

CHEILA MARINA ANDRADE LOPES

**O MEDO E AS BARATAS: VALIDAÇÃO DE
ESTRUTURA FATORIAL DO QUESTIONÁRIO DE
MEDO DE BARATAS – UM ESTUDO EM
ADULTOS PORTUGUESES**

Orientador Científico: Professor Doutor Pedro Rosa

Universidade Lusófona – Centro Universitário de Lisboa

Escola de Psicologia e Ciências da Vida

Lisboa

2023

Cheila Lopes

O medo e as baratas: validação de estrutura fatorial do questionário de medo de baratas – um estudo em adultos portugueses

CHEILA MARINA ANDRADE LOPES

**O MEDO E AS BARATAS: VALIDAÇÃO DE
ESTRUTURA FATORIAL DO QUESTIONÁRIO DE
MEDO DE BARATAS – UM ESTUDO EM
ADULTOS PORTUGUESES**

Dissertação defendida em provas públicas para obtenção do Grau de Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde, no curso de mestrado em Psicologia, conferido pela Universidade Lusófona - Centro Universitário de Lisboa, no dia 08/05/2023, perante o júri, nomeado pelo Despacho de Nomeação nº: 219/2023, de 10 abril de 2023, com a seguinte composição: Presidente: Prof. Doutor Bruno Faustino Arguente: Prof^a . Doutora Isabel Santos Orientador: Prof. Doutor Pedro Rosa

Universidade Lusófona – Centro Universitário de Lisboa

Escola De Psicologia E Ciências Da Vida

Lisboa

2023

Agradecimentos

Em primeiro lugar, e não querendo que surja em mim sintomatologia narcísica, gostaria de agradecer a mim. Pela luta até ao final mesmo não tendo motivação, mesmo não conseguindo muitas vezes ultrapassar o sentimento de incapacidade, de não sentir que seria capaz, de sentir que não era suficiente. Mas sou. Todos somos. E por essa mesma capacidade inerente ao ser humano, e apesar de muitas vezes a vida nos mostrar o contrário, existe força em nós, ‘porque o que se quer, tem muita força’. Mas como a vida não é feita de pessoas só na sua individualidade, tenho algumas pessoas a quem agradecer.

A ti Ana, pela força, ajuda e capacidade de me mostrar que apesar de tudo sou capaz. Que nos meus piores momentos explicaste-me o que eu não entendia e perdias o teu tempo, mesmo no caos, para estar aqui.

Ao meu orientador o Professor Pedro Joel Rosa, pela paciência e falta dela, na minha falta de coordenação e escrita ao longo de todo o processo de realização da dissertação.

A todos os participantes do meu estudo que me permitiram a realização do mesmo, sem eles nada disto teria sido possível.

Às minhas queridas Paula e Catarina, pela amizade e companheirismo. Pois contra tudo e todos estiveram presentes mesmo à distância.

Aos meus pais. Sempre. De dia e de noite. Até sermos todos velhinhos.

À minha irmã. Peste da minha vida. Vais ser sempre a minha força.

E por fim, porque os últimos são sempre os primeiros, às minhas duas peças de tetrís que terei sempre um amor sem fim. Filipa, Mafalda, Por tudo e por nada. Por me forçarem a continuar. Por discutirem comigo ou simplesmente por me deixarem estar. Por estarem sempre do meu lado até ao fim. Porque as vezes a família não é só de sangue. As vezes ela também nos escolhe.

Obrigada, a todos, por tudo.

