.3 Considerações Éticas.....	29
6 .RESULTADOS.....	30
7 .DISCUSSÃO.....	52
7.1 Percepção de Envelhecimento.....	54
7.2 O Processo de Tradução e Adaptação Cultural de Instrumentos.....	54
8 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	54
BIBLIOGRAFIA.....	62
ANEXOS.....	67

1 INTRODUÇÃO

A maneira com que as pessoas percebem seu próprio envelhecimento e estado de saúde pode ser um indicador importante para sua adaptação e bem estar ao envelhecer. Indivíduos idosos com baixos níveis de escolaridade e baixo nível sócio econômico que também apresentavam alguns problemas de saúde demonstram uma percepção mais negativa sobre o envelhecer.⁽¹⁾

A importância da autopercepção em relação a situações mais objetivas tem incitado a pesquisa na Gerontologia. Estudos têm demonstrado que uma percepção ou atitude mais positiva em relação ao envelhecimento está associada à benefícios tanto na saúde física como no bem estar emocional dos indivíduos.⁽²⁾ Fatores sociais , como relacionamentos com familiares e amigos promovem uma auto percepção positiva tanto de saúde como de envelhecimento. Indivíduos que cultivam uma rede de relacionamentos apresentam uma percepção mais favorável deles mesmos e de sua situação de saúde. ⁽³⁾ O apoio de grupos sociais estimula positivamente a autoestima contribuindo para uma percepção mais positiva do envelhecimento e saúde.

A divulgação de pesquisas sobre validação e propriedades psicométricas de escalas traduzidas e adaptadas ao nosso idioma e ao nosso país ainda é restrita. Não basta traduzir um instrumento, é necessário realizar um rígido procedimento de avaliação dessa tradução, verificando a adaptação transcultural e as suas propriedades psicométricas ⁽⁴⁾. As crenças, atitudes, costumes, comportamentos e hábitos sociais são característicos de cada sociedade e ditam os comportamentos que refletem a cultura de um povo. Dessa forma, a tradução de uma escala deve primar pela linguagem simples e clara, mantendo-se equivalente no que tange aos seus conceitos culturais e sociais, além da equivalência semântica e idiomática. ⁽⁵⁾

Com o crescimento da população idosa, tem-se a necessidade de avaliar a percepção sobre o envelhecer e sua relação com as morbidades mais freqüentes neste grupo etário.

Uma avaliação geriátrica eficiente e global deve visar não só o diagnóstico precoce de problemas de saúde com antecipar possíveis fatores que venham a influenciar negativamente a qualidade de vida do indivíduo na velhice a partir da avaliação de percepções quanto a o envelhecimento.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Envelhecimento

2.1.1 Envelhecimento Populacional

O envelhecimento da população é um dos maiores triunfos da humanidade. É também um dos nossos maiores desafios. O envelhecimento global causa um aumento das demandas sociais e econômicas em todo o mundo ao mesmo tempo em que ignora os idosos como um recurso importante para a estrutura das nossas sociedades, ao invés de mais um peso socioeconômico (Figura 1).⁽⁶⁾

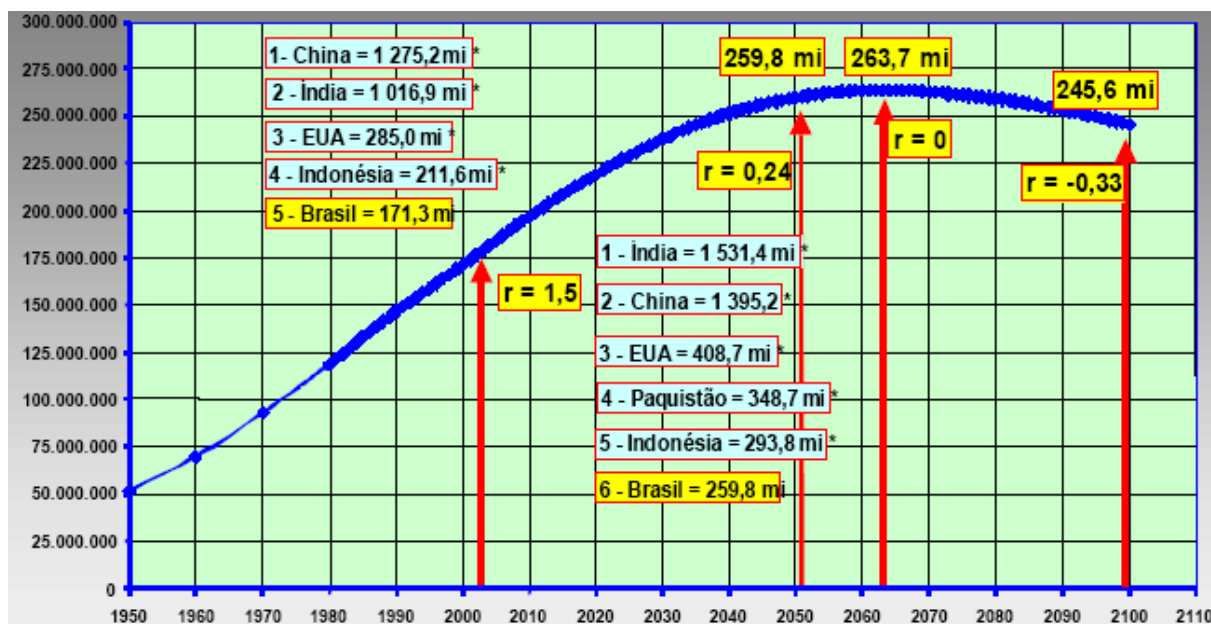


Figura 1. Evolução da população total segundo os censos demográficos e projeção: Brasil 1950-2100.⁽⁶⁾

Fonte: IBGE, Censos Demográficos 1950-2000. Projeção da população do Brasil por sexo e idade para o período 1980-2050 - Revisão 2004.

A composição etária de um país é um elemento importante a ser considerado. O envelhecimento de uma população relaciona-se com um declínio no número de crianças e jovens e aumento na proporção de pessoas com 60 anos ou mais.

À medida que as populações envelhecem, temos um achatamento da antiga pirâmide da população global e um aumento da população feminina, fenômeno este chamado de feminização do envelhecimento (Figuras 2 e 3).⁽⁷⁾

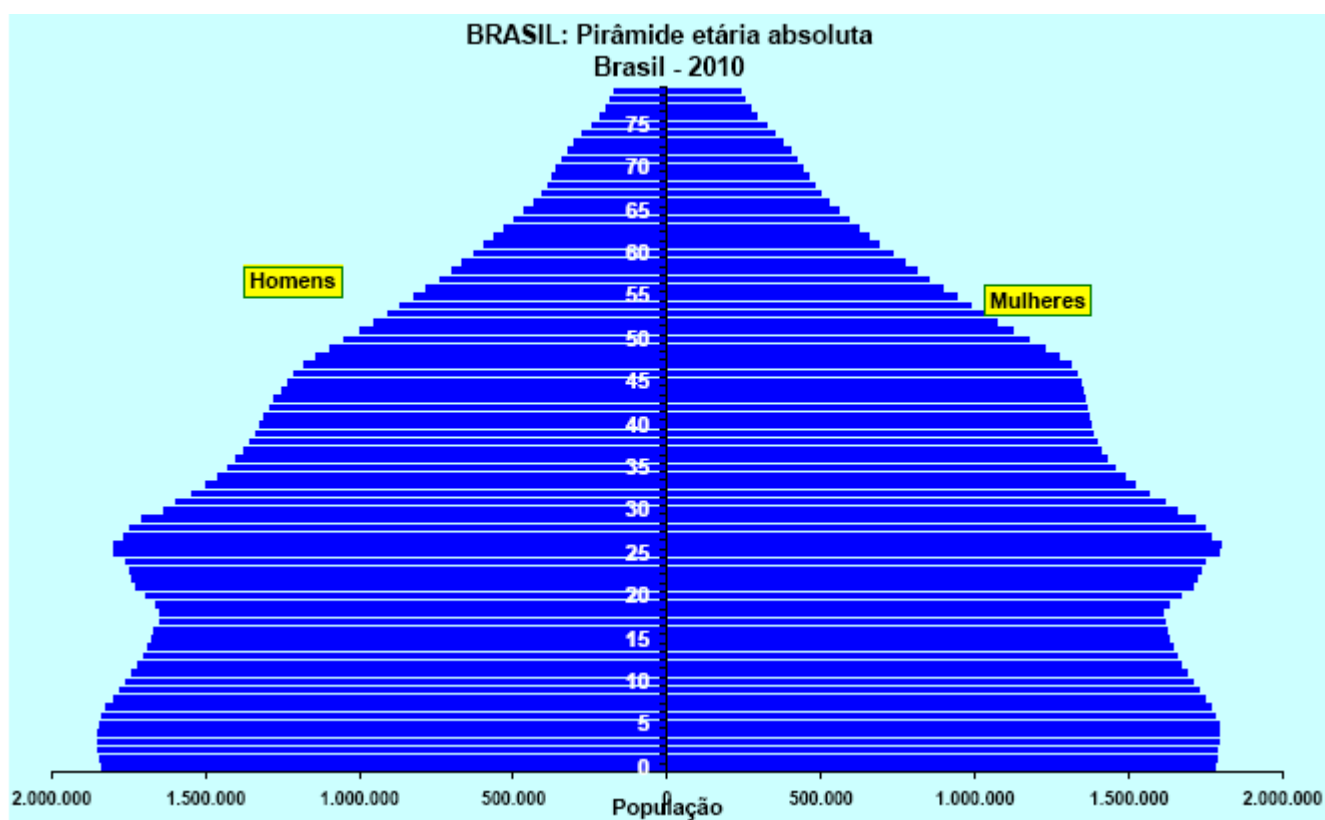


Figura 2. Pirâmide etária absoluta do Brasil – projeções para 2010.⁽⁶⁾

Fonte: IBGE. Projeção da população do Brasil por sexo e idade para o período 1980-2050 – Revisão 2008.

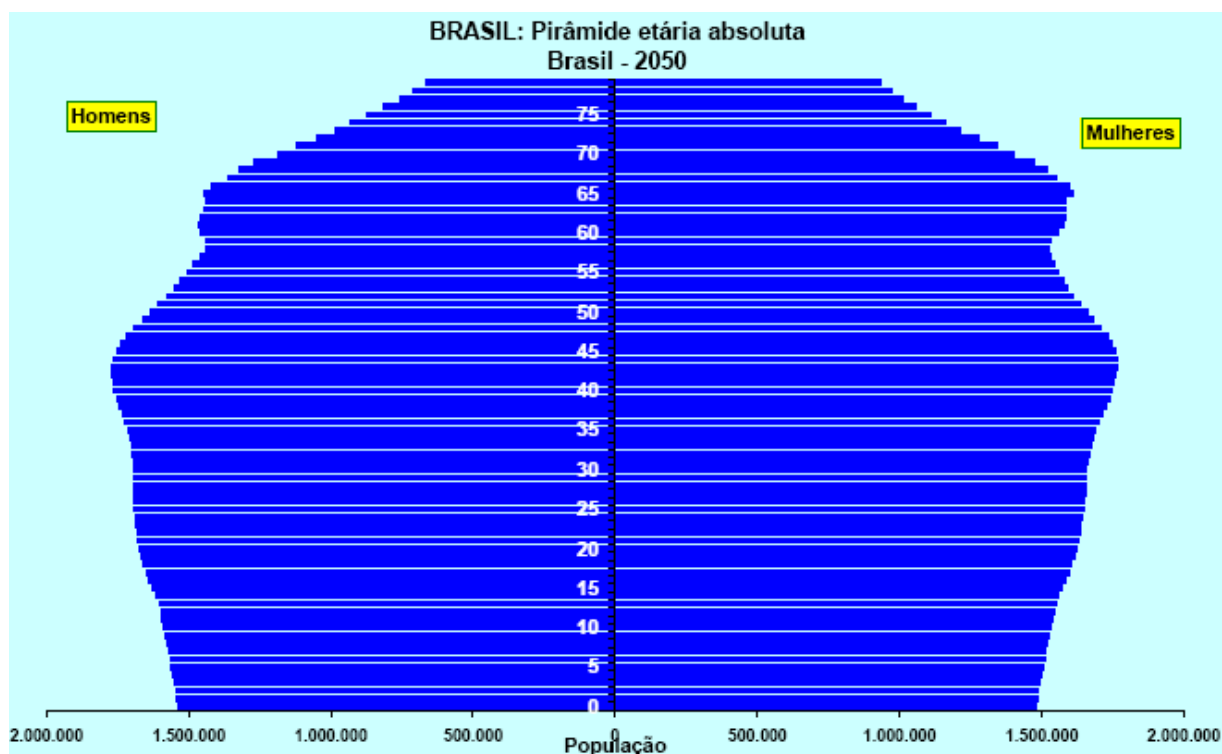


Figura 3. Pirâmide etária absoluta do Brasil – projeções para 2050.⁽⁶⁾

Fonte: IBGE. Projeção da população do Brasil por sexo e idade para o período 1980-2050 – Revisão 2008.

A primeira posição no *ranking* das mais elevadas esperanças de vida ao nascer é ocupada pelo Japão, com 81,6 anos, no período 2000-2005. O Brasil ocupa o 89º lugar com o indicador estimado para 2000, dentre os 192 países ou áreas estudados pela Organização das Nações Unidas (ONU). Em escala mundial, a esperança de vida ao nascer foi estimada, para 2000, em 65 anos e, para 2045-2050, a ONU projeta uma vida média de 74,3 anos.⁽⁷⁾

Outro indicador que mostra o processo de envelhecimento da população brasileira é o índice de envelhecimento. Índice de envelhecimento é o resultado da razão entre a população de 65 anos ou mais e a população de 0 a 14 anos de idade. Mede o número de pessoas idosas em uma população, para cada grupo de 100

peças jovens. Como atesta o gráfico abaixo, em 2000, para cada grupo de 100 crianças de 0 a 14 anos, havia 18,3 idosos de 65 anos ou mais. Em 2050, a relação poderá ser de 100 para 105,6 (Figura 4).⁽⁷⁾

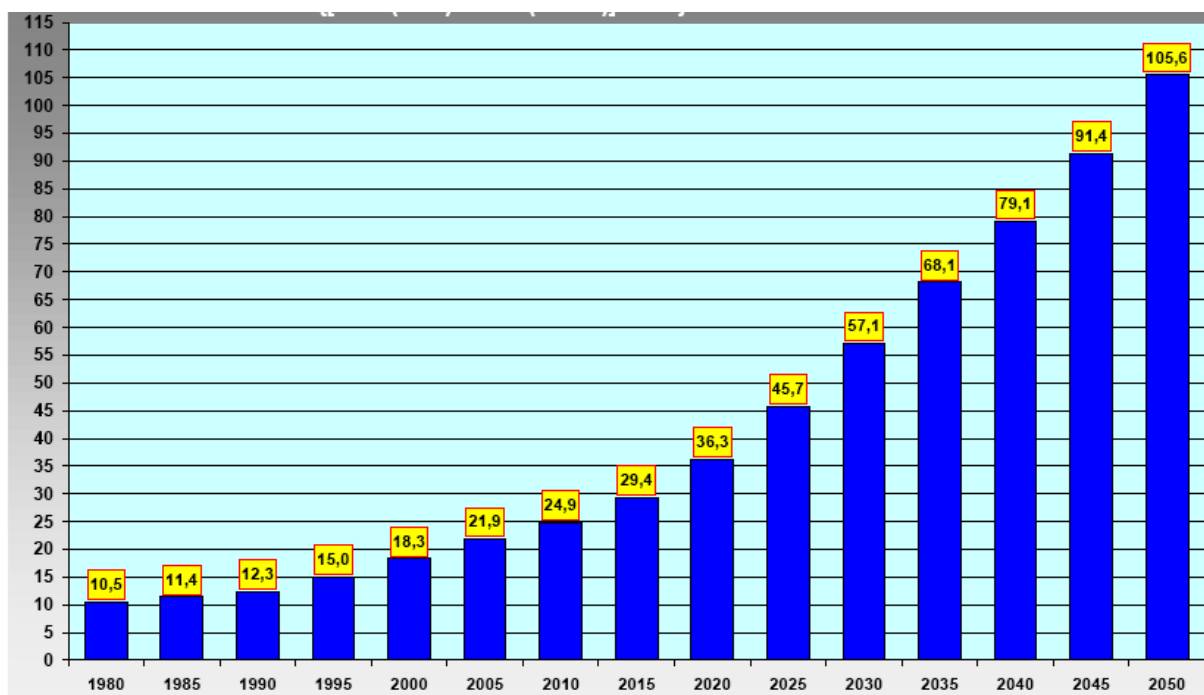


Figura 4. Evolução do índice de envelhecimento da população do Brasil: 1980/ 2050.⁽⁶⁾

Fonte: IBGE. Diretoria de Pesquisas. Coordenação de População e Indicadores Sociais. Projeção da população do Brasil por sexo e idade 1980-2050: Revisão 2008.

2.1.2 Envelhecimento Ativo

Envelhecimento ativo é o processo de otimização das oportunidades para a saúde, a participação e a segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem.⁽⁸⁾

O envelhecimento ativo aplica-se tanto a indivíduos quanto a grupos populacionais. Ele permite que as pessoas percebam o seu potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo do curso da vida, e permite que essas pessoas

participem da sociedade de acordo com suas necessidades, desejos e capacidade, protegendo-as e providenciando segurança e cuidados quando necessários.

A palavra “ativo” refere-se à participação contínua nas questões sociais, econômicas, culturais, espirituais e civis, e não somente à capacidade de estar fisicamente ativo ou de fazer parte da força de trabalho. As pessoas mais velhas que se aposentam e aquelas que apresentam alguma doença ou vivem com alguma necessidade especial podem continuar a contribuir ativamente para seus familiares, companheiros, comunidades e nações. O objetivo do envelhecimento ativo é aumentar a expectativa de uma vida com saúde, definida pela Organização Mundial de Saúde como “bem-estar físico, mental e social”, e a qualidade de vida para todas as pessoas que estão envelhecendo, inclusive as que são frágeis, incapacitadas fisicamente, e que requerem cuidados (Figura 5) ⁽⁸⁾



Figura 5. Fatores Determinantes do Envelhecimento Ativo. ⁽⁸⁾

Fonte: Envelhecimento Ativo: Uma política de Saúde. 2005.

2.1.3 Qualidade de Vida e Envelhecimento

Qualidade de vida é “a percepção que o indivíduo tem de sua posição na vida dentro do contexto de sua cultura e do sistema de valores de onde vive, e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. É um conceito muito amplo, que incorpora de uma maneira complexa a saúde física de uma pessoa, seu estado psicológico, seu nível de dependência, suas relações sociais, suas crenças e relação com características proeminentes no ambiente. ⁽⁹⁾ À medida que um indivíduo envelhece, sua qualidade de vida é fortemente determinada por sua habilidade de manter a autonomia e a independência.

Expectativa de vida saudável é uma expressão geralmente usada como sinônimo de “expectativa de vida sem incapacidades físicas”. Enquanto a expectativa de vida ao nascer permanece uma medida importante do envelhecimento da população, o tempo de vida que as pessoas podem esperar viver sem precisar de cuidados especiais é extremamente importante para uma população em processo de envelhecimento. ⁽⁸⁾

Outros fatores psicológicos que são adquiridos ao longo do curso da vida têm uma grande influência no modo como as pessoas envelhecem. A autoeficiência (a crença na capacidade de exercer controle sobre sua própria vida) está ligada a escolhas pessoais de comportamento durante o processo de envelhecimento e a preparação para a aposentadoria. Saber superar adversidades determina o nível de adaptação a mudanças como a aposentadoria e a crises do processo de envelhecimento como a privação e o início de doenças. Indivíduos de ambos os sexos que se preparam para a velhice e se adaptam a mudanças fazem um melhor ajuste em suas vidas depois dos 60 anos. A maioria das pessoas fica bem

humorada à medida que envelhece e, em geral, os idosos não diferem muito dos jovens no que se refere à capacidade de solucionar problemas.⁽⁸⁾

2.1.4 Percepções sobre o Envelhecimento

A média de vida da população mundial tem aumentado vertiginosamente nos últimos anos, incitando pesquisas sobre os determinantes desta longevidade. Muitas destas pesquisas giram em torno da genética muito embora cerca de 75% da longevidade seja devida a fatores não genéticos, incluindo fatores psicológicos e comportamentais. Além disto, a maioria das pesquisas tem focado nos fatores que influenciariam negativamente esta sobrevivência, como as doenças crônicas não transmissíveis e poucas são as pesquisas que enfatizam os fatores positivos, como percepções e crenças que beneficiariam e promoveriam uma sobrevida maior. Isto foi demonstrado em um estudo com 338 homens e 322 mulheres onde aqueles indivíduos que apresentavam uma autopercepção de envelhecimento mais positiva no início do estudo tiveram maior sobrevida ao longo de 23 anos de observação.^(10,11) Os autores encontraram ainda uma forte correlação positiva entre a percepção positiva sobre o envelhecimento e o desejo de viver, reforçando ainda mais a associação entre percepção positiva e a longevidade.

No estudo de Levy e colaboradores⁽¹¹⁾ citado acima, foi demonstrado uma diminuição na expectativa de vida de 7,5 anos naqueles indivíduos que possuíam percepções negativas sobre o envelhecimento. Conclui-se, portanto, a partir deste estudo, que uma autopercepção negativa do envelhecimento pode diminuir a expectativa de vida. Por outro lado, conclui-se também que uma autopercepção positiva sobre o envelhecimento pode aumentar a expectativa de vida.

A pesquisa sobre autopercepção do envelhecimento teve início em 1934 quando Mead ⁽¹²⁾ afirmou que atitudes positivas e/ou negativas em relação a si próprio são internalizadas e tornam-se parte do “eu” individual e que o indivíduo assume as atitudes que lhe são impostas por outros. A autopercepção, portanto, reflete as percepções dos outros em relação ao indivíduo.

Os estereótipos do envelhecimento são criados e incorporados internamente ao longo da vida e contribuem para a formação da autopercepção sobre o envelhecimento. Estes estereótipos são aceitos e incorporados pelos jovens sem muito questionamento. Ao envelhecer, estes conceitos prévios fazem parte da personalidade dos indivíduos e podem produzir efeitos negativos de incapacidade e inutilidade.^{(13), (14)}

O aumento da longevidade tem incitado muitas pesquisas em populações idosas. A maior preocupação tem sido em promover um envelhecimento ativo, reduzindo ao máximo as limitações funcionais destes indivíduos, antecipando fatores que possam levar a incapacidades físicas e cognitivas.⁽¹⁵⁾

Poucos estudos, no entanto, têm focado nos aspectos psicológicos e sociais que podem também influenciar na promoção de incapacidades e interferir negativamente no processo de envelhecimento ativo e bem sucedido. Entre estes fatores sociopsicológicos que podem ser perfeitamente modificados está a percepção sobre o envelhecimento, isto é, como o indivíduo sente o processo de seu próprio envelhecimento.⁽¹⁶⁾

O processo pelo o qual um indivíduo desenvolve a percepção sobre envelhecer passa por duas etapas. Primeiramente, este indivíduo internaliza expectativas ao longo da vida antes de envelhecer. Adjetivos como desastrado e vagaroso são freqüentemente associados a envelhecer. A segunda etapa ocorre com o indivíduo já idoso em sua vida diária, com expectativas negativas, em sua

maioria, sobre o envelhecer. Isto pode ser exemplificado quando observamos jovens interagindo com idosos, adotando comportamentos típicos desta relação, onde os jovens tendem a falar mais lentamente, mais alto e usando frases mais curtas, visando facilitar o entendimento daquele indivíduo idoso, já nem tão capaz.⁽¹⁷⁾

Indivíduos idosos podem ser especialmente vulneráveis a expectativas, podendo estas expectativas afetar a recuperação de pacientes idosos, demonstrado por um estudo com indivíduos acima de 65 anos com fratura de quadril. Neste estudo aqueles indivíduos que apresentavam expectativas mais positivas quanto a sua recuperação realmente conseguiram caminhar melhor após três meses da fratura.⁽¹⁸⁾

Pessoas idosas sentem-se mais jovens do que realmente o são e estão geralmente satisfeitas com seu envelhecimento, o que reflete uma percepção positiva em relação ao próprio envelhecimento.⁽¹⁹⁾

A idade subjetiva, ao contrário da idade cronológica, é um construto multidimensional que indica o quanto a pessoa se sente velha e em que grupo etário ela se coloca. Foi demonstrado por vários autores que pessoas acima de 40 anos sentem-se mais jovem do que realmente são.⁽²⁰⁾ A idade sentida, ou seja, psicológica, deve ser diferenciada da idade subjetiva que é associada a aparência física. A idade física percebida é considerada uma autoavaliação do envelhecimento biológico.

A satisfação com o envelhecimento traduz mais efetivamente a avaliação individual em relação à idade e ao envelhecimento. A medida da satisfação com o envelhecimento é obtida através de perguntas diretas sobre alterações percebidas com o aumento da idade.⁽²¹⁾ Em um estudo realizado por Harris⁽²²⁾ com americanos acima de 65 anos de idade, foi encontrado que enquanto 87% dos indivíduos

estavam satisfeitos com a vida em geral, 64% afirmaram que envelhecer tinha sido melhor do que esperavam e 46% sentiam-se velhos e cansados.

A autopercepção do envelhecimento é um bom indicador de um envelhecimento bem sucedido.⁽²³⁾ Estudos abordando a percepção sobre envelhecimento mostram que uma idade subjetiva jovem e uma alta satisfação com o envelhecimento estão associadas à boa saúde, altos níveis de bem estar e poucos sintomas médicos.⁽¹¹⁾

Westerhof e Barret⁽²⁴⁾ observaram haver diferença significativas na idade psicológica em relação ao nível sócio econômico e Montepare e Lachman⁽²⁵⁾ demonstraram que as mulheres apresentaram maiores discrepâncias na idade subjetiva do que os homens e Kim e Moen⁽²⁶⁾ observaram maior satisfação com o envelhecimento em homens.

Esta satisfação com o envelhecimento, porém, diminui com a idade, havendo uma redução gradual entre a diferença da idade cronológica e a idade física dos indivíduos.⁽¹⁹⁾

A autopercepção do envelhecimento pode afetar a funcionalidade dos indivíduos de três maneiras: comportamental, isto é, agindo de maneira mais saudável; biológica, através de uma melhor imunocompetência; e psicológica, que é o objeto desta dissertação. Indivíduos com percepção mais positiva diante do envelhecimento pensam e sentem de maneira diferente daqueles com percepções mais negativas, influenciando sobremaneira sua capacidade funcional.⁽¹⁹⁾

O impacto da autopercepção do envelhecimento na saúde funcional ao longo do tempo é indiscutível, inclusive tendo maior impacto do que o nível socioeconômico, sexo, auto avaliação de saúde e raça.⁽¹¹⁾

2.1.5 Percepção de Saúde no Envelhecimento

A existência de problemas de saúde não apenas provoca um efeito negativo direto na percepção sobre o envelhecimento como também indireto através de uma percepção negativa sobre a saúde. Portanto, indivíduos idosos com um estado de saúde comprometido podem apresentar uma percepção negativa em relação à sua saúde, o que pode gerar uma percepção negativa sobre o envelhecimento como um todo. Barker et al.⁽³⁰⁾ afirmaram que quanto melhor a saúde de um indivíduo idoso, percebida por ele mesmo, melhor a sua auto percepção de envelhecimento.

Um estudo realizado na Coreia com 291 indivíduos idosos, com idades entre 60 e 90 anos, comprovou a hipótese de que indivíduos com baixo nível de escolaridade e baixo poder sócio econômico apresentam percepções negativas tanto para saúde como para o envelhecimento. Embora pertencentes a uma população que sempre reverenciou os idosos, a influencia da ocidentalização tem que ser levada em conta, visto que os valores culturais estão mudando com a modernização da sociedade.⁽¹⁾

2.2 Escalas e Questionários para Avaliação da Percepção de Envelhecimento

A seguir serão apresentadas algumas escalas e questionários utilizados para avaliação de percepção de envelhecimento.

2.2.1 *Anxiety About Aging Scale*

A escala *Anxiety About Aging Scale* ⁽²⁷⁾ é composta por 20 itens onde as respostas recebem pontos segundo a escala de Likert,⁽²⁸⁾ variando de 1, que indica

“concordo plenamente” a 5 indicando, “discordo totalmente.” As escalas foram recodificadas de maneira que escores maiores indicam maiores níveis de ansiedade. Além disso, a escala incluiu quatro subescalas: medo de pessoas idosas (por exemplo: “Eu gosto de conviver com pessoas idosas”), preocupações psicológicas (por exemplo: “Temo que será muito difícil para mim encontrar satisfação na velhice”), aparência física (por exemplo: “Eu nunca temi o dia em que olharia no espelho e veria meus cabelos brancos”) e medo de perdas (por exemplo: “A medida que envelheço, mais me preocupo com a minha saúde”).

2.2.2 Attitudes Toward Own Aging in The Philadelphia Geriatric Center Morale Scale

Os itens da escala *ATTITUDES TOWARD OWN AGING IN THE PHILADELPHIA GERIATRIC CENTER MORALE SCALE* ⁽²¹⁾ são: (1) “As coisas ficam cada vez piores à medida que envelheço”, (2) “Tenho tanto brio como tinha ano passado”, (3) “À medida que se envelhece torna-se menos útil”, (4) “Eu sou tão feliz hoje como eu era quando era jovem” e (5) “À medida que envelheço as coisas ficam(melhores,piores ou iguais) ao que eu pensei que ficariam”. As opções de resposta para os quatro primeiros itens são concordo totalmente (1), discordo (2), concordo,(3) e concordo plenamente (4). Ao item 5 os participantes selecionam “pior”, “igual”, ou “melhor”, com escores 1, 2, e 3, respectivamente. Os participantes então recebem em escore que varia de 5 a 19, sendo 12 o ponto médio. Um escore menor que corresponde a uma percepção negativa sobre o envelhecimento, enquanto que um escore maior ou igual a 12 corresponde a uma percepção positiva sobre o envelhecimento.

2.2.3 *Aging Perceptions Questionnaire* (APQ)

O *Aging Perceptions Questionnaire* avalia a auto percepção do envelhecimento a partir de oito domínios distintos; sete destes domínios envolvem opiniões sobre o próprio envelhecimento enquanto que o oitavo é chamado domínio da identidade e examina a experiência dos indivíduos com as alterações em relação à doenças Para a avaliação, é utilizada a escala de Likert, com escores de 1 a 5.

O APQ foi desenvolvido a partir da necessidade de instrumentos adequados que medissem a auto percepção do envelhecimento, visto ser este constructo um importante fator que tem sido associado a disfunção funcional e morte em indivíduos idosos. O APQ é um instrumento multidimensional cuja validação mostrou que a auto percepção do envelhecimento está relacionada independentemente com a saúde psicológica e a saúde física.

O APQ foi construído a partir da estrutura do Modelo de Auto regulação de Leventhal.⁽²⁹⁾ A base deste modelo é de que um indivíduo forma uma representação de sua doença ou ameaça a saúde que pode ser dividido em uma serie de dimensões lógicas: identidade (crenças sobre a natureza de sua doença e a relação desta com seus sintomas), cronologia (crenças sobre a duração de sua doença, se esta é aguda, crônica ou cíclica), as conseqüências (crenças sobre o impacto que esta doença tem na sua vida), controle (crenças sobre a maneira de gerenciar esta doenças), causas (crenças sobre as possíveis causas da doença) e as representações emocionais (as respostas emocionais geradas pela doença). Estas dimensões foram compiladas e geraram o *Illness Report Questionnaire* (IRQ) que tem sido utilizado para avaliar a maneira de lidar com as diversas causas de ameaça a saúde e os modelos de adaptação a estes eventos causadores de stress.

Como o processo de envelhecimento é por si só um fator desencadeador de estresse, exigindo dos indivíduos um processo de adaptação às mudanças tanto físicas, fisiológicas e psicológicas, Barker et al.⁽³⁰⁾ sugeriram que a estrutura do SMR fosse utilizada para avaliar as adaptações do indivíduos ao processo de envelhecimento.

As dimensões utilizadas pelos autores foram:

- **identidade:** que avalia crenças sobre o envelhecimento no contexto de saúde, especificamente a relação entre o envelhecimento e as alterações relacionadas à saúde. Estas alterações seriam específicas para o sistema musculoesquelético, cardiovascular, pulmonar, neurológico, psiquiátrico e alguns domínios funcionais como perda de equilíbrio, por exemplo.⁽³¹⁾

-**cronologia:** avalia a consciência do indivíduo acerca de seu envelhecimento e sua experiência com este processo ao longo do tempo. Esta dimensão pode ser crônica (“Sempre me classifico como velho(a)”) ou cíclica (“Passo por fases em que me sinto velho(a)”) A consciência crônica do envelhecimento tem sido associada à inatividade e saúde deficiente⁽³²⁾

- **conseqüências:** avalia as crenças do indivíduo sobre o impacto que o envelhecimento pode ter em sua vida. Estas conseqüências podem ser positivas (“À medida que envelheço vou ganhando sabedoria”) ou negativas (“Envelhecer torna tudo mais difícil pra mim”). As conseqüências positivas têm sido associadas com maior criatividade e melhor sensação de bem estar, enquanto que as conseqüências negativas tem sido associadas com depressão e menor sensação de bem estar.⁽³³⁾

- **controle:** crenças em maneiras individuais de lidar com o processo de envelhecimento. Aqui também encontramos uma subdivisão em controle de experiências positivas (“A qualidade da minha vida social na velhice depende de

mim”) ou de experiências negativas (“A minha mobilidade ao envelhecer não depende de mim”).

- **representações emocionais:** avalia a resposta emocional induzida pelo envelhecimento, mais especificamente através de sentimentos negativos de raiva, medo, depressão, ansiedade, preocupação e tristeza, os quais tem sido associados à alterações negativas na saúde física e funcional e uma baixa resiliência.⁽³⁰⁾ O APQ foi então desenvolvido a partir destas dimensões e aplicado, primeiramente em um grupo de 129 idosos (acima de 65 anos) para testar as propriedades psicométricas do novo instrumento. Um segundo estudo preliminar foi então conduzido para investigar a confiabilidade de teste-reteste usando um grupo de 143 idosos (acima de 65 anos). Quando comparado a outros instrumentos também utilizados para medir dimensões do envelhecimento, o APQ mostrou ser capaz de fornecer informações diferentes das de outros instrumentos, confirmando a complexidade do processo de envelhecimento.

A validação do instrumento foi realizada em 2033 indivíduos com idade média de 74 anos. Na época da validação, o APQ contava com 35 itens que faziam parte de sete subescalas sobre opiniões sobre o envelhecimento, além da subescala de identidade. Após a validação, três destes itens foram removidos, resultando em 32 itens que compõem o questionário atual, além dos 17 itens da subescala identidade. As subescalas que fazem parte do APQ no quesito opiniões sobre envelhecimento são a duração crônica (avaliada nos itens 1-5), duração cíclica (itens 27, 28, 30, 31 e 32), conseqüências positivas (itens 6, 7 e 8), conseqüências negativas (itens 16-20), controle positivo (itens 10, 11, 12, 14 e 15), controle negativo (itens 21-24) e representações emocionais (itens 9, 13, 25, 26 e 29). A avaliação destes 32 itens é feita através da escala de Likert de 5 pontos, variando de discordo totalmente a concordo plenamente. Com exceção da subescala controle negativo, todas são

pontuadas de 1 a 5. A dimensão identidade é avaliada também através de uma subescala, com 17 itens, que indicam mudanças relacionadas ao estado de saúde. Os indivíduos indicam primeiramente se vivenciaram estas mudanças nos últimos 10 anos (1= sim, 0= não). Caso afirmativo, os participantes indicam se pensam ser esta mudança devida somente ao processo de envelhecer (1= sim, 0= não). Os escores desta subescala podem variar de 0 a 17. O percentual de mudanças em relação a saúde atribuídas ao envelhecimento é dividido pelo número de alterações em relação a saúde vivenciadas e multiplicado por 100, gerando o escore identidade que pode variar de 0 a 100.

2.3 Tradução e Adaptação Cultural de Escalas e Questionários em Saúde

Apesar do aumento do interesse em estudos na área do envelhecimento e da longevidade, ainda não há instrumentos suficientes e adequados para avaliar a percepção que os indivíduos têm sobre o envelhecimento e como este afeta sua qualidade de vida. Muitos destes instrumentos foram criados em outras línguas, especialmente na língua inglesa e, muitas vezes não passam por uma adequada adaptação cultural para serem utilizados em outras populações que não de língua inglesa, como é o caso do Brasil, criando dúvidas quanto à validade dos resultados obtidos por estes instrumentos.⁽³⁴⁾

A qualidade da tradução de um instrumento é fundamental para garantir que os resultados encontrados em uma população de cultura diferente da original não tenham sido comprometidos por questões de linguagem ou contexto cultural inapropriados. Esta tradução e adaptação cultural não deve ser ainda restrita a situações que envolvem países ou idiomas diferentes, visto que países com territórios extensos podem apresentar diversidades lingüísticas que devem ser

adaptadas culturalmente da mesma maneira. Outra situação especial é de culturas dentro de outras culturas como é o caso de imigrantes vivendo em países ou de mesma língua que a materna ou de outra língua, onde não só é necessária a tradução como também a adaptação cultural, mesmo habitando o país de origem do instrumento a ser traduzido.