Resumo

O Questionário de Medo de Baratas é um questionário de 18 itens, de resposta de 0 a 6 e que avalia o medo das baratas. Foi traduzido da versão italiana e modificado como uma adaptação do Questionário do Medo das Aranhas na sua versão americana. O presente estudo tem como objetivo analisar a validade de construto, a fiabilidade interna e a sensibilidade da versão traduzida e adaptada da escala para o contexto português europeu. O presente estudo é de natureza psicométrica, com uma amostra de 602 participantes de todos os géneros e falantes nativos do português europeu. Os resultados da análise fatorial confirmatória revelaram um melhor ajustamento aos dados pelo modelo unifatorial. Os seus resultados sugerem tratar-se de um instrumento de avaliação válido que poderá ser aplicado em contexto de investigação e/ou na prática clínica, como complemento para o diagnóstico de Fobias Específicas Animais, no caso concreto, a Catsaridafobia.

Palavras-chave: Questionário do Medo de Baratas; Análise Fatorial Confirmatória; Fiabilidade; Fobias; Fobia Específica Animal

Abstract

The Cockroach Fear Questionnaire is an 18-item, 0-6 response questionnaire that assesses fear of cockroaches. It was translated from the Italian version and modified as an adaptation of the Fear of Spiders Questionnaire in its American version. The present study aims to analyse the construct validity, internal reliability, and sensitivity of the translated and adapted version of the scale for the European Portuguese context. This is a psychometric, cross-sectional study, with a sample of 602 participants of all genders and native speakers of European Portuguese. The results of the confirmatory factor analysis revealed a better adjustment to the data by the one-factor model. The results suggest that this is a valid assessment tool that can be applied in research and/or clinical practice as a complement for the diagnosis of Specific Animal Phobias, in this case, Catsaridophobia.

Keywords: Cockroach Fear Questionnaire, Emotions, Fear of Cockroaches, Catsaridophobia, Specific Phobias

Lista de abreviaturas, siglas e símbolos

% - Percentagem

α – Coeficiente Alfa de Cronbach

X² /gl - Razão entre qui-quadrado e graus de liberdade

AFC – Análise Fatorial Confirmatória

AFE – Análise Fatorial Exploratória

BDI – Beck Depression Inventory

BIC – Bayesian Information Criteria

CFI – Comparative Fit Index

DP – Desvio-padrão

e.g. – Por exemplo

FSS-II - Fear Survey Schedule-II

EP – Erro-padrão

et al. – Entre outros

i.e. – Isto é

M – Média

N – Tamanho da amostra

ω_t – Ómega de McDonald (total)

p – Probabilidade

QMB – Questionário do Medo de Baratas

QMC – Questionário do Medo de Cobras

STAI-Y – State-Trait Anxiety Inventory, Forma Y para a população portuguesa

TLI – Tucker Lewis Index

Índice Geral

	Página
Resumo	4
<i>Abstract</i>	5
Lista de abreviaturas, siglas e símbolos	6
Introdução	9
Método	
Participantes	12
Instrumentos	13
Procedimento	14
Preparação dos dados e Análise Estatística	15
Resultados	
Estatística Descritiva e Sensibilidade dos Itens	17
Validade de Construto	18
- Análise Fatorial Confirmatória	18
- Validade Convergente e Divergente	20
- Fiabilidade	20
Discussão	21
Limitações e contribuições para estudos futuros	23
Conclusão	24
Referências	26

Índice de Tabelas e Figuras

	Página
Tabela 1 - Características sociodemográficas da amostra (N = 602)	12
Tabela 2 - Estatística Descritiva dos Itens do QMB	17
Tabela 3 - Índices de Ajustamento do Modelo (N = 602)	18
Tabela 4 - Correlação de Pearson Validade Convergente	20
Tabela 5 - Correlação de Pearson Validade Divergente	20
Tabela 6 - Ómega de McDonald, Alfa de Cronbach e Homogeneidade	21
Figura 1. Estrutura fatorial do unifatorial e pesos fatoriais padronizados	19