Existem na literatura vários procedimentos a serem adotados para a tradução e adaptação cultural de instrumentos. O procedimento adotado neste estudo segue as indicações de Beaton et al.⁽³⁵⁾ (Figura 6).

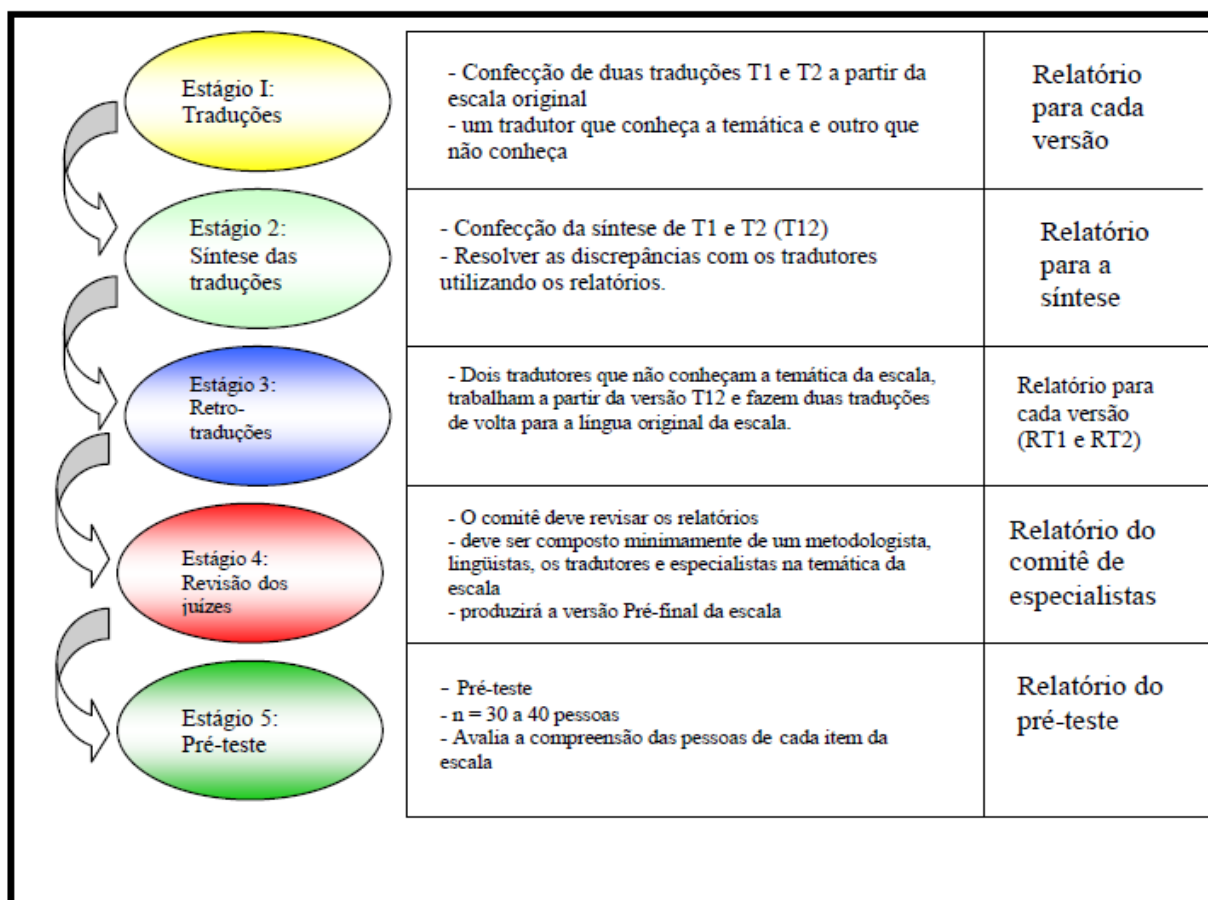


Figura 6. Estágios de tradução e adaptação transcultural recomendados por Beaton et al.⁽³⁵⁾ e adaptado por Viana.⁽³⁶⁾

Fontes: Adaptação e Validação da ASKAS – AGING SEXUAL KNOWLEDGE AND ATTITUDES SCALE em idosos brasileiros ⁽³⁶⁾. *Recommendations for the Cross-Cultural Adaptation of Health Status Measures da American Academy of Orthopaedic Surgeons (AAOS)* ⁽³⁵⁾

3 JUSTIFICATIVA

A importância de instrumentos para a avaliação da percepção de envelhecimento é evidente, sendo, portanto, necessária a tradução e adaptação cultural para uso em diversas populações de culturas diversas.

Apesar do aumento do interesse em estudos na área do envelhecimento e da longevidade, ainda não há instrumentos suficientes e adequados para avaliar a percepção que os indivíduos têm sobre o envelhecimento e como este afeta sua qualidade de vida. A maioria destes instrumentos foram criados em outras línguas, especialmente na língua inglesa e, muitas vezes não passam por uma adequada adaptação cultural para serem utilizados em outras populações que não de língua inglesa, como é o caso do Brasil, criando dúvidas quanto à validade dos resultados obtidos por estes instrumentos.⁽²⁸⁾

4 OBJETIVO

Traduzir para a língua portuguesa brasileira o *Age Perceptions Questionnaire* (APQ) e realizar sua adaptação cultural.

5 MÉTODOS

Trata-se de um projeto que busca a tradução e a adaptação cultural do *Aging Perceptions Questionnaire* (APQ – ANEXO A) para a língua portuguesa brasileira.

5.1 Metodologias para tradução e adaptação cultural de instrumentos

Um método bem estruturado para se realizar a tradução e adaptação cultural é utilizar o processo de tradução e de retrotradução que, segundo o documento *Process of Translation and Adaptation of Instruments* proposto pela Organização Mundial de Saúde, deve ser composto de pelo menos quatro etapas: tradução, retrotradução, avaliação pelo comitê de especialistas e o pré-teste.⁽³⁷⁾

Outras metodologias propõem também etapas sistemáticas para a tradução e adaptação cultural de instrumentos ⁽³⁸⁾, mas os autores mais utilizados e que têm servido como referência metodológica para este tipo de estudo são Beaton, Bombardier e Guillemin.⁽³⁵⁾

O método utilizado foi a tradução do questionário na língua original em inglês para a língua portuguesa brasileira por dois tradutores nativos de língua portuguesa com domínio da língua original e a retrotradução deste questionário por outros dois tradutores nativos da língua inglesa utilizando as diretrizes propostas por Beaton et al.⁽³⁵⁾

Foi solicitada a autorização formal dos autores do questionário original, bem como obtida a aprovação da Comissão Científica e Comitê de Ética em Pesquisa do IGG da PUCRS (ANEXO B).

O estudo aqui apresentado trata da tradução e adaptação transcultural do *Aging Perception Questionnaire* (APQ).

As diretrizes que orientaram este trabalho foram as estabelecidas pela Academia Americana de Cirurgiões Ortopédicos (*American Academy of Orthopaedic Surgeons* - AAOS) e pelo Instituto para Trabalho e Saúde de Toronto, Canadá (*Institute for Work and Health- IWH*) encontradas na publicação “Recomendações para Adaptação Transcultural de Medidas de Estado de Saúde.”⁽³⁵⁾

O processo de tradução e adaptação transcultural visa produzir um instrumento de igual equivalência semântica, idiomática, cultural e conceitual entre a língua de origem e língua alvo.

Estas diretrizes preconizam um processo de cinco estágios, além da etapa inicial de solicitação de autorização para tradução dos autores do instrumento original. Foi solicitada e obtida a autorização para realização do presente estudo da pesquisadora Hannah McGee que é a autora responsável pela correspondência relacionada ao artigo original onde a APQ foi originalmente publicada. A referida autora é a psicóloga chefe do departamento de psicologia do Royal College of Surgeons in Ireland(RCSI).

A seguir são descritos os procedimentos que serão adotados:

- **Estágio I**- consiste da tradução inicial da língua de origem para a língua alvo. Esta deve ser feita por dois tradutores independentes, ambos fluentes em ambas as línguas, tendo a língua alvo como língua materna. Um dos tradutores deve ser, de preferência, um profissional da área da saúde e o outro sem conhecimento da área em questão, não informado sobre os objetivos do trabalho. Neste estágio seriam gerados os documentos T1 e T2.

- **Estágio II**- consiste na produção do documento T12, que seria a síntese das duas traduções iniciais. Neste estágio, uma terceira pessoa é acrescentada ao grupo para compor a terceira versão, ou seja, o documento T12, visando esclarecer dúvidas e discrepâncias entre as duas versões iniciais.

- **Estágio III-** consiste na retro tradução. Neste momento, dois novos tradutores, nascidos em país da língua de origem do documento original e com pleno domínio da língua alvo produzem novos documentos, denominados RT1 e RT2. Estes tradutores não devem ter acesso ao documento original e, de preferência, não ter nenhum conhecimento médico. A retrotradução tem como objetivo verificar a acurácia entre a versão traduzida e a versão original do instrumento em questão, bem como detectar possíveis problemas textuais que poderão influenciar e prejudicar a validade do instrumento quando utilizado na língua alvo.

- **Estágio IV-** consiste na revisão por um comitê de especialistas de todas as etapas do processo. Este comitê deve ser composto pelos profissionais envolvidos em todo o processo, que devem ser todos bilíngües. Este comitê é responsável por decisões fundamentais visando à produção de um instrumento que seja o mais fidedigno ao original.

O processo de avaliação pelo comitê de especialistas servirá para revisar o instrumento T12 e realizar as mudanças necessárias para a validação deste instrumento em outra língua e cultura.

- **Estágio V-** consiste no pré-teste. O instrumento gerado na língua alvo é testado em uma população de aproximadamente 30 a 40 indivíduos. Os indivíduos respondem ao instrumento e após são entrevistados para verificar se houve ou não um bom entendimento do instrumento. Após o pré-teste, é realizada uma avaliação qualitativa do instrumento. Caso ainda haja dúvidas, o comitê reúne-se mais uma vez para elucidar possíveis dúvidas.

Em todos os estágios, quatro áreas de equivalência devem ser levadas em conta:

A) Área semântica - verificar se há duplo sentido nas palavras utilizadas ou dificuldades gramaticais no texto a ser traduzido). Em um estudo sobre adaptação cultural de instrumentos Reichenhein e Morais⁽³⁹⁾ ressaltam a necessidade de uma avaliação semântica entre o original e sua versão traduzida para que esta versão seja utilizada em um contexto cultural diverso do original.

B) Área idiomática- a tradução de idiomas e expressões coloquiais é de difícil tradução. Neste caso, o comitê deve encontrar expressões equivalentes na língua alvo que mantenham o significado do original.

C) Área cultural- as atividades diárias de uma cultura podem diferir de outra. Cabe ao comitê identificar estas diferenças e fornecer subsídios para o bom entendimento do instrumento, adaptando o item em questão culturalmente.

D) Área conceitual- freqüentemente algumas palavras carregam conceitos diferentes em diferentes culturas. Cabe mais uma vez ao comitê de especialistas aproximar ao máximo estes conceitos na língua alvo para manter a integridade do instrumento.

Após a tradução e adaptação cultural do instrumento, pode-se proceder à sua validação, aplicando-o em uma amostra maior da população, o que não é o objeto deste trabalho no momento.

5.2 Processos do Método de Tradução e Adaptação do *Aging Perceptions Questionnaire*

No caso do presente estudo, todos os itens do questionário original foram considerados relevantes para a população brasileira. Foi obtida autorização da autora responsável pelo artigo original e foi encaminhado o processo de tradução (Anexo C).

Seguindo as recomendações de Beaton et al, as etapas da tradução e adaptação cultural do APQ foram as seguintes:

(1) Tradução do instrumento para a língua portuguesa brasileira (T1 e T2)

O instrumento foi traduzido do inglês para o português por dois tradutores brasileiros com fluência na língua inglesa. A tradutora 1 é bacharel em Letras - Tradutor Inglês –Francês-Português e tradutora juramentada de textos técnicos, sem nenhum conhecimento na área médica e desconhecia o instrumento a ser traduzido. A tradutora 2 é bacharel em Letras -Tradutor Inglês –Francês -Português, professora de inglês e francês , tradutora de textos técnicos especialmente da área da saúde, além de médica e pesquisadora principal deste trabalho. Desta forma foram gerados os documentos T1 e T2 respectivamente

(2) Síntese das duas traduções (T12)

Após as traduções, os dois documentos foram submetidos ao comitê de especialista composto por um epidemiologista, por um profissional médico e pelo tradutor médico , todos bilíngües que, conjuntamente, elaboraram a síntese da T1 e

T2, o documento T12(anexo F) que, submetida ao segundo tradutor, obteve sua aprovação.

(3) Retrotradução

O documento T12 foi então enviado a dois outros tradutores para as retro traduções. Um dos tradutores era nascido nos Estados Unidos e o outro nascido na Inglaterra, sendo este último tradutor e escritor de dicionários bilíngües português-inglês. Ambos eram fluentes em português do Brasil. Foram criados nesta etapa, dois novos documentos, RT1 e RT2. Um dos tradutores reuniu-se com a pesquisadora e tradutora médica para elaborar a síntese das duas retro traduções e elaborar o documento RT3 (Anexo G) Palavras e expressões que diferiam entre as duas retro traduções foram sublinhadas e analisadas posteriormente quanto a melhor escolha para o documento final. Após o acordo entre os dois tradutores, o documento RT3 foi remetido ao comitê de especialistas para análise e comparação ao documento original .Todos os membros do comitê de especialistas eram fluentes em inglês e português brasileiro.Neste momento, o documento original, a versão T12 e a RT3 foram comparadas pelo comitê para análise semântica, idiomática, conceitual e cultural. Nenhum dos membros do comitê recebeu pagamento para esta tarefa. Apenas os dois tradutores responsáveis pelas retro traduções e o tradutor de T2 foram pagos pelo trabalho.

(4) Pré-teste

Após a etapa de retro tradução, foi realizado o pré-teste com 30 indivíduos acima de 60 anos, pacientes do ambulatório de Geriatria do Hospital São Lucas da

PUCRS, que responderam ao questionário T12, após as alterações do comitê de especialistas. Estes indivíduos assinaram um termo de consentimento esclarecido para participar do pré-teste.

A seguir, cada participante foi entrevistado individualmente pela pesquisadora quanto ao entendimento do questionário e possíveis dúvidas que tiveram para responder às questões do instrumento. O objetivo principal do pré-teste é fazer uma avaliação qualitativa do instrumento para verificar seu entendimento para a população a que se destina.

5.3 CONSIDERAÇÕES ÉTICAS

O estudo foi realizado após apreciação e aprovação da Comissão Científica do IGG-PUCRS e do Comitê de Ética em Pesquisa- PUCRS (ANEXO B).

Os pesquisadores seguiram as recomendações da resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde.ⁱ

Todos os participantes do pré-teste assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido (Apêndice A).

6 RESULTADOS

Os resultados da presente dissertação de mestrado dizem respeito à tradução e adaptação cultural do *Aging Perception Questionnaire* (APQ).

Inicialmente, serão apresentados os resultados relativos das etapas I e II (Quadro 1).

Quadro 1. Apresentação das etapas I e II referentes à tradução e adaptação cultural do *Aging Perception Questionnaire* (APQ).

<p><i>Aging Perceptions Questionnaire (APQ)</i></p> <p><i>These questions assess your views and experiences of getting older. Since everyone is getting older, these questions can be answered by anyone of any age. There are no right or wrong answers – just your experiences and views. Even if the statement relates to something you do not often think about in relation to yourself, please try to give an indication of your views by answering every question.</i></p>
<p>T1 = Questionário sobre percepções de envelhecimento (APQ)</p> <p>Estas perguntas avaliam as suas visões e experiências do processo de envelhecimento. Como todos estão envelhecendo, elas podem ser respondidas por qualquer pessoa de qualquer idade. Não há certo ou errado, apenas suas experiências e pontos de vista. Mesmo que a afirmação se relacione com algo sobre o qual você não pensa com frequência em relação a si mesmo queira, tente dar uma indicação de suas visões sobre o tema, respondendo a todas as perguntas.</p> <p>T2 = As questões abaixo avaliam suas opiniões e experiências sobre o processo de envelhecimento. Como todos nós envelhecemos, estas perguntas podem ser respondidas por pessoas de qualquer idade. Não existem respostas certas ou erradas, apenas suas experiências e opiniões. Mesmo que a questão seja sobre um assunto sobre o qual você não pensa com frequência em relação a si mesmo queira, por gentileza nos dar uma idéia do que pensa, respondendo a todas as perguntas.</p>

T12= Questionário sobre percepções de envelhecimento (APQ)

As questões abaixo avaliam suas opiniões e experiências sobre o processo de envelhecimento. Como todos estão envelhecendo, estas questões podem ser respondidas por qualquer pessoa de qualquer idade. Não existem respostas certas ou erradas, apenas suas experiências e opiniões. Mesmo que a questão seja sobre um assunto que você não pense com frequência em relação a si mesmo, favor tentar dar uma idéia do que pensa, respondendo a todas as perguntas.

A) VIEWS ABOUT AGING

We are interested in your own personal views and experiences about getting older. Please indicate your views on the following statements(strongly disagree, disagree ,neither agree nor disagree, agree, or strongly disagree). Circle the response that best describes your views for each statement.

T1 = A) VISÕES SOBRE O ENVELHECIMENTO

Estamos interessados nas suas próprias visões e experiências pessoais sobre o processo de envelhecimento. Indique suas visões sobre as afirmações seguintes (discordo totalmente, discordo, não concordo nem discordo, concordo ou concordo plenamente). Circule a resposta que melhor descreve sua visão para cada afirmação.

T2 = A) OPINIÕES SOBRE O ENVELHECIMENTO

Estamos interessados na sua opinião e experiências pessoais sobre o processo de envelhecimento. Queria indicar seu parecer sobre as afirmações seguintes (discordo totalmente, discordo, não concordo nem discordo, concordo ou concordo plenamente). Circule a resposta que melhor define sua opinião para cada afirmação.

T12= A) OPINIÕES SOBRE O ENVELHECIMENTO

Estamos interessados nas suas opiniões e experiências pessoais sobre o processo de envelhecimento. Indique suas opiniões sobre as afirmações seguintes (discordo totalmente, discordo, não concordo nem discordo, concordo ou concordo plenamente). Circule a resposta que melhor descreve sua opinião sobre cada afirmação.

1. I'm conscious of getting older all of the time.

T1= Estou ciente de estar envelhecendo o tempo todo.

T2= Tenho consciência de que estou envelhecendo o tempo todo.

T12= Tenho consciência de estar envelhecendo o tempo todo.

Relatório: Ter consciência de estar envelhecendo traduz melhor semanticamente *I'm conscious of getting older.*

2. *I am always aware of my age.*

T1= Estou sempre consciente de minha idade

T2= Sempre tenho consciência da minha idade

T12= Estou sempre ciente da minha idade

Relatório: *To be aware* significa estar ciente e não consciente.

3. *I always classify myself as old.*

T1= Sempre me classifico como uma pessoa velha.

T2= Sempre me classifico como velho/a.

T12= Sempre me classifico como velho/a.

Relatório: Preferiu-se manter a fidelidade do original, sem a palavra pessoa.

4. *I am always aware of the fact that I am getting older.*

T1= Estou sempre consciente do fato de estar envelhecendo.

T2= Estou sempre consciente do fato de que estou envelhecendo.

T12= Estou sempre consciente do fato de que estou envelhecendo.

Relatório: Aqui não houve dúvidas quanto às traduções.

5. *I feel my age in everything I do.*

T1= Sinto minha idade em tudo o que faço.

T2= Sinto minha idade em tudo que faço.

T12= Sinto minha idade em tudo que faço.

Relatório: A inclusão da palavra “o” não modifica o sentido da afirmação sendo, portanto, desnecessária.

6. *As I get older I get wiser.*

T1= Com o envelhecimento, vou ficando mais sábio.

T2= À medida que envelheço, vou ganhando sabedoria.

T12= À medida que envelheço, vou ganhando sabedoria.

Relatório: houve equivalência entre as duas traduções

7. *As I get older I continue to grow as a person.*

T1= Com o envelhecimento, continuo crescendo como pessoa.

T2= À medida que envelheço, continuo crescendo como pessoa.

T12= À medida que envelheço, continuo crescendo como pessoa.

Relatório: houve equivalência entre as duas traduções.

8. *As I get older, I appreciate things more.*

T1= Com o envelhecimento, aprecio mais as coisas.

T2= À medida que envelheço, aprecio mais as coisas.

T12= À medida que envelheço, aprecio mais as coisas.

Relatório: houve equivalência entre as duas traduções.

9. *I get depressed when I think about how ageing might affect the things I can do.*

T1= Fico deprimido (a) quando penso como a idade pode afetar tudo o que faço.

T2= Fico deprimido/a quando penso sobre como o envelhecimento pode afetar aquilo que eu posso fazer.

T12= Fico deprimido/a quando penso sobre como o envelhecimento pode afetar as coisas que eu consigo fazer.

Relatório: optou-se pela T2 pois *ageing* é melhor traduzido por envelhecimento, com a alteração da palavra posso por conseguir visto ter o original a palavra *can* que significa ter habilidade de.

10. *The quality of my social life in later life depends on me.*

T1= A qualidade da minha vida social na velhice depende de mim.

T2= A qualidade da minha vida social nos anos da maturidade depende de mim.

T12= A qualidade da minha vida social na velhice depende de mim.

Relatório: *later life* tem maior equivalência com velhice do que anos de maturidade.

11. *The quality of my relationships with others in later life depends on me.*

T1= A qualidade de minhas relações interpessoais na velhice depende de mim.

T2= A qualidade de meus relacionamentos com os outros na vida madura depende de mim.

T12= A qualidade de minhas relações com os outros na velhice depende de mim.

Relatório: preferiu-se a expressão com os outros ao invés de interpessoais pelo melhor entendimento para todas as populações, independente do nível de escolaridade.

12. *Whether I continue living life to the full depends on me.*

T1= O fato de continuar vivendo a vida plenamente depende de mim.

T2= Se eu vou continuar vivendo a vida plenamente é algo que depende de mim.

T12= Se eu vou continuar vivendo a vida plenamente é algo que depende de mim.

Relatório: A T2 aproxima-se mais semanticamente do original pois a palavra *whether* envolve condição, sendo equivalente a se em português.

13. *I get depressed when I think about the effect that getting older might have*

on my social life.

T1= Sinto-me deprimido/a quando penso como o envelhecimento pode afetar a minha vida social.

T2= Sinto-me deprimido/a quando penso como o envelhecimento pode afetar a minha vida social.

T12= Sinto-me deprimido/a quando penso como o envelhecimento pode afetar a minha vida social.

Relatório: Houve equivalência entre as duas traduções.

14. As I get older there is much I can do to maintain my independence.

T1= O envelhecimento coloca um limite no que posso fazer para manter minha independência.

T2= À medida que vou envelhecendo, há muito que posso fazer para manter minha independência.

T12= À medida que vou envelhecendo, há muito que posso fazer para manter minha independência.

Relatório: A expressão *à medida que vou envelhecendo* reflete semanticamente a expressão inglesa *as I get older*.

15. Whether getting older has positive sides to it depends on me.

T1= O fato de envelhecer ter aspectos positivos é algo que depende de mim.

T2= Se o fato de envelhecer terá aspectos positivos é algo que depende de mim.

T12= Se o fato de envelhecer terá aspectos positivos é algo que depende de mim.

Relatório: Aqui a palavra *whether* é o equivalente a *se* em português, embora mais tarde este item tenha sofrido alterações após o pré-teste.

16. Getting older restricts the things that I can do.

T1= Envelhecer restringe as coisas que posso fazer.

T2= Envelhecer restringe as coisas que posso fazer.

T12= Envelhecer restringe as coisas que posso fazer.

Relatório: houve equivalência entre as duas traduções.

17. Getting older makes me less independent.

T1= Envelhecer me torna menos independente.

T2= Envelhecer me torna menos independente.

T12= Envelhecer me torna menos independente.

Relatório: houve equivalência entre as duas traduções

18. Getting older makes everything a lot harder.

T1= Envelhecer torna tudo muito mais difícil para mim.

T2= Envelhecer torna tudo muito mais difícil para mim.

T12= Envelhecer torna tudo muito mais difícil para mim.

Relatório: houve equivalência entre as duas traduções.

19. As I get older I can take part in fewer activities.

T1= Com o envelhecimento ,posso participar de cada vez menos atividades.

T2= À medida que envelheço, são menos as atividades de que posso participar.

T12= À medida que envelheço, posso participar de cada vez menos atividades.

Relatório: A expressão *à medida que envelheço* reflete semanticamente a expressão inglesa *as I get older*.

20. As I get older I do not cope as well with problems that arise.

T1= Com o envelhecimento, não enfrento tão bem os problemas que surgem.

T2= À medida que envelheço, já não lido tão bem com os problemas que surgem.

T12= À medida que envelheço, já não lido tão bem com os problemas que surgem.

Relatório: A expressão *à medida que envelheço* reflete semanticamente a expressão inglesa *as I get older*.

21. Slowing down with age is not something I can control.

T1= A diminuição do ritmo de vida com a idade não é algo que eu possa controlar.

T2= Diminuir o ritmo com a idade não é algo que eu possa controlar.

T12= A diminuição do ritmo de vida com a idade não é algo que eu possa controlar.

Relatório: a expressão *slowing down* neste caso está empregada como sendo um substantivo, sendo melhor traduzida pela expressão *diminuição do ritmo de vida*, também com função de substantivo.

22. How mobile I am in later life is not up to me.

T1= A minha mobilidade ao envelhecer não depende de mim.

T2= A minha capacidade de mobilidade na vida madura não é determinada por mim.

T12= A minha mobilidade ao envelhecer não depende de mim.

Relatório: *To be up to somebody*(me no caso) significa depender de alguém (mim , no caso).

23. I have no control over whether I lose vitality or zest for life as I age.

T1= Não tenho controle sobre perder vitalidade ou entusiasmar-se pela vida à medida que envelheço.

T2= Não tenho controle sobre a perda de vitalidade ou do entusiasmo pela vida à

medida que vou envelhecendo.

T12= Não tenho controle sobre a perda de vitalidade ou do entusiasmo pela vida à medida que vou envelhecendo.

Relatório: *zest* é um substantivo e sempre que possível deve-se manter a estrutura semelhante ao original ao ser realizada uma tradução, por isto a opção por *entusiasmo*.

24. I have no control over the effects which getting older has on my social life.

T1= Não posso controlar os efeitos que o envelhecimento exerce sobre minha vida social.

T2= Não tenho controle sobre os efeitos que o envelhecimento exerce sobre minha vida social.

T12= Não tenho controle sobre os efeitos que o envelhecimento exerce sobre minha vida social.

Relatório: No original não havia nenhuma menção a não **poder** controlar, portanto a melhor opção foi *não ter controle* para *have no control*.

25. I get depressed when I think about getting older.

T1= Fico deprimido (a) quando penso em envelhecer.

T2= Fico deprimido (a) quando penso sobre envelhecer.

T12= Fico deprimido (a) quando penso em envelhecer.

Relatório: *Think about* equivale a *pensar em*.

26. I worry about the effects that getting older may have on my relationships with others.

T1= Preocupo-me em como o envelhecimento pode influenciar meus relacionamentos com os outros.

T2= Me preocupo com os efeitos que o envelhecimento pode ter sobre meus relacionamentos com os outros.

T12= Eu me preocupo com os efeitos que o envelhecimento pode ter sobre meus relacionamentos com os outros.

Relatório: Mesmo não sendo necessária a presença do sujeito no início de frases na língua portuguesa, ao contrário da língua inglesa, foi decisão dos tradutores junto ao comitê a manutenção do sujeito *eu* como a estrutura no original.

27. I go through cycles in which my experience of ageing gets better and worse.

T1= Minha experiência com o envelhecimento é cíclica: às vezes piora e às vezes

melhora.

T2= Passo por ciclos em que minha experiência de envelhecimento fica melhor e pior.

T12= Minha experiência com o envelhecimento é cíclica: às vezes piora e às vezes melhora.

Relatório: A opção pela T1 deve-se ao fato de proporcionar um melhor entendimento do que se quer avaliar, isto é a experiência cíclica do envelhecimento.

28. *My awareness of getting older comes and goes in cycles.*

T1= Minha consciência de estar envelhecendo é cíclica: vai e volta.

T2= Minha consciência de estar envelhecendo vai e volta em ciclos.

T12= Minha consciência de estar envelhecendo vai e volta em ciclos.

Relatório: *Comes and goes in cycles* equivale a vai e volta em ciclos exatamente.

29. *I feel angry when I think about getting older.*

T1= Fico furioso (a) quando penso em envelhecer.

T2= Fico revoltado (a) quando penso em envelhecer.

T12= Fico furioso (a) quando penso em envelhecer.

Relatório: *Angry* significa *furioso, brabo*, neste contexto.

30. *I go through phases of feeling old.*

T1= Passo por fases em que me sinto velho (a).

T2= Passo por fases em que me sinto velho (a).

T12= Passo por fases em que me sinto velho (a).

Relatório: houve equivalência entre as duas traduções.

31. *My awareness of getting older changes a great deal from day to day.*

T1= Minha consciência de estar envelhecendo varia muito de um dia para outro.

T2= Minha consciência do fato de estar envelhecendo muda muito de um dia para outro.

T12= Minha consciência de estar envelhecendo muda muito de um dia para outro.

Relatório: Não há necessidade de acrescentar **o fato de** na expressão *estar envelhecendo* para traduzir a *of getting older*. Mudar é mais comumente utilizado do que *variar*.

32. *I go through phases of viewing myself as being old.*

T1= Passo por fases em que me vejo como velho (a).

T2= Passo por fases em que me vejo como velho (a).

T12= Passo por fases em que me vejo como velho (a).

Relatório: houve equivalência entre as duas traduções.

B) EXPERIENCE OF HEALTH-RELATED CHANGES

The next list describes some health-related changes you may have experienced. Can you tell me whether you have experienced these changes in the last 10 years and whether you believe that the changes experienced are specifically related to getting older or not.

HAVE you experienced this change? Yes No

'In terms of changes you HAVE experienced: Do you think this change is ONLY related to, or due to the fact that, you are getting older?' Yes No

T1= B) EXPERIÊNCIAS COM MUDANÇAS RELACIONADAS À SAÚDE

A lista a seguir descreve algumas mudanças relacionadas à saúde que talvez você tenha vivenciado. Pode me dizer se vivenciou essas *experiências* nos últimos 10 anos e se acredita que as mudanças vivenciadas estão especificamente relacionadas com o envelhecimento?

Você VIVENCIOU esta mudança? Sim Não

'Em termos de mudanças que você VIVENCIOU: Acha que esta mudança está relacionada ou deve-se EXCLUSIVAMENTE ao fato de você estar envelhecendo?
Sim Não

T2= B) EXPERIÊNCIAS COM MUDANÇAS RELACIONADAS À SAÚDE

A lista a seguir descreve algumas mudanças relacionadas à saúde que talvez você tenha vivenciado. Pode me dizer se vivenciou essas *mudanças* nos últimos 10 anos e se acredita que as mudanças vivenciadas estão especificamente relacionadas com o envelhecimento?

Você VIVENCIOU esta mudança? () Sim () Não

'Em termos de mudanças que você VIVENCIOU: Acha que esta mudança está relacionada ou deve-se EXCLUSIVAMENTE ao fato de você estar envelhecendo?
() Sim () Não

Original	T1	T2
<i>Weight problems</i>	Problemas com o peso	Problemas com o peso
<i>Sleeping problems</i>	Problemas com o sono	Problemas com o sono
<i>Back problems or slipped disc</i>	Problemas nas costas ou hérnia de disco	Problemas nas costas ou hérnia de disco
<i>Painful joints</i>	Dor nas articulações	Dor nas articulações

<i>Lack of mobility</i>	Não ter mobilidade	Não ter mobilidade
<i>Loss of balance</i>	Perda de equilíbrio	Perda de equilíbrio
<i>Loss of strength</i>	Perda de força	Perda de força
<i>Slowing down</i>	Redução do ritmo	Redução do ritmo <i>de vida</i>
<i>Cramps</i>	Câimbras	Câimbras
<i>Bone or joint problems</i>	Problemas nos ossos ou articulações	Problemas nos ossos ou articulações
<i>Heart problems</i>	Problemas cardíacos	Problemas cardíacos
<i>Hearing problems</i>	Problemas de audição	Problemas de audição
<i>Eyesight problems</i>	Mudanças na visão	Mudanças na visão
<i>Respiratory problems</i>	Problemas respiratórios	Problemas respiratórios
<i>Foot problems</i>	Problemas nos pés	Problemas nos pés
<i>Depression</i>	Depressão	Depressão
<i>Anxiety</i>	Ansiedade	Ansiedade

T1= tradução do tradutor técnico T2= tradução do tradutor médico T12=síntese das duas traduções.

Os resultados relativos à etapa III são apresentados no Quadro 2.

Quadro 2. Análise e elaboração da síntese das retrotraduções (RT3).

T12= As questões abaixo avaliam suas opiniões e experiências sobre o processo de envelhecimento. Como todos estamos envelhecendo, estas questões podem ser respondidas por qualquer pessoa de qualquer idade. Não existem respostas certas ou erradas, apenas suas experiências e opiniões. Mesmo que a questão seja sobre um assunto que você não pense com frequência em relação a si mesmo favor tentar dar uma idéia do que pensa, respondendo a todas as perguntas.

RT1= *The questions below evaluate your opinions and experiences regarding the aging process. Since we are all getting older, these questions can be answered by people of any age. There are no right or wrong answers, only your experiences and opinions. Even if the question is about something you do not often think about with respect to yourself, please try to give an idea of what you think, answering all of the questions.*

RT2= *The questions below are intended to assess your views and experience of the aging process. Since everybody is getting older, these questions can be answered by people of any age. There are no right or wrong answers, just your experience and opinions. Even if a particular question is about something you don't often think about with regard to yourself, please try to give an idea of what you think so that you answer every question.*

RT3= *The questions below assess your views and experiences of the aging process. Since everybody is getting older, these questions can be answered by people of any age. There are no right or wrong answers, just your experience and opinions. Even if a particular question is about something you don't often think about with regard to yourself, please try to give an idea of what you think, by answering*

every question.

Relatório: No documento T12 utilizou-se o verbo “avaliar” que pode ser traduzido por *evaluate* e *assess*, a opção para a retrotradução final. “Opiniões” gerou *opinions and views*, optando-se por *views*. “Todos” gerou *everybody* e *we*, que podem ser utilizados no contexto sem perda de sentido. A opção foi *everybody* neste caso. “Apenas” foi traduzido por *only* e *just*, que são sinônimos, optando-se pela última. “A questão” foi traduzida por *the question* e *a particular question*, sendo a primeira mais fiel ao português. “Em relação a si” foi traduzido por *in respect to yourself* e *with regard to yourself*, sendo a última a escolhida por manter-se mais fiel ao significado exato. “Respondendo” é melhor traduzido por *answering* e esta foi a escolha do comitê.

PARTE A

T12= OPINIÕES SOBRE O ENVELHECIMENTO - Estamos interessados nas suas opiniões e experiências sobre o processo de envelhecimento. Indique suas opiniões sobre as afirmações seguintes (discordo totalmente, discordo, não concordo nem discordo, concordo ou concordo plenamente). Circule a resposta que melhor descreve sua opinião sobre cada afirmação.

RT1= OPINIONS ON AGING - We are interested in your personal opinions and experiences about the aging process. Indicate your opinions about the following statements (strongly disagree, disagree, neither agree nor disagree, agree, strongly agree). Circle the answer that best describes your opinion about each statement.

RT2= OPINIONS ON AGING - We are interested in your personal opinions and experience of the aging process. Tick the box which best describes your view on the statements below (I completely disagree, I disagree, I neither agree nor disagree, I agree or I completely agree).

RT3= OPINIONS ON AGING - We are interested in your personal opinions and experiences about the aging process. Indicate your view on the following statements (strongly disagree, disagree, neither agree nor disagree, agree or strongly agree).

Circle the answer that best describes your opinion about each statement.

Relatório= "Circule a melhor resposta" é melhor traduzido por *circle the answer that best describes* ao invés de *tick the box*, que seria marcar com um X no quadrado correspondente à resposta. O advérbio *strongly* reflete melhor a ênfase que se quer dar à opção 1 – discordo totalmente e à opção 5 - concordo plenamente.

T12= 1.Tenho consciência de estar envelhecendo o tempo todo.

RT1= *I am aware that I'm getting older all the time.*

RT2= *I am aware of getting older all the time.*

RT3= *I am aware of getting older all the time.*

T12= 2. Estou sempre consciente da minha idade.