Introdução

As emoções têm um papel relevante no desenvolvimento e adaptação do ser humano no meio onde se encontra inserido (Hoffman, 2000). A emoção pode ser definida como uma reação a um estímulo, tanto ambiental como cognitivo. Aquando da exposição ao mesmo, são produzidas reações emocionais no indivíduo, levando a alterações neuro cognitivas significantes (Cabral et al., 2016). Alguns teóricos defendem que a principal função do cérebro é a previsão de acontecimentos. A melhor forma de lidar com estes é criando um conceito de emoção designado de acordo com o estímulo apresentado. Nas suas perspetivas existe uma separação da noção de conceito de emoção e da experiência de um episódio de emoção (e.g., Barrett, 2017; Fox, 2018; LeDoux, 2011). Assim, sabemos que as emoções compreendem a seleção de respostas específicas, respostas fisiológicas inconscientes que suportam o comportamento e, consequentemente, a experiência consciente da emoção (Critchley & Garfinkel, 2017). O medo, por exemplo, é uma das emoções designadas como básicas, e tida como uma função adaptativa, do sistema cerebral.

O medo, uma emoção básica, é despoletado na presença de reais ou potenciais ameaças físicas ou psicológicas, desencadeando uma resposta fisiológica de fuga ou luta, de acordo com o estímulo apresentado (Hartley & Phelps, 2010; Rosa et al., 2014). Apesar de ser considerado uma resposta emocional adaptativa, o medo pode, no entanto, conduzir os indivíduos a temer acontecimentos ou situações que noutra ocasião não seriam o foco da emoção, tal como acontece no caso das fobias (Aggio et al., 2014). Esta emoção, assim como outras, possibilita ao indivíduo centrar a sua atenção no estímulo apresentado, orientando uma avaliação automática e, consequentemente, a respostas reflexas (luta, fuga ou imobilização tónica) provocadas por um estímulo que é percebido (Rosa et al., 2015). Este evoluiu para a defesa do indivíduo, sendo o que impulsiona a resposta defensiva (Fanselow, 2018).

O medo eliciado na presença de um estímulo fóbico depende, igualmente, das características do indivíduo e do modo como este percebe o estímulo, sendo o grau de medo um fator amplificador (moderador) entre estímulo percebido e resposta emocional (Rosa et al., 2012). Assim, o estado de medo é descrito como um estado intermediário, em que o estímulo foi detetado, mas que o seu contacto com o sujeito não é imediato (Critchley & Garfinkel, 2017). A ansiedade, no seu caso, é antecipação do possível confronto com situações que possam possivelmente provocar ou não dano, sendo

resultado de um conjunto de emoções e estímulos à futura ameaça (Coelho et al, 2020). Nesse caso, em concordância com a teoria existente das emoções, o medo é uma emoção primária, como antes referido, simples, presente em qualquer ser humano ou animal, e a ansiedade é o emparelhamento de emoções, em que o medo é a emoção central (Curtis et al., 2011).

As fobias encontram-se dentro do espectro das perturbações de ansiedade, sendo que as suas características são assinaladas por medo ou aversão persistente a um objeto ou uma situação, sendo possível que um indivíduo apresente fobias a diversos objetos ou situações (American Psychiatric Association, 2014). Em Portugal, a prevalência de perturbações de ansiedade, onde se encontra a Perturbação de Fobia Específica ronda os 16,5% e aproximadamente 8,6% representam Fobias Específicas (Caldas de Almeida et al., 2013).

As fobias comumente produzem o aparecimento imprevisto de medo, sendo na maior parte das vezes, uma resposta não adaptativa, como referido previamente. O indivíduo diagnosticado, ou com apresentação de critérios para o diagnóstico de fobia, necessita de evitar a situação ou o objeto que o concebe. Quando não é possível, o medo gerado pelo estímulo fóbico é, geralmente, sentido num grau superior em relação ao perigo real do próprio estímulo físico ou da situação experienciada. As fobias estão divididas em três subtipos – Fobia Específica, Fobia Social e Agorafobia. (American Psychiatric Association, 2014). As Fobias Específicas são divididas em medos relacionados a animais (eg. aranhas, cobras, ratos, insetos); medos relacionados ao ambiente natural (eg. alturas, trovoadas, escuridão); medos relacionados a sangue, ferimentos ou questões médicas (eg. injeções, ossos partidos); medos relacionados a situações específicas (eg. andar de avião, andar de elevador, conduzir) e, por fim, outros (eg. asfixia, ruídos extremos, afogamento) (WHO, 2011). Estas são das perturbações mais comuns nos dias de hoje, mantendo uma prevalência a nível mundial de 7.4% e um percurso substancial ao longo da vida (Zsido, 2018). Com início, habitualmente, na faixa etária dos 8 anos, é das perturbações psicológicas com menos procura de tratamento, a não ser que exista uma comorbidade com outra perturbação (Vries et al, 2021).

Existem diversos tipos de fobias específicas como referido previamente, sendo a fobia animal a que pretendemos analisar, apresentando uma prevalência média de 3.8 (de 1.4 a 8.1%). A fobia específica animal foi considerada o subtipo de fobia mais incidente num estudo realizado pela OMS (Coelho et al, 2018). A Perturbação de Fobia Específica

causa um sofrimento e prejuízo significativo na vida do indivíduo, em todas as áreas de importância para o mesmo. Esta perturbação leva a uma redução da qualidade de vida, quando comparados a outros indivíduos com outro tipo de perturbações de ansiedade (WHO, 2011). As características essenciais para o diagnóstico passam pelo sentimento de medo ou ansiedade intensos ou graves numa circunstância ou presença de objeto, sendo este designado como estímulo fóbico. O sentimento representado aparenta estar sempre presente na decorrência da apresentação do estímulo fóbico. Este pode passar igualmente pela evitação, sentimento de ansiedade intensa ou sofrimento na presença do estímulo receado. As emoções envolvidas têm de ser desproporcionais ao perigo real apresentado pelo estímulo fóbico e ao contexto sociocultural vivido, e têm de ser vividas num período igual ou superior a seis meses (APA, 2014). Se a fobia foi eliciada por um animal, designar-se-á uma fobia específica animal. Estas são mais comuns no sexo feminino, com uma prevalência de aproximadamente 7.7%, em diferenciação aos homens, com prevalência de 3.3% (Coelho et al., 2020). A distribuição fóbica animal não é, no entanto, aleatória, e na decorrência de estudos realizados tem-se demonstrado (Davey, 1992, 1994(a); Gerdes et al., 2009) que as cobras e aranhas eram, inicialmente, o estímulo fóbico animal mais temido e evitado pelo ser humano. Estes estímulos, provocariam fortes emoções negativas nas pessoas tendo implicações clínicas significativas (Polák, 2020). De acordo com Scandola e colegas (2010), as fobias animais mais investigadas, estariam relacionadas com cobras, ratos ou aranhas. No caso destes animais o medo pode ser associado ao ataque do predador, evocando o mesmo tipo de ameaça de animais de grande porte. No caso das baratas o medo associado é o de contaminação e prevenção de doenças, tornando importante a sua investigação e a utilização de instrumentos de avaliação confiáveis e válidos.

Grimaldos e colegas (2021), verificaram que a exposição de indivíduos com fobia específica animal a baratas, foi considerada a apresentação de estímulo fóbico mais desagradável e com uma valência negativa superior, em comparação a outros animais apresentados como estímulos fóbicos mais comuns, como aranhas ou cobras. No entanto, há estudos efetuados que mostram que mais do que medo, a exposição a baratas pode eliciar igualmente o nojo, outra emoção básica, sendo considerado uma parte do sistema imunológico do indivíduo que leva a comportamentos de proteção contra doenças e/ou contaminação (Curtir et al., 2011; Davey, 1994; Gerdes et al., 2009). O nojo pode ser desta forma desencadeado por animais de pequeno porte (até parasitas) que muitas das

vezes são relacionados à sujidade ou decomposição, existindo assim uma forte associação entre a grande sensibilidade ao nojo, ao medo e, consequentemente, a fobias de determinados animais (Polák, 2020).