RT1= *I am always aware of my age.*

RT2= *I am always aware of my age.*

RT3= *I am always aware of my age.*

T12= 3. Sempre me classifico como velho/a.

RT1= *I always classify myself as old.*

RT2= *I always describe myself as old.*

RT3= *I always classify myself as old*

T12= 4. Estou sempre consciente do fato de que estou envelhecendo.

RT1= *I am always aware of the fact that I am getting older.*

RT2= *I am always aware of the fact that I am getting older.*

RT3= *I am always aware of the fact that I am getting older*

T12= 5. Sinto minha idade em tudo que faço.
<p>RT1= <i>I feel my age in everything I do.</i></p> <p>RT2= <i>I feel my age in everything I do.</i></p> <p>RT3= <i>I feel my age in everything I do</i></p>
T12= 6. À medida que envelheço, vou ganhando sabedoria.
<p>RT1= <i>As I get older, I get wiser.</i></p> <p>RT2= <i>As I get older, I am getting wiser.</i></p> <p>RT3= <i>As I get older, I get wiser.</i></p>
T12= 7. À medida que envelheço, continuo crescendo como pessoa.
<p>RT1= <i>As I get older, I keep growing as a person.</i></p> <p>RT2= <i>As I get older, I continue to grow as a person.</i></p> <p>RT3= <i>As I get older, I continue to grow as a person</i></p>
T12= 8. À medida que envelheço, aprecio mais as coisas.
<p>RT1= <i>As I get older, I appreciate things more.</i></p> <p>RT2= <i>As I get older, I appreciate things more.</i></p> <p>RT3= <i>As I get older I appreciate things more.</i></p>
T12= 9. Fico deprimido/a quando penso sobre como o envelhecimento pode afetar as coisas que eu consigo fazer.
<p>RT1= <i>I get depressed when I think about how getting older can affect the things that I can do.</i></p> <p>RT2= <i>I get depressed when I think how aging may affect what I am able to do.</i></p> <p>RT3= <i>I get depressed when I think about how aging may affect the things that I can do.</i></p>
T12= 10. A qualidade da minha vida social na velhice depende de mim.
<p>RT1= <i>The quality of my social life in old age depends on me.</i></p>

RT2= The quality of my social life in my old age is up to me.

RT3= *The quality of my social life in old age depends on me.*

T12= 11. A qualidade de meus relacionamentos com os outros na velhice depende de mim.

RT1= *The quality of my relationships with others in old age depends on me.*

RT2= *The quality of my relationships with others in my old age is up to me.*

RT3= *The quality of my relationships with others in old age depends on me.*

T12= 12. Se eu vou continuar vivendo a vida plenamente é algo que depende de mim.

RT1= *Whether I keep living life to the fullest is something that depends on me.*

RT2= *Whether I continue to live life to the full is up to me.*

RT3= *Whether I continue to live life to the full depends on me.*

T12= 13. Fico deprimido/a quando penso como o envelhecimento pode afetar minha vida social.

RT1= *I get depressed when I think about how getting older can affect my social life.*

RT2= *I get depressed when I think how aging may affect my social life.*

RT3= *I get depressed when I think about how aging may affect my social life.*

T12= 14. À medida que vou envelhecendo, há muito que posso fazer para manter minha independência.

RT1= *As I get older, there are many things I can do to maintain my independence.*

RT2= *As I get older, there is a lot I can do to help keep my independence.*

RT3= *As I get older, there is a lot I can do to help maintain my independence.*

T12= 15. Se o fato de envelhecer terá aspectos positivos é algo que depende de mim.

RT1= *Whether getting older will have positive aspects is something that depends on*

me.

RT2= Whether aging will have any plus sides is up to me.

RT3= Whether *aging will have* any positive sides depends on me.

T12= 16. Envelhecer restringe as coisas que posso fazer.

RT1= *Getting older restricts the things that I can do.*

RT2= *Getting older restricts what I am able to do.*

RT3= *Getting older restricts the things that I can do.*

T12= 17. Envelhecer me torna menos independente.

RT1= *Getting older makes me less independent.*

RT2= *Getting older makes me less independent.*

RT3= *Getting older makes me less independent.*

T12= 18. Envelhecer torna tudo muito mais difícil para mim.

RT1= *Getting older makes everything more difficult for me.*

RT2= *Getting older makes everything much harder for me.*

RT3= *Getting older makes everything much harder for me.*

T12= 19. À medida que envelheço, posso participar de cada vez menos atividades.

RT1= *As I get older, I can participate in fewer activities.*

RT2= *As I get older, I am able to take part in fewer and fewer activities.*

RT3= *As I get older, I am able to take part in fewer activities.*

T12= 20. À medida que envelheço, já não lido tão bem com os problemas que surgem.

RT1= *As I get older, I can no longer deal as well with problems that arise.*

RT2= *As I get older, I am no longer able to cope so well with problems that come up.*

RT3= *As I get older, I can no longer cope so as well with problems that come up.*

T12=21. A diminuição do ritmo de vida com a idade não é algo que eu possa controlar.

RT1= Slowing down with age is not something that I can control.

RT2= Slowing down with age is not something I can control.

RT3= Slowing down with age is not something I can control.

T12= 22. A minha mobilidade ao envelhecer não depende de mim.

RT1= My mobility as I get older does not depend on me.

RT2= My mobility as I age does not depend on me.

RT3= My mobility as I age does not depend on me.

T12= 23. Não tenho controle sobre a perda de vitalidade ou de entusiasmo pela vida à medida que vou envelhecendo.

RT1= I have no control over the loss of vitality or enthusiasm for life as I get older.

RT2= I have no control over the loss of energy and lust for life that happens as I get older.

RT3= I have no control over the loss of vitality and enthusiasm for life as I get older.

T12= 24. Não tenho controle sobre os efeitos que o envelhecimento exerce sobre minha vida social.

RT1= I have no control over the effects that getting older has on my social life.

RT2= I have no control over the effects that aging has on my social life.

RT3= I have no control over the effects that aging has on my social life.

T12= 25. Fico deprimido/a quando penso em envelhecer.

RT1= I get depressed when I think about getting older.

RT2= I get depressed when I think about getting old.

RT3= I get depressed when I think about getting older.

T12= 26. Eu me preocupo com os efeitos que o envelhecimento pode ter sobre meus relacionamentos com os outros.

RT1= *I worry about the effects that getting older can have on my relationships with others.*

RT2= *I worry about the effects that aging may have on my relationships with others.*

RT3= *I worry about the effects that aging may have on my relationships with others.*

T12= 27. Minha experiência com o envelhecimento é cíclica: às vezes piora e às vezes melhora.

RT1= *My experience with aging is cyclic: sometimes it is worse and sometimes it is better.*

RT2= *My experience of aging goes in cycles: I go through worse phases and better phases.*

RT3= *My experience with aging goes in cycles: sometimes it is worse and sometimes it is better.*

T12= 28. Minha consciência de estar envelhecendo vai e volta em ciclos.

RT1= *My awareness of getting older comes and goes in cycles.*

RT2= *My awareness of getting older comes and goes in cycles.*

RT3= *My awareness of getting older comes and goes in cycles.*

T12= 29. Fico furioso/a quando penso em envelhecer/ brabo(a).

RT1= *I get angry when I think about getting older.*

RT2= *I get very angry when I think of getting old.*

RT3= *I get very angry when I think about getting older.*

T12= 30. Passo por fases em que me sinto velho/a.

RT1= *I go through phases in which I feel old.*

RT2= *I go through phases where I feel old.*

RT3= *I go through phases where I feel old.*

T12= 31. Minha consciência de estar envelhecendo muda muito de um dia para outro.

RT1= *My awareness of getting old changes from one day to another.*

RT2= *My awareness of getting older varies a lot from day to day.*

RT3= *My awareness of getting older changes a lot from day to day.*

T12= 32. Passo por fases em que me vejo como velho/a.

RT1= *I go through phases in which I see myself as old.*

RT2= *I go through phases where I regard myself as old.*

RT3= *I go through phases where I regard myself as old.*

T12= B) EXPERIÊNCIAS COM MUDANÇAS RELACIONADAS À SAÚDE

A lista a seguir descreve algumas mudanças relacionadas à saúde que talvez você tenha vivenciado. Pode me dizer se vivenciou estas mudanças nos últimos 10 anos e se acredita que as mudanças vivenciadas estão especificamente relacionadas com o fato de envelhecer?

Você VIVENCIOU esta mudança? Sim Não

Em termos de mudanças que você VIVENCIOU: Acha que esta mudança está relacionada ou deve-se EXCLUSIVAMENTE ao fato de você estar envelhecendo?

() Sim () Não

RT1= B) EXPERIENCE WITH HEALTH-RELATED CHANGES

The following list describes some health-related changes that you may have experienced. Can you tell me whether you have experienced these changes in the last 10 years and if you believe that the changes experienced are specifically related to getting older?

Have you EXPERIENCED this change?

'In terms of changes that you have EXPERIENCED: Do you think that this change is related or is due EXCLUSIVELY to you getting older?

RT2= B) EXPERIENCE OF HEALTH-RELATED CHANGES

The following list describes some health-related changes you may have experienced. Please say whether you have experienced these changes in the last ten years and whether you think the changes you have experienced are specifically linked to aging.

Have you EXPERIENCED this change?

With regard to changes you have EXPERIENCED: Do you think this change is linked to or SOLELY due to the fact that you are getting older?

RT3= B) EXPERIENCE OF HEALTH-RELATED CHANGES

The following list describes some health-related changes you may have experienced. Can you tell me whether you have experienced these changes in the last ten years and whether you believe that the changes experienced are specifically related to getting older.

Have you EXPERIENCED this change?

In terms of changes that you have EXPERIENCED: Do you think this change is related to or ONLY due to the fact that you are getting older?

Relatório: Optou-se por *can you tell me* pela maior informalidade da expressão, equivalendo à versão T12. O termo *solely* é um termo tipicamente britânico e mais formal, sendo preferido o sinônimo *only*.

RT1	RT2	RT3
<i>Weight problems</i>	<i>Weight problems</i>	<i>Weight problems</i>
<i>Sleeping problems</i>	<i>Sleeping difficulties</i>	<i>Sleeping problems</i>
<i>Back problems or herniated disk</i>	<i>Back problems or slipped disc</i>	<i>Back problems or slipped disc</i>

<i>Joint pain</i>	<i>Painful joints</i>	<i>Painful joints</i>
<i>No mobility</i>	<i>Lack of mobility</i>	<i>Lack of mobility</i>
<i>Loss of balance</i>	<i>Loss of balance</i>	<i>Loss of balance</i>
<i>Loss of strength</i>	<i>Reduced strength</i>	<i>Loss of strength</i>
<i>Slowing down</i>	<i>Slower pace of life</i>	<i>Slowing down</i>
<i>Cramps</i>	<i>Cramps</i>	<i>Cramps</i>
<i>Bone or joint problems</i>	<i>Bone or joint problems</i>	<i>Bone or joint problems</i>
<i>Heart problems</i>	<i>Heart problems</i>	<i>Heart problems</i>
<i>Hearing problems</i>	<i>Hearing difficulties</i>	<i>Hearing -problems</i>
<i>Eyesight problems</i>	<i>Eyesight issues</i>	<i>Eyesight problems</i>
<i>Respiratory problems</i>	<i>Respiratory problems</i>	<i>Respiratory problems</i>
<i>Foot problems</i>	<i>Problems with your feet</i>	<i>Foot problems</i>
<i>Depression</i>	<i>Depression</i>	<i>Depression</i>
<i>Anxiety</i>	<i>Anxiety</i>	<i>Anxiety</i>

RT1= retrotradução 1 realizada por um tradutor americano; RT2= retrotradução 2 realizada por um tradutor britânico; RT3= síntese das retrotraduções pelo comitê de especialistas e os tradutores.

Os resultados relativos à etapa IV (revisão pelo comitê de especialistas) são apresentados no Quadro 3. O comitê de especialistas, composto pelo metodologista, uma médica e por uma das tradutoras procedeu à revisão dos documentos criados, RT3, o documento original e o documento T3, a versão em português gerada pelas duas traduções.

Quadro 3. Resultados da análise do comitê de especialistas a partir do documento original, documento T12 e documento da retrotradução 3 (RT3) para gerar o documento final do pré-teste.

Questionário sobre percepções de envelhecimento (APQ) T12-síntese das duas traduções

As questões abaixo avaliam suas opiniões e experiências sobre o processo de envelhecimento. Como todos estão envelhecendo, estas questões podem ser respondidas por qualquer pessoa de qualquer idade. Não existem respostas certas ou erradas, apenas suas experiências e opiniões. Mesmo que a questão seja sobre um assunto que você não pense com frequência em relação a si mesmo, favor tentar dar uma idéia do que pensa, respondendo a todas as perguntas.

Aging Perceptions Questionnaire (APQ) RT3 síntese das duas retrotraduções

The questions below assess your views and experiences of the aging process. Since everybody is getting older, these questions can be answered by people of any age. There are no right or wrong answers, just your experience and opinions. Even if a particular question is about something you don't often think about with regard to yourself, please try to give an idea of what you think, by answering every question.

Aging Perceptions Questionnaire (APQ) Versão Original

These questions assess your views and experiences of getting older. Since everyone is getting older, these questions can be answered by anyone of any age. There are no right or wrong answers – just your experiences and views. Even if the statement relates to something you do not often think about in relation to yourself, please try to give an indication of your views by answering every question.

Relatório:

A expressão *getting older* do questionário original foi traduzida para o português por

processo de envelhecimento ou envelhecimento, o que gerou na retrotradução a expressão *aging ou aging process*, sem qualquer perda semântica, quanto ao entendimento.

These questions foi traduzido por *as questões abaixo* em português por entenderem os tradutores facilitar o entendimento dos entrevistados. Esta expressão gerou a expressão *the questions bellow na* retrotradução, mantendo a equivalência semântica do original.

Everyone no original originou *todos* em português e *everybody* na retrotradução que é um sinônimo de *everyone*.

Anyone of any age foi traduzido para português por *qualquer pessoa de qualquer idade* e retrotraduzido por *people of any age*, sem qualquer perda semântica.

Views deu origem a *opiniões* em português e *opinions* na retrotradução, expressando o que queria dizer o questionário original.

Even if the statement relates to em português ficou *mesmo que a questão seja sobre* originando *even if a particular question is about*. O verbo *to relate to* quer dizer *dizer respeito a, ser sobre alguma coisa*, que foi a opção dos tradutores.(Michaelis dictionnaire)

Do not é uma negação que pode ser plenamente substituída pela contração das duas palavras, criando *don't*, que em português quer dizer *não*.

In relation to yourself em português ficou *em relação a si mesmo*, sendo retrotraduzido por *with regard to yourself*, sem perder seu significado original.

Give an indication of what you think foi traduzido por *dar uma idéia do que pensa*, retrotraduzido para *give an idea of what you think*, exatamente o mesmo significado do original.

Estamos interessados nas suas opiniões e experiências pessoais sobre o processo de envelhecimento. Indique suas opiniões sobre as afirmações seguintes (discordo totalmente, discordo, não concordo nem discordo, concordo ou concordo plenamente). Circule a resposta que melhor descreve sua opinião sobre cada afirmação.

RT3 A= OPINIONS ON AGING

We are interested in your personal opinions and experiences about the aging process. Indicate your views on the following statements(strongly disagree, disagree, neither agree nor disagree, agree or strongly agree). Circle the answer that best describes your opinion about each statement.

Original A= VIEWS ABOUT AGING

We are interested in your own personal views and experiences about getting older. Please indicate your views on the following statements (strongly disagree, disagree, neither agree nor disagree, agree, or strongly agree). Circle the response that best describes your view for each statement.

Relatório

Your own personal views em português ficou *sua opinião pessoal* o que foi retrotraduzido para *your personal opinion*, sendo *views* e *opinions* sinônimos neste contexto.

Response gerou *resposta* em português e *answer* na retrotradução que é um sinônimo de *response*, este mais utilizado no inglês britânico.

T12= 1. Tenho consciência de estar envelhecendo o tempo todo.

RT3= *I am aware of getting older all the time.*

Relatório: Ao comparar com a original *I am conscious of getting older all of the time*

Conscious é sinônimo de *aware* e pode ser utilizado sem perda semântica alguma.

T12= 2. Estou sempre consciente da minha idade.

RT3= *I am always aware of my age.*

Relatório: Ao comparar com a original I am always aware of my age, não houve diferença.

T12= 3. Sempre me classifico como velho/a.

RT3= *I always classify myself as old.*

Relatório: Total equivalência ao comparar com a original I always classify myself as old.

T12= 4. Estou sempre consciente do fato de que estou envelhecendo.

RT3= *I am always aware of the fact that I am getting older.*

Relatório: Total equivalência ao comparar com a original I am always aware of the fact that I am getting older.

T12= 5. Sinto minha idade em tudo que faço.

RT3= *I feel my age in everything I do.*

Relatório: Ao comparar com o original I feel my age in everything that I do ,a omissão da palavra *that* , neste caso ,como foi o caso da retrotradução, é opcional, não tendo efeito algum no significado.

T12= 6. À medida que envelheço, vou ganhando sabedoria.

RT3= *As I get older, I get wiser.*

Relatório: Total equivalência ao comparar com a original As I get older I get wiser.

T12= 7. À medida que envelheço, continuo crescendo como pessoa.

RT3= *As I get older, I continue to grow as a person.*

Relatório: total equivalência ao comparar com a original As I get older I continue to grow as a person.

T12= 8. À medida que envelheço, aprecio mais as coisas.

RT3= *As I get older I appreciate things more.*

Relatório: Total equivalência ao comparar com a original *As I get older, I appreciate things more.*

T12= 9. Fico deprimido/a quando penso sobre como o envelhecimento pode afetar as coisas que eu consigo fazer.

RT3= *I get depressed when I think about how aging may affect the things that I can do.*

Relatório: Ao comparar com a original *I get depressed when I think about how ageing might affect the things that I can do* : *Might* e *may* tem uma pequena diferença em inglês, onde *might* é menos provável de acontecer. Em português não existe esta diferença: ou *pode* ou *não pode*.

T12= 10. A qualidade da minha vida social na velhice depende de mim.

RT3= *The quality of my social life in old age depends on me.*

Relatório: Ao comparar com a original *The quality of my social life in later years depends on me.* observamos que *later years* foi traduzido para *velhice* e retrotraduzido para *old age*, sem perda semântica alguma.

T12= 11. A qualidade de meus relacionamentos com os outros na velhice depende de mim.

RT3= *The quality of my relationships with others in old age depends on me.*

Relatório: Ao comparar com a original *The quality of my relationships with others in later life depends on me.* *old age* e *later life* podem ser usados com a mesma equivalência semântica.