O presente estudo tem como objetivo a confirmação da estrutura fatorial da versão portuguesa do Questionário do Medo de Baratas (QMB-PT) em adultos e vem colmatar uma lacuna no que diz respeito à ausência de escalas, em português, que avaliem este constructo – o medo de baratas. A validação de escala de medo de baratas de aplicação breve, permitirá um método mais rápido à catsaridofobia e servirá de melhor complemento ao diagnóstico de fobia específica a baratas, como perturbação do espectro da ansiedade.

Método

Participantes

A amostra do presente estudo foi obtida através da técnica de amostragem não probabilística online (bola de neve). A amostra deste estudo é composta por 602 participantes, com idades entre os 18 e os 75 anos ($M = 39$; $DP = 12.494$), composto por 160 homens e 442 mulheres. O nível mais elevado de escolaridade (ensino superior) representa 338 dos participantes, enquanto 249 possuem o ensino secundário e o ensino básico é tido como resposta para 15 dos participantes. Relativamente à etnia dos participantes, 589 são caucasianos, 10 são de etnia negra e 3 apresentam como resposta outra etnia. Os critérios de inclusão para a participação no estudo foram: 1) os participantes terem uma idade igual ou superior a 18 anos e 2) ser falante do português europeu. O não preenchimento total do questionário foi utilizado como critério de exclusão.

Tabela 1

Características sociodemográficas da amostra (N = 602)

Variável		n (%)
Sexo	Homens	160 (26.58%)
	Mulheres	442 (73.42%)
Escolaridade	Ensino Básico	15 (2.49%)
	Ensino Secundário	249 (41.36%)

	Ensino Superior	338 (56.15%)
Etnia	Caucasiana	589 (97.84%)
	Negra	10 (1.66%)
	Outra	3 (0.50%)

Instrumentos

Um breve questionário sociodemográfico foi utilizado para a recolha de informações sociodemográficas dos participantes, incluindo questões no âmbito do género, do grau de escolaridade, da idade e da nacionalidade.

O Fear Survey Schedule-II (Geer, 1965) é recomendado para avaliação de fobias específicas. Os participantes são convidados a classificar 51 medos mais comuns através de uma escala de resposta tipo Likert de 7 pontos, com itens de resposta de 1 até 7. Com elevada consistência interna na sua versão original ($r = .94$) (Geer, 1965), assim como no presente estudo, ($r = .95$), os seus principais aspetos envolvidos na avaliação abrangem objetos, organismos, violência, interação social, água, morte, doenças, ferimentos e avaliação social negativa (Rubin et al., 1968). Neste estudo foi utilizada uma versão modificada pela alteração de um item original para baratas (item 48) tendo sido utilizado para se aferir a validade convergente. Sendo o único instrumento possível para aferir tal validade, pretende-se que os seus resultados sejam abonatórios, demonstrando que o nosso instrumento avalia o construto que se pretende analisar.

O Inventário de Ansiedade Estado-Traço ou STAI-Y (State-Trait Anxiety Inventory Form-Y) (Spielberger et al., 1970) na versão portuguesa (Silva, 2006), permite avaliar a ansiedade traço e a ansiedade estado do sujeito. Este é composto por 40 perguntas, ajustando as primeiras 20 à avaliação da Ansiedade Estado (Ansiedade-E) e as remanescentes 20 à Ansiedade Traço (Ansiedade-T), apresentando igualmente o tipo de resposta numa escala de Likert, de 4 pontos, em que 1 representa “Não” e 4 “Muito” (Rocha & Correia, 2005). Cada escala tem como pontuação máxima 80 e mínima de 20. Quanto maior for o resultado obtido pelo sujeito, mais elevados serão os níveis de sintomatologia ansiosa (Silva, 2003). Relativamente à versão portuguesa, os valores de

consistência interna (Alfa de Cronbach) para a dimensão ansiedade-estado foram de .91 para homens e .93 para mulheres, e relativamente à dimensão ansiedade-traço foi obtido um valor de 0.89 para ambos os géneros (Silva e Spielberger, 2011). Para o presente estudo a sua consistência interna apresenta para cada subescala um resultado elevado ($r = .95$) e ($r = .94$) respetivamente. Os resultados das respostas da parte referente ao traço (STAY – Traço) serviram para o cálculo da validade divergente, sendo um constructo diferente do que se pretende estudar.