T12= 12. Se eu vou continuar vivendo a vida plenamente é algo que depende de mim.

RT3= *Whether I continue to live life to the full depends on me.*

Relatório: Ao comparar com a original Whether I continue *living* life to the full depends on me o verbo *to continue* admite o complemento com o infinitivo (*to live*) ou gerúndio(*living*) para significar *vivendo ou a viver*, que são expressões idênticas semanticamente. A versão do português se aproximou mais da versão original.

T12= 13. Fico deprimido/a quando penso como o envelhecimento pode afetar minha vida social.

RT3= *I get depressed when I think about how aging may affect my social life.*

Relatório: Ao comparar com a original *I get depressed when I think about the effect that getting older might have on my social life.* *The effect that getting older might have* foi traduzido para *como o envelhecimento pode afetar* sendo retraduzido para *how aging may affect*, mantendo o significado do original intacto.

T12= 14. À medida que vou envelhecendo, há muito que posso fazer para manter minha independência.

RT3= *As I get older, there is a lot I can do to help maintain my independence.*

Relatório: Ao comparar com a original *As I get older there is much I can do to maintain my independence:* *Much* quer dizer *a lot* que em português se traduz por muito. *To maintain* significa manter e foi retrotraduzido para *help maintain*, a nosso ver sem necessidade do verbo *help*, que não havia no original e nem na tradução para o português.

T12= 15. Se o fato de envelhecer terá aspectos positivos é algo que depende de mim.

RT3= *Whether aging will have any positive sides depends on me.*

Relatório: Ao comparar com a original *Whether getting older has positive sides to it depends on me,* *Has* foi traduzido por *terá* que gerou *will have*, afastando-se do significado do original. Neste caso, foi feita a correção na versão do português para

tem.

T12= 16. Envelhecer restringe as coisas que posso fazer.

RT3= *Getting older restricts the things that I can do.*

Relatório: Total equivalência ao comparar com a original Getting older restricts the things that I can do.

T12= 17. Envelhecer me torna menos independente.

RT3= *Getting older makes me less independent.*

Relatório: Total equivalência ao comparar com a original Getting older makes me less independent.

T12= 18. Envelhecer torna tudo muito mais difícil para mim.

RT3= *Getting older makes everything much harder for me.*

Relatório: Comparando com a original Getting older makes everything a lot harder for me, mais uma vez, *a lot* foi traduzido por *muito*, sendo retrotraduzido por *much*, com mesmo significado.

T12= 19. À medida que envelheço, posso participar de cada vez menos atividades.

RT3= *As I get older, I am able to take part in fewer activities.*

Relatório: Ao comparar com a original As I get older I can take part in fewer activities, observamos que *Can* e *be able to* são sinônimos usados no sentido de *poder, ser capaz de*.

T12= 20. À medida que envelheço, já não lido tão bem com os problemas que surgem.

RT3= *As I get older, I can no longer cope so as well with problems that come up.*

Relatório: Ao comparar com a original As I get older I do not cope as well with problems that arise, *I do not cope as well* foi traduzido por *já não lido tão bem* e retrotraduzido por *I can no longer cope*. A nosso ver, a utilização de *can*, muda um

pouco o significado sendo o de *poder lidar* e não de *lidar* com alguma coisa, colocando a tradução do português mais próxima da versão original. *Arise* quer dizer *surgir* neste contexto e foi retrotraduzido por *come up*, outro sinônimo de *arise*.

T12= 21. A diminuição do ritmo de vida com a idade não é algo que eu possa controlar.

RT3= *Slowing down with age is not something I can control.*

Relatório: Total equivalência ao comparar com a original *Slowing down with age is not something I can control*

T12= 22. A minha mobilidade ao envelhecer não depende de mim.

RT3= *My mobility as I age does not depend on me.*

Relatório: Ao comparar com a original *How mobile I am in later life is not up to me*, observamos que a expressão *how mobile* equivale em português à *capacidade de mobilidade* e a tradução para o português procurou uma expressão que indicasse este significado na língua portuguesa; portanto, *a minha mobilidade* foi escolhida, gerando a retrotradução *my mobility*. *Up to me* traduzido em português para *depende de mim* e retrotraduzido para *depends on me*, mantendo a identidade semântica com o original.

T12= 23. Não tenho controle sobre a perda de vitalidade ou de entusiasmo pela vida à medida que vou envelhecendo.

RT3= *I have no control over the loss of vitality and enthusiasm for life as I get older.*

Relatório: Ao comparar com a original *I have no control over whether I lose vitality or zest for life as I age* : *zest for life* pode ser traduzido sem qualquer perda semântica por *enthusiasm*, sendo uma palavra mais comumente utilizada e equivalente à *entusiasmo* no português do Brasil.

T12= 24. Não tenho controle sobre os efeitos que o envelhecimento exerce sobre minha vida social.

RT3= *I have no control over the effects that aging has on my social life.*

Relatório: Ao comparar com a original *I have no control over the effects which getting older has on my social life*, *which* e *that* são palavras intercambiáveis. *Aging* e *getting older* possuem equivalência semântica.

T12= 25. Fico deprimido/a quando penso em envelhecer.

RT3= *I get depressed when I think about getting older.*

Relatório: Total equivalencia ao comparar com a original *I get depressed when I think about getting older.*

T12= 26. Eu me preocupo com os efeitos que o envelhecimento pode ter sobre meus relacionamentos com os outros.

RT3= *I worry about the effects that aging may have on my relationships with others.*

Relatório: Ao comparar com a original *I worry about the effects that getting older may have on my relationships with others*, *getting older* e *aging* são sinônimos.

T12= 27. Minha experiência com o envelhecimento é cíclica: às vezes piora e às vezes melhora.

RT3= *My experience with aging goes in cycles: sometimes it is worse and sometimes it is better.*

Relatório: Ao comparar com a original *I go through cycles in which my experience of ageing gets better and worse* a opção da retrotradução e da tradução para o português procurou usar um formato de melhor entendimento para a população falante do português, sem perder equivalência semântica.

T12= 28. Minha consciência de estar envelhecendo vai e volta em ciclos.

RT3= *My awareness of getting older comes and goes in cycles.*

Relatório: Total equivalência com a original *My awareness of getting older comes and goes in cycles.*

T12= 29. Fico furioso/a quando penso em envelhecer/ brabo(a).

RT3= *I get very angry when I think about getting older.*

Relatório: Ao compararmos com o original, *I feel angry when I think about getting older*, *feel angry* foi traduzido por *fico furioso/a* o que gerou *get very angry* na retrotradução. Como fugiu do sentido do original, foi feita uma correção na versão do português para *fico brabo/a*.

T12= 30. Passo por fases em que me sinto velho/a.

RT3= *I go through phases where I feel old.*

Relatório: Comparação com a original *I go through phases of feeling old*: a opção da retrotradução em utilizar o advérbio de lugar *where* requer uma frase com sujeito verbo e complemento, ao passo que o original utilizou a preposição *of* que exige a forma verbal de gerúndio, não alterando em nada o significado proposto.

T12= 31. Minha consciência de estar envelhecendo muda muito de um dia para outro.

RT3= *My awareness of getting older changes a lot from day to day.*

Relatório: Ao comparar com a original *My awareness of getting older changes a great deal from day to day*, *a great deal* significa *muito* em português e foi retrotraduzido por *a lot*, mantendo identidade semântica com o original.

T12= 32. Passo por fases em que me vejo como velho/a.

RT3= *I go through phases where I regard myself as old.*

Relatório: Ao comparar com a original *I go through phases of viewing myself as being old*, existe equivalência semântica entre os verbos *to view* e *to regard*, sendo que a preposição *of* antes do verbo *to view* exige a forma de gerúndio após o verbo.

T12 B= EXPERIÊNCIA COM MUDANÇAS RELACIONADAS À SAÚDE

A lista a seguir descreve algumas mudanças relacionadas à saúde que talvez você tenha vivenciado. Pode me dizer se vivenciou essas mudanças nos últimos 10 anos e se acredita que as mudanças vivenciadas estão especificamente relacionadas com o fato de envelhecer? Você VIVENCIOU esta mudança?

‘Em termos das mudanças que você VIVENCIOU: Acha que esta mudança está relacionada ou deve-se SOMENTE ao fato de você estar envelhecendo?

RT3 B= EXPERIENCE OF HEALTH-RELATED CHANGES

The following list describes some health-related changes you may have experienced. Can you tell me whether you have experienced these changes in the last ten years and whether you believe that the changes experienced are specifically related to getting older. Have you EXPERIENCED this change?

In terms of changes that you have EXPERIENCED: Do you think this change is related to or ONLY due to the fact that you are getting older?

Original B= EXPERIENCE OF HEALTH-RELATED CHANGES

The next list describes some health-related changes you may have experienced. Can you tell me whether you have experienced these changes in the last 10 years and whether you believe that the changes experienced are specifically related to getting older or not. HAVE you experienced this change?

‘In terms of the changes you HAVE experienced: Do you think this change is ONLY related to, or due to the fact that, you are getting older’?

Original	RT3	T12
<i>Weight problems</i>	<i>Weight problems</i>	Problemas com o peso
<i>Sleeping problems</i>	<i>Sleep problems</i>	Problemas com o sono
<i>Back problems or slipped disc</i>	<i>Back problems or slipped disc</i>	Problemas nas costas ou hérnia de disco

<i>Painful joints</i>	<i>Painful joints</i>	Dor nas articulações
<i>Lack of mobility</i>	<i>Not being mobile</i>	Não ter mobilidade
<i>Loss of balance</i>	<i>Loss of balance</i>	Perda de equilíbrio
<i>Loss of strength</i>	<i>Loss of strength</i>	Perda de força
<i>Slowing down</i>	<i>Slowing down</i>	Redução do ritmo de vida
<i>Cramps</i>	<i>Cramps</i>	Câimbras
<i>Bone or joint problems</i>	<i>Bone or joint conditions</i>	Problemas nos ossos ou articulações
<i>Heart problems</i>	<i>Cardiac or heart problems</i>	Problemas cardíacos
<i>Hearing problems</i>	<i>Ear or hearing problems</i>	Problemas de audição
<i>Eyesight problems</i>	<i>Vision and eyesight changes</i>	Mudanças na visão
<i>Respiratory problems</i>	<i>Respiratory problems</i>	Problemas respiratórios
<i>Foot problems</i>	<i>Foot problems</i>	Problemas nos pés
<i>Depression</i>	<i>Depression</i>	Depressão
<i>Anxiety</i>	<i>Anxiety</i>	Ansiedade

RT3 = síntese das retrotraduções T12= síntese das traduções

A versão final do documento foi enviada à autora responsável pelo instrumento original para apreciação e aprovação.

Após todas as análises e ajustes necessários, o documento T12 foi aplicado em 30 indivíduos que assinaram um termo de consentimento esclarecido para participar do pré teste. Após o teste, os indivíduos foram entrevistados para verificar o entendimento e clareza dos itens que compunham o questionário traduzido.

Foram realizadas alterações em dois itens do questionário a partir da análise qualitativa do instrumento. O item 15 "*Whether getting older has positive sides to it depends on me*", traduzido no documento T12 utilizado para o pré teste por "*Se o fato de envelhecer tem aspectos positivos é algo que depende de mim*" foi alterado para "*Depende de mim o fato de envelhecer ter aspectos positivos*" visto ter gerado

problemas de entendimento em mais de um entrevistado no pré teste. O item 16 a palavra restringe foi substituída por limita para melhor entendimento da afirmação, após a aplicação do pré teste e análise qualitativa do mesmo. Estas alterações deram origem a versão final do instrumento traduzido para a língua portuguesa brasileira. (ANEXO H)

7 DISCUSSÃO

Na presente dissertação, buscou-se realizar a tradução para a língua portuguesa brasileira e adaptação cultural do *Aging Perceptions Questionnaire* (APQ). Para tanto, foi realizada uma extensa revisão da literatura no que diz respeito aos protocolos de tradução, adaptação cultural e validação de instrumentos na área da saúde.

A seguir, serão abordados aspectos relativos à percepção do envelhecimento e o processo de tradução e adaptação cultural.

7.1 Percepção de envelhecimento

O processo do envelhecimento é inerente a todo ser humano. Podemos, no entanto, influenciar a maneira como queremos e iremos envelhecer.

A manutenção da funcionalidade física, psíquica e social é imprescindível para que o envelhecimento seja o mais ativo, autônomo e independente possível.

A percepção que um indivíduo tem de seu próprio envelhecimento pode contribuir sobremaneira para o sucesso deste processo. Vários estudos demonstraram que percepções positivas e negativas podem influenciar na recuperação de algumas doenças e na prevenção de outras. Esta percepção sobre o envelhecer está presente em todas as idades em maior ou menor grau de consciência, contribuindo diferentemente para a adaptação ao envelhecer.

Estudos como os de Levy e colaboradores ^(10, 11, 14,15) têm demonstrado que associações negativas e positivas com o envelhecimento podem causar um impacto tanto emocional quanto cognitivo de indivíduos idosos ou daqueles que estejam chegando à velhice.

Pesquisas também têm demonstrado o fato de haver semelhanças e diferenças entre as percepções sobre o envelhecimento entre diferentes culturas e entre os sexos. Um estudo em particular comparou a ansiedade e as atitudes em relação ao envelhecer em indivíduos da Coreia do Sul e dos Estados Unidos. Este estudo revelou que a cultura oriental apresenta atitudes mais positivas em relação ao envelhecimento. No caso, os idosos são vistos como indivíduos de grande sabedoria e merecedores de respeito. Em contra partida, a cultura ocidental valoriza mais o indivíduo jovem, tendo mais atitudes negativas em relação ao envelhecimento e ao idoso, levando a uma situação de desvalia e empobrecimento destes indivíduos como grupo demográfico.⁽⁴⁰⁾

Vários instrumentos foram propostos para avaliar a relação do indivíduo com seu envelhecimento. O *Anxiety about Aging Questionnaire* é uma escala composta por 20 itens que avalia aspectos do envelhecimento como o medo de perdas, o medo em relação a idosos e preocupações quanto ao envelhecer e em relação à aparência física.⁽²⁷⁾

O *Aging Perceptions Questionnaire* (APQ) é um instrumento multidimensional que tem como objetivo avaliar a autopercepção do envelhecimento a partir do Modelo de Auto Regulação (SRM). A base deste modelo é que um indivíduo forma uma representação de sua doença ou ameaça à saúde que pode ser dividido em uma série de dimensões lógicas: identidade (crenças sobre a natureza de sua doença e a relação desta com seus sintomas), cronologia (crenças sobre a duração de sua doença, se esta é aguda, crônica ou cíclica), as consequências (crenças sobre o impacto que esta doença tem na sua vida), controle (crenças sobre a maneira de gerenciar esta doenças), causas (crenças sobre as possíveis causas da doença) e as representações emocionais (as respostas emocionais geradas pela doença). O APQ apresenta duas partes. A primeira, composta por 32 itens, avalia a

opinião do indivíduo sobre seu envelhecimento e a segunda, composta por 17 itens, avalia a existência de doença e sua relação com o processo de envelhecimento. Este instrumento foi validado utilizando-se uma população de 2033 indivíduos acima de 65 anos residentes na Irlanda, onde o instrumento foi desenvolvido. Após a validação, o APQ provou ser um instrumento que pode contribuir na identificação de pacientes com percepções distorcidas em relação ao processo de envelhecimento, podendo, então, ter um desfecho menos favorável em processos de doença e mesmo interferir na longevidade destes pacientes.⁽¹¹⁾

7.2 O processo de tradução e adaptação cultural de instrumentos

O processo de tradução e adaptação cultural de um instrumento é de suma importância, especialmente na área da saúde. Este processo exige além da equivalência linguística, sua adaptação semântica, cultural e conceitual para que possa refletir com a maior veracidade e confiabilidade os resultados propostos pelo instrumento original na nova população em estudo.

As diretrizes propostas por Beaton et al.⁽³⁵⁾ foram as adotadas para a tradução e adaptação cultural do *Aging Perceptions Questionnaire* desenvolvido por Barker et al por serem as mais utilizadas encontradas na revisão teórica deste trabalho. Estas diretrizes propõem etapas para o desenvolvimento de uma tradução e adaptação cultural adequadas envolvendo duas traduções, a síntese destas traduções, duas retrotraduções, a síntese destas retrotraduções a análise do comitê de um comitê de especialistas da retrotradução, síntese das traduções e documento original e o preteste, para então formatar um instrumento adequado para ser utilizado em uma população diversa da do documento original. Este documento deve então ser

validado, utilizando-se uma amostra maior do que a do pré-teste, geralmente 10 indivíduos por item do questionário.

A escolha do instrumento a ser traduzido e adaptado para o português se fez pela especificidade do instrumento APQ em avaliar a percepção do indivíduo sobre o envelhecimento como um todo e a percepção da relação ou não de doenças com o processo do envelhecimento, e não apenas em relação a medos e ansiedade em relação ao envelhecer.

Percebe-se, através de vários estudos, o grande interesse em pesquisas sobre os aspectos psicológicos e físicos do processo de envelhecimento e a influencia deste na qualidade de vida da população idosa, que, segundo projeções de órgãos oficiais, ocupará um grande percentual da população total da maioria dos países. (1,2,10,11,14,15,18,24,40)

Como o Brasil está passando por um franco processo de envelhecimento populacional, todas as questões relacionadas ao envelhecimento e suas conseqüências para os indivíduos serão cada vez mais relevantes. A nova realidade demográfica e epidemiológica brasileira aponta para a urgência de mudanças e inovação nos paradigmas de atenção à saúde da população idosa e reclama estruturas criativas e inovadoras, com propostas de ações diferenciadas, de modo que o sistema ganhe efetividade e o idoso possa usufruir integralmente os anos proporcionados pelo avanço da ciência".⁽⁴¹⁾

O IBGE prevê uma população de aproximadamente 225 milhões para o ano de 2050 e a esperança média de vida será de mais de 80 anos, sendo que a população idosa (acima de 65 anos) ultrapassará os 22% do total da população.

No Brasil, o alto grau de pobreza, a extensa área territorial, diversidade populacional e baixa oferta de profissionais atuando na área de saúde do idoso

desafiam as autoridades públicas na busca de soluções para os problemas da população idosa ⁽⁴²⁾

Sendo o Brasil um país de grandes dimensões não é surpresa que sua população apresente grandes diferenças regionais, inclusive em relação à língua e cultural. Dentro do nosso país podemos encontrar regiões de diferentes expectativas média de vida, variando de 67,2 anos em Alagoas até 75,6 anos no Distrito Federal. No Rio Grande do Sul, este percentual se aproxima do nível superior, ficando em 75,3 anos. ⁽⁴³⁾

A grande diversidade étnica e cultural presente em nosso país é fruto de sua história de invasões e colonizações a partir de vários povos, principalmente europeus e africanos. Todos estes fatores contribuem para as diferenças existentes entre populações do sul ao norte do país, cada uma com suas particularidades e estilos de vida herdados de seus colonizadores bem como crenças e atitudes em relação ao processo de envelhecimento.

A importância de estudos transculturais na área da saúde e, em especial, sobre o processo do envelhecimento, reforça a necessidade de tradução e adaptação de instrumentos muitas vezes de origem na língua inglesa para outras línguas e culturas. Os resultados destas pesquisas podem auxiliar no entendimento das várias imagens e percepções do processo do envelhecimento e estimular novas pesquisas nesta área visto que estamos beirando uma nova identidade populacional na maioria dos países, onde a população ativa está cada vez mais velha e demandando mais atenção principalmente na área de prevenção.

Neste contexto, salienta-se a importância de estudos sobre envelhecimento em diferentes culturas, mesmo em populações dentro de um mesmo país.

Um estudo realizado no Kuwait com 305 indivíduos com idades entre 20 e 64 anos de ambos os sexos analisou a percepção do envelhecimento e a relação

desta percepção entre os sexos. 74% dos entrevistados afirmou ser a idade um fator determinante para classificar uma mulher como velha, enquanto apenas 62% das mulheres e 67% dos homens citou o mesmo critério em relação ao sexo masculino.⁽⁴⁴⁾

Em outro estudo relevante sobre percepção de envelhecimento, o efeito do tempo sobre a idade percebida e a satisfação com o envelhecimento foi realizado na Alemanha como parte do estudo longitudinal *Berlin Aging Study*, onde indivíduos entre 70 e 104 anos foram entrevistados e ficou demonstrado que a idade percebida permanecia por muito tempo abaixo da idade cronológica, mas a satisfação com o envelhecimento declinava com o passar do tempo. Os autores salientam a necessidade de mais estudos sobre percepção do envelhecimento para analisar os mecanismos de resiliência do idoso no seu processo de envelhecimento.⁽⁴⁵⁾

Um estudo multicêntrico ainda não publicado, realizado pelo *National Institute on Aging* de Baltimore e o *Department of Developmental, Personality and Social Psychology* da *Ghent University* na Bélgica envolvendo outros 45 pesquisadores em todo o mundo estudaram a percepção do envelhecimento em 3435 estudantes universitários de 26 diferentes culturas. Os autores verificaram um consenso entre os entrevistados quanto às expectativas em relação ao envelhecimento. Os indivíduos pesquisados relataram perceber declínios na vida social, na atratividade física, na habilidade de realizar atividades de vida diária e em novos aprendizados. Relataram perceber aumento em relação á sabedoria, conhecimento e respeito em relação aos outros.⁽⁴⁶⁾

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O APQ é um instrumento com boas propriedades psicométricas para avaliar a autopercepção do envelhecimento e pode contribuir sobremaneira para identificar aqueles indivíduos que apresentem percepções muito negativas em relação ao envelhecer, o que alguns estudos têm mostrado, poderia levar a depressão e declínio funcional em idosos.

O documento final gerado a partir da tradução e adaptação cultural do instrumento original será aplicado posteriormente em uma amostra maior e de diferentes locais para sua validação, proporcionando informações sobre a percepção do envelhecimento em diversas culturas. Sugerimos a aplicação de um questionário sociodemográfico por ocasião da validação, com dados de escolaridade, idade, sexo e dados sócio econômicos que sabidamente podem influenciar tanto a percepção do envelhecimento quanto o próprio entendimento do instrumento.

REFERÊNCIAS

1. Jang Y, Poon LW, Kim SY, Shin BK. Self-perception of aging and health among older adults in Korea. *Journal of Aging Studies* 2004; 18: 485–96.
2. Maier H, Smith J. Psychological predictors of mortality in old age. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences* 1999; 54B:44–54.
3. Krause N. Social support and feelings of personal control in later life. In: Pierce G, Lakey B, Sarason I, Sarason B (Eds.). *Sourcebook of social support and personality*. New York: Plenum Press; 1997. pp. 335–55.
4. Ciconelli, R.M. Medidas de avaliação de qualidade de vida. *Revista Brasileira de Reumatologia* .v.43, n.2, p. 9-13, 2003.
5. Ciconelli,R.M. et al. Tradução para a língua portuguesa e validação do questionário genérico de avaliação de qualidade de vida SF-36(Brasil SF36). *Revista Brasileira de Reumatologia*. v. 39, n. 3, 143-150. 1999.
6. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). *Projeção da população do Brasil por sexo e idade para o período 1980-2050 – revisão 2008*. Disponível em: <
<http://www.previdenciasocial.gov.br/arquivos/office/4>. Acesso em: 10/04/2010.
7. Carvalho JAM, Rodríguez-Wong LL. A transição da estrutura etária da população brasileira na primeira metade do século XXI. *Cad. Saúde Pública*. 2008 ;24(3):597-605.
8. *Envelhecimento Ativo: Uma política de Saúde*. World Health Organization 2002. 1ª edição traduzida para o português – 2005. Disponível em: bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf. Acesso em 10/04/2010

9. World Health Organization. WHOQOL: measuring quality of life. Geneva: WHO;1997. Disponível em: http://www.who.int/mental_health/media/68.pdf. Acesso em 10/04/2010
10. Levy BR, Slade M, Kunkel S, Kasl SV. Longevity increased by positive self-perceptions of aging. *Journal of Personality and Social Psychology* 2002;83: 261–70.
11. Levy BR, Slade M, Kasl SV. Longitudinal benefit of positive self-perceptions of aging on functional health. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences* 2002;57: 409–17.
12. Mead GH. *Mind, Self, and Society*. Chicago: University of Chicago Press.1932.
13. Nelson T. *Ageism: Stereotyping and prejudice against older persons*. Cambridge: MIT Press 2002.
14. Levy BR, Langer EJ. Aging free from negative stereotypes: Successful memory among the American deaf and in China. *Journal of Personality and Social Psychology* 1994; 66: 935–43.
15. Levy B, Myers LM. Preventive health behaviors influenced by self-perceptions of aging. *Preventive Medicine* 2004; 39: 625–29.
16. Kempen G, et al. The relationship of functional limitations to disability and the moderating effects of psychological attributes in community-dwelling older persons. *Social Science and Medicine*1999; 48:1161–172.9
17. Hummert ML. A social cognitive perspective on age stereotypes. Hess TM, Blanchard-Fields F. (Eds.), *Social cognition and aging*. 1999. San Diego: Academic Press. pp. 175–196

18. Borkan JM, Quirk M. Expectations and outcomes after hip fracture among the elderly. *International Journal of Aging and Human Development* 1992; 34: 339–50.
19. Kleinspehn-ammerlah A, Kotter-Gruhn D, Smith J. Self-Perceptions of Aging: Do Subjective Age and Satisfaction with Aging Change during Old Age? *Journal of Gerontology B Psychological Sciences* 2008; 63(6):377–85
20. Rubin DC, Berntsen D. People over forty feel 20% younger than their age: Subjective age across the lifespan. *Psychonomic Bulletin & Review* 2006;13: 776–80.
21. Lawton MP. The Philadelphia Geriatric Center Morale Scale: A revision. *Gerontology* 1975;30: 85–9.
22. Harris L. The myth and reality of aging in America. Washington, DC: National Council on Aging. 1975.
23. Baltes PB, Smith J. New frontiers in the future of aging: From successful aging of the young old to the dilemmas of the fourth age. *Gerontology* 2003; 49:123–35.
24. Westerhof GJ, Barrett AE. Age identity and subjective wellbeing: A comparison of the United States and Germany. *Journal of Gerontology B Social Sciences* 2005; 60:S129–S136.
25. Montepare JM, Lachman ME. “You’re only as old as you feel”: Self-perceptions of age, fears of aging, and life satisfaction from adolescence to old age. *Psychology and Aging* 1989;4: 73–8.
26. Kim JE, Moen P. Retirement transitions, gender and psychological wellbeing: A life-course, ecological model. *Journal of Gerontology B Psychological Sciences* 2002; 57:212–22.

27. Lasher K. P., Faulkender P. J. Measurement of aging anxiety: Development of the Anxiety about Aging Scale. *International Journal of Aging and Human Development* 1993;37: 247–59.
28. Likert R. A Technique for the Measurement of Attitudes. *Archives of Psychology* 1932; 140: 55.
29. Leventhal H, Nerenz DR, Steele DJ: Illness representations and coping with health threats. In *Handbook of Psychology and Health Volume 4*. Edited by: Baum A, Taylor SE, Singer J. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates; 1984:219-252.
30. Barker M, O'Hanlon A, McGee HM, Hickey A, Conroy RM. Cross-sectional validation of the Aging Perceptions Questionnaire: a multidimensional instrument for assessing self-perceptions of aging. *BMC Geriatrics* 2007;7:9.
31. Kart CS, Kinney JM: The realities of aging: An introduction to gerontology. 6th edition. U.S: Pearson Allyn & Bacon; 2000.
32. Westerhof GJ, Barrett AE, Steverink N: Forever young? A comparison of age identities in the United States and Germany. *Research on Aging* 2003, 25(4):366-383.
33. Steverink N, Westerhof GJ, Bode C, Dittmann-Kohli F: The personal experience of aging, individual resources, and subjective well-being. *Journals of Gerontology: Series B: Psychological Sciences and Social Sciences* 2001, 56B(6):364-373.
34. Guillemin F, Bombardier C, Beaton D. Cross-cultural adaptation of health-related quality of life measures: literature review and proposed guidelines *Journal of clinical epidemiology* 1993;46(12):1417-32.
35. Beaton D., Bombardier C., Guillemin F., Ferraz M. Recommendations for the Cross-Cultural Adaptation of Health Status Measures of the American Academy

of Orthopaedic Surgeons (AAOS). 2002. Disponível em www.dash.iwh.on.ca/assets/images/pdfs/X-CulturalAdaptation-2007.pdf. Acesso em 10/04/2010.

36. VIANA, H.B. Adaptação e Validação da *ASKAS - Aging Sexual Knowledge and Attitudes Scale* em idosos brasileiros. 2008. 179f. Tese (Doutorado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2008.

37. WORLD HEALTH ORGANIZATION. Process of translation and adaptation of instruments. Disponível em www.who.int/substance_abuse/research_tools/translation/en. Acesso em 30/03/2010.

38. Swaine-Verdier, A. et al. Adapting quality of life instruments. *Value Health*, v.7, n.8, 2004.

39. Reichenheim, M.E., Moraes, C.L. Operacionalização de adaptação transcultural de instrumentos de aferição usados em epidemiologia. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v.41, n.4, Aug.2007.

40. Yun , R. J., Lachman, M. E.. Perceptions of Aging in Two Cultures: Korean and American Views on Old Age. *J Cross Cult Gerontol* 21:55–70,2006.

41. Veras, R. Envelhecimento populacional contemporâneo: demandas, desafios e inovações. *Rev Saúde Pública*; 43(3): 548-54 2009.

42. NÓBREGA et al, 2009) NÓBREGA O. T.; FALEIROS V. P.; TELLES J. L. Gerontology in the developing Brazil: achievements and challenges in public policies. *Geriatrics & Gerontology International* 2009: early view.

43. Síntese dos Indicadores Sociais. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) *Tabela 1.4 - Taxa de fecundidade total, taxa bruta de natalidade, taxa bruta de mortalidade, taxa de mortalidade infantil e esperança de vida ao*

nascer, por sexo,segundo as Grandes Regiões e Unidades da Federação - 2008.

Página visitada em 08 de Junho de 2010

44. Musaiger, A.O., D'Souza, R. Role of age and gender in the perception of aging: A community-based survey in Kuwait Archives of Gerontology and Geriatrics.Vol 48, Issue 1, , Pages 50-57 2009.
45. Kleinspehn-Ammerlahn,A. Kotter-Grühn,D.,Smith, J. Self-Perceptions of Aging: Do Subjective Age and Satisfaction With Aging Change During Old Age? J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci 63 (6): P377-P385. 2008.
46. Löckenhof,C. Perceptions of Aging across 26 Cultures and their Culture-Level Associates www.biculturalism.ucr.edu/pdfs/Lockenhoff%20et%20al_PAinpress. Acessado em 08 de Junho de 2010.

ANEXO A

Aging Perceptions Questionnaire (APQ)

These questions assess your views and experiences of getting older. Since everyone is getting older, these questions can be answered by anyone of any age. There are no right or wrong answers – just your experiences and views. Even if the statement relates to something you do not often think about in relation to yourself, please try to give an indication of your views by answering every question.

A) VIEWS ABOUT AGING

We are interested in your own personal views and experiences about getting older. Please indicate your views on the following statements (strongly disagree, disagree, neither agree nor disagree, agree, or strongly agree). Circle the response that best describes your view for each statement.

	Strongly Disagree	Disagree	Neither Agree Nor Disagree	Agree	Strongly Agree
1. I am conscious of getting older all of the time	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
2. I am always aware of my age	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
3. I always classify myself as old	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
4. I am always aware of the fact that I am getting older	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
5. I feel my age in everything that I do	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
6. As I get older I get wiser	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
7. As I get older I continue to grow as a person	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
8. As I get older I appreciate things more	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
9. I get depressed when I think about how ageing might affect the things that I can do	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
10. The quality of my social life in later years depends on me	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

11. The quality of my relationships with others in later life depends on me	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
12. Whether I continue living life to the full depends on me	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
13. I get depressed when I think about the effect that getting older might have on my social life	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
14. As I get older there is much I can do to maintain my independence	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
15. Whether getting older has positive sides to it depends on me	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
16. Getting older restricts the things that I can do	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
17. Getting older makes me less independent	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
18. Getting older makes everything a lot harder for me	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
19. As I get older I can take part in fewer activities	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
20. As I get older I do not cope as well with problems that arise	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
21. Slowing down with age is not something I can control	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
22. How mobile I am in later life is not up to me	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
23. I have no control over whether I lose vitality or zest for life as I age	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
24. I have no control over the effects which getting older has on my social life	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
25. I get depressed when I think about getting older	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
26. I worry about the effects that getting older may have on my relationships with others	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
27. I go through cycles in which my experience of ageing gets better and worse	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
28. My awareness of getting older comes and goes in cycles	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
29. I feel angry when I think about getting older	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
30. I go through phases of feeling old	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

31. My awareness of getting older changes a great deal from day to day	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
32. I go through phases of viewing myself as being old	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

B) EXPERIENCE OF HEALTH-RELATED CHANGES

The next list describes some health-related changes you may have experienced. Can you tell me whether you have experienced these changes in the last 10 years and whether you believe that the changes experienced are specifically related to getting older or not.

		<u>HAVE you</u> experienced this change?		'In terms of the changes you HAVE experienced: Do you think this change is <u>ONLY</u> related to, or due to the fact that, you are getting older'?	
		Yes	No	Yes	No
Id1	Weight problems	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
Id2	Sleep problems	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
Id3	Back problems or slipped disc	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
Id4	Painful joints	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
Id5	Not being mobile	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
Id6	Loss of balance	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
Id7	Loss of strength	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
Id8	Slowing down	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
Id9	Cramps	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
Id10	Bone or joint conditions	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
Id11	Cardiac or heart problems	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
Id12	Ear or hearing problems	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
Id13	Vision and eyesight changes	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
Id14	Respiratory problems	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
Id15	Foot problems	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0

Id16	Depression	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0
Id17	Anxiety	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0

Please check that you have answered every question – thank you.

©RCSI-2007 (email: psychology@rcsi.ie)

Fonte: Barker M, O'Hanlon A, McGee HM, Hickey A, Conroy RM. Cross-sectional validation of the Aging Perceptions Questionnaire: a multidimensional instrument for assessing self-perceptions of aging .BMC Geriatrics 2007, 7:9.

ANEXO B



Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA

OF.CEP-921/10

Porto Alegre, 31 de agosto de 2010.

Senhora Pesquisadora,

O Comitê de Ética em Pesquisa da PUCRS apreciou e aprovou a alteração do título de seu protocolo de pesquisa **"Auto-percepção do envelhecimento, inteligência emocional, auto-estima corporal, qualidade de vida, atitudes em relação à menopausa e sintomas de menopausa"**, para o seguinte título **"Tradução e Adaptação Cultural do Aging Perception Questionnaire (APQ)"**.

Atenciosamente,

Prof. Dr. Rodolfo Herberto Schneider
Coordenador do CEP-PUCRS

Ilma. Sra.
Profa. Carla Helena Augustin Schwanke
IGG
Nesta Universidade

PUCRS

Campus Central
Av. Piranga, 6690 - Foz de Azevedo - CEP: 90610-000
Sala 314 - Fone/Fax: (51) 3120-3345
E-mail: cep@pucrs.br
www.pucrs.br/prppg/cep

ANEXO C

Royal College of Surgeons in Ireland
Coláiste Ríoga na Máinteoirí in Éirinn
123 St Stephen's Green
Dublin 2
Ireland

TEL: +353 1 408 2225
FAX: +353 1 408 2470
EMAIL: medfaculty@rcsi.ie
www.rcsi.ie



26th May 2010

To whom it may concern

This is to confirm that Ms Laura Rocha has been given permission to translate the Ageing Perceptions Questionnaire, developed at the Royal College of Surgeons in Ireland, into Portuguese.

I wish Laura well with her studies.

Yours faithfully

A handwritten signature in black ink, which appears to read 'Hannah McCreo'. The signature is written in a cursive style and is positioned above a horizontal line.

Professor Hannah McCreo BA, PhD, FPsSI, FEHPS
Dean, Faculty of Medicine and Health Sciences

ANEXO D (RT2)

Aging perception questionnaire (APQ)

The questions below are intended to assess your views and experience of the aging process. Since everybody is getting older, these questions can be answered by people of any age. There are no right or wrong answers, just your experience and opinions. Even if a particular question is about something you don't often think about with regard to yourself, please try to give an idea of what you think so that you answer every question.

A) OPINIONS ON AGING

We are interested in your personal opinions and experience of the aging process. Tick the box which best describes your view on the statements below (I completely disagree, I disagree, I neither agree nor disagree, I agree or I completely agree).