O Questionário de Medo de Baratas, sendo uma versão mais reduzida do Questionário de Medo de Aranhas (Szymanski & O'Donohue, 1995), foi adaptado por Scandola em 2010 para a versão italiana. A versão portuguesa foi traduzida e adaptada por um falante nativo italiano, tendo conhecimento do português europeu. Uma comparação entre a versão original em língua inglesa e a versão em italiano tornou possível eliminar diferenças significativas na compreensão do mesmo. O estilo do teste foi ajustado para tornar a lista de itens de melhor compreensão e leitura (Scandola et al, 2010). Esta medida contém 18 itens referentes a avaliar o grau da Catsaridafobia. As respostas aos itens contêm um estilo de resposta tipo likert de 0 a 6, variam de 0 (“discordo totalmente”) a 6 (“concordo totalmente”). Apresenta na sua versão original uma consistência excelente ($\alpha = .95$) (Scandola, 2010).

O Questionário de Medo de Cobras (Klorman et al., 1974), sendo a versão portuguesa traduzida da versão americana (Szymanski & O'Donohue, 1995), pretende avaliar o grau de fobia de cobras. Este instrumento é composto por 30 declarações com alternativa de resposta de verdadeiro e falso (resposta dicotómica), onde nove itens se cotam inversamente, numa pontuação total de 30, somando todas as informações ‘verdadeiras’. O resultado apresentado serve como medida do grau de fobia. A sua versão original apresenta uma confiabilidade favorável variando entre valores de KR-20 de .78 a .90 (Rosa et al., 2015). No presente estudo o QMC apresenta uma consistência interna elevada ($r = .93$). Este instrumento foi utilizado para avaliar a validade divergente no nosso estudo.

Procedimento

Para a realização deste estudo, o projeto foi aprovado pela Comissão de Ética e Deontologia da Investigação Científica da Escola de Psicologia e Ciências da Vida da

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, seguindo as devidas recomendações efetuadas pela mesma. Primeiramente, foi utilizado o Questionário de Medo de Baratas, traduzido e adaptado para português a partir da versão italiana (Scandola et al., 2010), sendo esta uma versão adaptada e reduzida do Questionário de Medo de Aranhas. O estilo do questionário foi ajustado para simplificar a leitura da lista de questões para o participante, na sua tradução direta do italiano para o português europeu. Em conjunto com o Questionário de Medo de Baratas os participantes necessitam, igualmente, de responder a instrumentos que apoiam a validade divergente e convergente do instrumento em estudo. A recolha de dados foi realizada online, efetuada através da divulgação do link do estudo nas redes sociais (e.g., Facebook, Instagram, Whatsapp), durante os meses de outubro de 2021 a fevereiro de 2022. O consentimento informado foi colocado na página inicial, provendo informações sobre o objetivo do estudo, a participação voluntária do indivíduo para submissão ou não das suas respostas e a confidencialidade das mesmas, (Debriefing), assim como o e-mail do responsável pelo estudo para eventuais dúvidas que possam ter surgido, ou que possam surgir durante a aplicação do formulário. Foi ainda fornecida a possibilidade de contacto para o participante obter acesso aos resultados. Após concederem o seu consentimento, os participantes completaram de forma individual os vários instrumentos utilizados no estudo, com uma duração aproximada de 15 minutos. Posteriormente, procedeu-se à preparação de dados e a respetiva análise estatística.