	I complet ely disagree	I disagr ee	I neither agree nor disagr ee	I agree	I complet ely agree
1. I am aware of getting older all the time	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
2. I am always aware of my age	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
3. I always describe myself as old	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
4. I am always aware of the fact that I am getting older	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
5. I feel my age in everything I do	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
6. As I get older, I am getting wiser.	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
7. As I get older, I continue to grow as a person	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
8. As I get older, I appreciate things more	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
9. I get depressed when I think how aging may affect what I am able to do	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

10. The quality of my social life in my old age is up to me	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
11. The quality of my relationships with others in my old age is up to me	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
12. Whether I continue to live life to the full is up to me	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
13. I get depressed when I think how aging may affect my social life	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
14. As I get older, there is a lot I can do to help keep my independence	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
15. Whether aging will have any plus sides is up to me	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
16. Getting older restricts what I am able to do	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
17. Getting older makes me less independent	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
18. Getting older makes everything much harder for me	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
19. As I get older, I am able to take part in fewer and fewer activities	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
20. As I get older, I am no longer able to cope so well with problems that come up	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
21. Slowing down with age is not something I can control	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
22. My mobility as I age does not depend on me	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
23. I have no control over the loss of energy and lust for life that happens as I get older	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
24. I have no control over the effects that aging has on my social life	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
25. I get depressed when I think about getting old	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
26. I worry about the effects that aging may have on my relationships with others	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
27. My experience of aging goes in cycles: I go through worse phases and better phases	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

28. My awareness of getting older comes and goes in cycles	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
29. I get very angry when I think of getting old	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
30. I go through phases where I feel old	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
31. My awareness of getting older varies a lot from day to day	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
32. I go through phases where I regard myself as old	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

B) EXPERIENCE OF HEALTH-RELATED CHANGES

The following list describes some health-related changes you may have experienced. Please say whether you have experienced these changes in the last ten years and whether you think the changes you have experienced are specifically linked to aging.

		Have you <u>EXPERIENCED</u> this change?		With regard to changes you have <u>EXPERIENCED</u> : Do you think this change is linked to or <u>SOLELY</u> due to the fact that you are getting older?	
		Yes	No	Yes	No
Id1	Weight problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id2	Sleeping difficulties	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id3	Back problems or slipped disc	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id4	Painful joints	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id5	Lack of mobility	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id6	Loss of balance	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id7	Reduced strength	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id8	Slower pace of life	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id9	Cramps	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id10	Bone or joint problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id11	Heart problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀

Id12	Hearing difficulties	<input type="checkbox"/> _1	<input type="checkbox"/> _0	<input type="checkbox"/> _1	<input type="checkbox"/> _0
Id13	Eyesight issues	<input type="checkbox"/> _1	<input type="checkbox"/> _0	<input type="checkbox"/> _1	<input type="checkbox"/> _0
Id14	Respiratory problems	<input type="checkbox"/> _1	<input type="checkbox"/> _0	<input type="checkbox"/> _1	<input type="checkbox"/> _0
Id15	Problems with your feet	<input type="checkbox"/> _1	<input type="checkbox"/> _0	<input type="checkbox"/> _1	<input type="checkbox"/> _0
Id16	Depression	<input type="checkbox"/> _1	<input type="checkbox"/> _0	<input type="checkbox"/> _1	<input type="checkbox"/> _0
Id17	Anxiety	<input type="checkbox"/> _1	<input type="checkbox"/> _0	<input type="checkbox"/> _1	<input type="checkbox"/> _0

Please check that you have answered every question. Thank you.

ANEXO E (RT1)

Aging Perceptions Questionnaire (APQ)

The questions below evaluate your opinions and experiences regarding the aging process. Since we are all getting older, these questions can be answered by people of any age. There are no right or wrong answers, only your experiences and opinions. Even if the question is about something you do not often think about with respect to yourself, please try to give an idea of what you think, answering all of the questions.

A) OPINIONS ON AGING

We are interested in your personal opinions and experiences about the aging process. Indicate your opinions about the following statements (strongly disagree, disagree, neither agree nor disagree, agree, strongly agree). Circle the answer that best describes your opinion about each statement.

	Strongly Disagree	Disagr ee	Neithe r Agree nor Disagr ee	Agree	Strongly Agree
1. I am aware that I'm getting older all the time	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
2. I am always aware of my age	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
3. I always classify myself as old	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
4. I am always aware of the fact that I am getting older	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
5. I feel my age in everything I do	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
6. As I get older, I get wiser	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
7. As I get older, I keep growing as a person	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
8. As I get older, I appreciate things more	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

9. I get depressed when I think about how getting older can affect the things that I can do	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
10. The quality of my social life in old age depends on me	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
11. The quality of my relationships with others in old age depends on me	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
12. Whether I keep living life to the fullest is something that depends on me	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
13. I get depressed when I think about how getting older can affect my social life	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
14. As I get older, there are many things I can do to maintain my independence	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
15. Whether getting older will have positive aspects is something that depends on me	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
16. Getting older restricts the things that I can do	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
17. Getting older makes me less independent	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
18. Getting older makes everything more difficult for me	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
19. As I get older, I can participate in fewer activities	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
20. As I get older, I can no longer deal as well with problems that arise	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
21. Slowing down with age is not something that I can control	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
22. My mobility as I get older does not depend on me	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
23. I have no control over the loss of vitality or enthusiasm for life as I get older	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
24. I have no control over the effects that getting older has on my social life	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
25. I get depressed when I think about getting older	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

26. I worry about the effects that getting older can have on my relationships with others	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
27. My experience with aging is cyclic: sometimes it is worse and sometimes it is better	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
28. My awareness of getting older comes and goes in cycles	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
29. I get angry when I think about getting older	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
30. I go through phases in which I feel old	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
31. My awareness of getting old changes from one day to another	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
32. I go through phases in which I see myself as old	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

B) EXPERIENCE WITH HEALTH-RELATED CHANGES

The following list describes some health-related changes that you may have experienced. Can you tell me whether you have experienced these changes in the last 10 years and if you believe that the changes experienced are specifically related to getting older?

		Have you <u>EXPERIENCED</u> this change?		'In terms of changes that you have EXPERIENCED: Do you think that this change is related or is due <u>EXCLUSIVELY</u> to you getting older?	
		Yes	No	Yes	No
Id1	Weight problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id2	Sleeping problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id3	Back problems or herniated disk	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id4	Joint pain	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id5	No mobility	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀

Id6	Loss of balance	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id7	Loss of strength	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id8	Slowing down	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id9	Cramps	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id10	Bone or joint problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id11	Heart problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id12	Hearing problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id13	Eyesight problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id14	Respiratory problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id15	Foot problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id16	Depression	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id17	Anxiety	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀

Please, check whether you have answered all of the questions. Thank you.

©RCSI-2007 (email: psychology@rcsi.ie)

ANEXO F (T12)

Questionário sobre percepções de envelhecimento (APQ)

As questões abaixo avaliam suas opiniões e experiências sobre o processo de envelhecimento. Como todos estão envelhecendo, estas questões podem ser respondidas por qualquer pessoa de qualquer idade. Não existem respostas certas ou erradas, apenas suas experiências e opiniões. Mesmo que a questão seja sobre um assunto que você não pense com frequência em relação a si mesmo, favor tentar dar uma idéia do que pensa, respondendo a todas as perguntas.

A) OPINIÕES SOBRE O ENVELHECIMENTO					
<p>Estamos interessados nas <u>suas opiniões e experiências pessoais</u> sobre o processo de envelhecimento. Indique suas opiniões sobre as afirmações seguintes (discordo totalmente, discordo, não concordo nem discordo, concordo ou concordo plenamente). Circule a resposta que melhor descreve sua opinião sobre cada afirmação.</p>					
	Discord o Totalme nte	Discor do	Não concor do nem discor do	Concord o	Concord o Plename nte
1. Tenho consciência de estar envelhecendo o tempo todo	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
2. Estou sempre consciente da minha idade	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
3. Sempre me classifico como velho/a	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
4. Estou sempre consciente do fato de que estou envelhecendo	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
5. Sinto minha idade em tudo que faço	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
6. À medida que envelheço, vou ganhando sabedoria	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

7. À medida que envelheço, continuo crescendo como pessoa	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
8. À medida que envelheço, aprecio mais as coisas	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
9. Fico deprimido/a quando penso sobre como o envelhecimento pode afetar as coisas que eu consigo fazer	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
10. A qualidade da minha vida social na velhice depende de mim	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
11. A qualidade de meus relacionamentos com os outros na velhice depende de mim	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
12. Se eu vou continuar vivendo a vida plenamente é algo que depende de mim	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
13. Fico deprimido/a quando penso como o envelhecimento pode afetar minha vida social	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
14. À medida que vou envelhecendo, há muito que posso fazer para manter minha independência	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
15. Se o fato de envelhecer tem aspectos positivos é algo que depende de mim	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
16. Envelhecer restringe as coisas que posso fazer	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
17. Envelhecer me torna menos independente	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
18. Envelhecer torna tudo muito mais difícil para mim	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
19. À medida que envelheço, posso participar de cada vez menos atividades	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
20. À medida que envelheço, já não lido tão bem com os problemas que surgem	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
21. A diminuição do ritmo de vida com a idade não é algo que eu possa controlar	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

22. A minha mobilidade ao envelhecer não depende de mim	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
23. Não tenho controle sobre a perda de vitalidade ou de entusiasmo pela vida à medida que vou envelhecendo	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
24. Não tenho controle sobre os efeitos que o envelhecimento exerce sobre minha vida social	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
25. Fico deprimido/a quando penso em envelhecer	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
26. Eu me preocupo com os efeitos que o envelhecimento pode ter sobre meus relacionamentos com os outros	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
27. Minha experiência com o envelhecimento é cíclica: às vezes piora e às vezes melhora.	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
28. Minha consciência de estar envelhecendo vai e volta em ciclos	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
29. Fico brabo/a quando penso em envelhecer	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
30. Passo por fases em que me sinto velho/a	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
31. Minha consciência de estar envelhecendo muda muito de um dia para outro	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
32. Passo por fases em que me vejo como velho/a	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

B) EXPERIÊNCIA COM MUDANÇAS RELACIONADAS À SAÚDE

A lista a seguir descreve algumas mudanças relacionadas à saúde que talvez você tenha vivenciado. Pode me dizer se vivenciou essas mudanças nos últimos 10 anos e se acredita que as mudanças vivenciadas estão especificamente relacionadas com o fato de envelhecer?

		Você <u>VIVENCIOU</u> esta mudança?		'Em termos das mudanças que você VIVENCIOU: Acha que esta mudança está relacionada ou deve-se <u>SOMENTE</u> ao fato de você estar envelhecendo?	
		Sim	Não	Sim	Não
Id1	Problemas com o peso	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id2	Problemas com o sono	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id3	Problemas nas costas ou hérnia de disco	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id4	Dor nas articulações	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id5	Não ter mobilidade	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id6	Perda de equilíbrio	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id7	Perda de força	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id8	Redução do ritmo de vida	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id9	Câimbras	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id10	Problemas nos ossos ou articulações	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id11	Problemas cardíacos	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id12	Problemas de audição	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id13	Mudanças na visão	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id14	Problemas respiratórios	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id15	Problemas nos pés	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id16	Depressão	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id17	Ansiedade	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀

Por favor, verifique se respondeu a todas as perguntas. Obrigado.

ANEXO G (RT3)

Aging Perceptions Questionnaire (APQ)

The questions below assess your views and experiences of the aging process. Since everybody is getting older, these questions can be answered by people of any age. There are no right or wrong answers, just your experience and opinions. Even if a particular question is about something you don't often think about with regard to yourself, please try to give an idea of what you think, by answering every question.

A) OPINIONS ON AGING

We are interested in your personal opinions and experiences about the aging process. Indicate your view on the following statements strongly disagree, disagree, neither agree nor disagree, agree or strongly agree).

	strongly disagree	disagr ee	neither agree nor disagr ee	Agree	strongly agree
1. I am aware of getting older all the time	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
2. I am always aware of my age	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
3. I always classify myself as old	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
4. I am always aware of the fact that I am getting older	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
5. I feel my age in everything I do	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
6. As I get older, I get wiser.	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
7. As I get older, I continue to grow as a person	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
8. As I get older, I appreciate things more	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
9. I get depressed when I think about how aging may affect the things that I can do	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
10. The quality of my social life in old age depends on me	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

11. The quality of my relationships with others in old age depends on me	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
12. Whether I continue to live life to the full depends on me	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
13. I get depressed when I think about how aging may affect my social life	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
14. As I get older, there is a lot I can do to help maintain my independence	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
15. Whether aging will have any positive sides depends on me	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
16. Getting older restricts the things that I can do	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
17. Getting older makes me less independent	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
18. Getting older makes everything much harder for me	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
19. As I get older, I am able to take part in fewer activities	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
20. As I get older, I can no longer cope so well with problems that come up	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
21. Slowing down with age is not something I can control	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
22. My mobility as I age does not depend on me	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
23. I have no control over the loss of vitality and enthusiasm for life as I get older	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
24. I have no control over the effects that aging has on my social life	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
25. I get depressed when I think about getting older	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
26. I worry about the effects that aging may have on my relationships with others	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
27. My experience with aging goes in cycles: sometimes it is worse and sometimes it is better	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

28. My awareness of getting older comes and goes in cycles	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
29. I get very angry when I think about getting older	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
30. I go through phases where I feel old	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
31. My awareness of getting older changes a lot from day to day	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
32. I go through phases where I regard myself as old	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

3) EXPERIENCE OF HEALTH-RELATED CHANGES

The following list describes some health-related changes you may have experienced. Can you tell me whether you have experienced these changes in the last ten years and whether you believe that the changes experienced are specifically related to getting older.

		Have you EXPERIENCED this change?		In terms of changes that you have EXPERIENCED: Do you think this change is related to or ONLY due to the fact that you are getting older?	
		Yes	No	Yes	No
Id1	Weight problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id2	Sleeping problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id3	Back problems or slipped disc	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id4	Painful joints	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id5	Lack of mobility	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id6	Loss of balance	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id7	Loss of strength	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id8	Slowing down	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id9	Cramps	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀

Id10	Bone or joint problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id11	Heart problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id12	Hearing -problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id13	Eyesight problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id14	Respiratory problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id15	Foot problems	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id16	Depression	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id17	Anxiety	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀

Please check that you have answered every question. Thank you.

ANEXO H (T12) Versão Final

Questionário sobre percepções de envelhecimento (APQ)

As questões abaixo avaliam suas opiniões e experiências sobre o processo de envelhecimento. Como todos estão envelhecendo, estas questões podem ser respondidas por qualquer pessoa de qualquer idade. Não existem respostas certas ou erradas, apenas suas experiências e opiniões. Mesmo que a questão seja sobre um assunto que você não pense com frequência em relação a si mesmo, favor tentar dar uma idéia do que pensa, respondendo a todas as perguntas.

A) OPINIÕES SOBRE O ENVELHECIMENTO					
<p>Estamos interessados nas <u>suas opiniões e experiências pessoais</u> sobre o processo de envelhecimento. Indique suas opiniões sobre as afirmações seguintes (discordo totalmente, discordo, não concordo nem discordo, concordo ou concordo plenamente). Circule a resposta que melhor descreve sua opinião sobre cada afirmação.</p>					
	Discord o Totalme nte	Discor do	Não concor do nem discor do	Concord o	Concord o Plename nte
1. Tenho consciência de estar envelhecendo o tempo todo	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
2. Estou sempre consciente da minha idade	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
3. Sempre me classifico como velho/a	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
4. Estou sempre consciente do fato de que estou envelhecendo	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
5. Sinto minha idade em tudo que faço	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
6. À medida que envelheço, vou ganhando sabedoria	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

7. À medida que envelheço, continuo crescendo como pessoa	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
8. À medida que envelheço, aprecio mais as coisas	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
9. Fico deprimido/a quando penso sobre como o envelhecimento pode afetar as coisas que eu consigo fazer	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
10. A qualidade da minha vida social na velhice depende de mim	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
11. A qualidade de meus relacionamentos com os outros na velhice depende de mim	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
12. Se eu vou continuar vivendo a vida plenamente é algo que depende de mim	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
13. Fico deprimido/a quando penso como o envelhecimento pode afetar minha vida social	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
14. À medida que vou envelhecendo, há muito que posso fazer para manter minha independência	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
15. Depende de mim o fato de envelhecer ter aspectos positivos.	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
16. Envelhecer limita as coisas que posso fazer	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
17. Envelhecer me torna menos independente	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
18. Envelhecer torna tudo muito mais difícil para mim	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
19. À medida que envelheço, posso participar de cada vez menos atividades	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
20. À medida que envelheço, já não lido tão bem com os problemas que surgem	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
21. A diminuição do ritmo de vida com a idade não é algo que eu possa controlar	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

22. A minha mobilidade ao envelhecer não depende de mim	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
23. Não tenho controle sobre a perda de vitalidade ou de entusiasmo pela vida à medida que vou envelhecendo	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
24. Não tenho controle sobre os efeitos que o envelhecimento exerce sobre minha vida social	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
25. Fico deprimido/a quando penso em envelhecer	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
26. Eu me preocupo com os efeitos que o envelhecimento pode ter sobre meus relacionamentos com os outros	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
27. Minha experiência com o envelhecimento é cíclica :às vezes piora e às vezes melhora.	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
28. Minha consciência de estar envelhecendo vai e volta em ciclos	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
29. Fico brabo/a quando penso em envelhecer	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
30. Passo por fases em que me sinto velho/a	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
31. Minha consciência de estar envelhecendo muda muito de um dia para outro	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅
32. Passo por fases em que me vejo como velho/a	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅

B) EXPERIÊNCIA COM MUDANÇAS RELACIONADAS À SAÚDE

A lista a seguir descreve algumas mudanças relacionadas à saúde que talvez você tenha vivenciado. Pode me dizer se vivenciou essas mudanças nos últimos 10 anos e se acredita que as mudanças vivenciadas estão especificamente relacionadas com o fato de envelhecer?

		Você <u>VIVENCIOU</u> esta mudança?		'Em termos das mudanças que você VIVENCIOU: Acha que esta mudança está relacionada ou deve-se <u>SOMENTE</u> ao fato de você estar envelhecendo?	
		Sim	Não	Sim	Não
Id1	Problemas com o peso	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id2	Problemas com o sono	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id3	Problemas nas costas ou hérnia de disco	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id4	Dor nas articulações	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id5	Não ter mobilidade	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id6	Perda de equilíbrio	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id7	Perda de força	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id8	Redução do ritmo de vida	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id9	Câimbras	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id10	Problemas nos ossos ou articulações	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id11	Problemas cardíacos	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id12	Problemas de audição	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id13	Mudanças na visão	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id14	Problemas respiratórios	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id15	Problemas nos pés	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id16	Depressão	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀
Id17	Ansiedade	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₀

Por favor, verifique se respondeu a todas as perguntas. Obrigado.

APÊNDICE A