Preparação de dados e Análise estatística

Para a preparação de dados e análise estatística foi efetuada primeiramente uma análise aos dados omissos, e no caso da sua existência proceder à remoção da mesma. De seguida foi executada uma análise univariada (e.g. medidas de tendência central, dispersão e distribuição) às respostas dadas aos itens da QMB-PT caracterizadoras. Toda a análise estatística neste estudo foi realizada no programa estatístico JASP (versão 0.15.0.0) (Universidade de Amsterdão, Amsterdão). A validade de construto foi analisada através de uma Análise Fatorial Confirmatória (AFC). Após a realização da AFC, é importante averiguar se o modelo unifatorial proposto na realização da AFE se ajusta adequadamente aos dados, para que a estrutura do instrumento seja tida como válida para a sua aplicação na população portuguesa (Jackson et al., 2009). Assim foi

necessário avaliar a qualidade de ajustamento do modelo fatorial, onde foram utilizados os seguintes índices: 1) o teste de ajustamento do qui-quadrado; 2) o Comparative Fit Index (CFI); 3) o Tucker-Lewis Index (TLI); e 4) a Raiz Quadrada do Erro do Quociente da Matriz dos Erros (Standardized Root Mean Square Residual– SRMR), com intervalo de confiança de 90%. Podemos considerar um bom ajustamento aos dados quando o teste de ajustamento do qui-quadrado não é estatisticamente significativo, contudo este deve ser interpretado com precaução, pois demonstra ser altamente dependente do tamanho amostra e (Marôco, 2014), onde os valores de CFI e TLI iguais ou superiores a .90 (Bentler, 1990; Bentler & Dudgeon, 1996; Garson, 2015) e a SRMR é inferior a .08 (Hair et al., 2014). Já no que diz respeito à qualidade do ajustamento local, esta foi avaliada pelos pesos fatoriais padronizados ($\lambda > .50$) (Hair et al., 2014). Os valores de alfa de Cronbach e ómega de McDonald $> .60$ são indicadores de fiabilidade adequada, embora o ómega seja uma estimativa mais precisa (Tomás & Rosa, 2020). Para validade convergente foi analisado o coeficiente de Correlação de Pearson entre a QMB e o item 48 do Fear Survey Schedule-II. Espera-se assim encontrar correlações positivas e significativas, de intensidade moderada a elevada entre itens, tendo em conta que ambos medem o medo de baratas. Quanto à validade divergente, foram analisados os coeficientes de Correlação de Pearson entre os scores do QMB e o STAI-traço, assim como entre os scores do QMB e do QMC, onde serão esperadas correlações fracas os scores dos questionários.

A fiabilidade foi analisada de acordo com os valores do Alfa de Cronbach e do Ómega de McDonald (McDonald, 1999) e da homogeneidade dos dados (correlação média inter-item, correlação média item-resto). O Ómega de McDonald é definido como a estimativa mais precisa, relativamente ao coeficiente de Alfa de Cronbach, pois verifica diferentes fontes de variabilidade (Raykov, 1997; Pires, et al., 2019). O Ómega de McDonald constitui-se como estimativa mais precisa do que o coeficiente de Alfa de Cronbach, pois controla as diferentes fontes de variabilidade (Costa et al, 2018). De acordo com o Alfa de Cronbach, valores inferiores a .60 apontam uma consistência interna inaceitável, valores entre .60 e .70 uma consistência interna adequada e valores superiores a .70 uma boa consistência interna (Nunnally & Bernstein, 1994). Assume-se assim que a fiabilidade é adequada quando o Ómega de McDonald apresenta valores iguais ou superiores a .70.

Resultados

Estatística descritiva e sensibilidade dos itens

Na tabela 2 podemos observar a estatística descritiva (média, desvio-padrão, assimetria, erro padrão da assimetria, curtose e erro padrão da curtose) dos itens do QMB. Todos os itens apresentam um valor mínimo de 0 e máximo de 6. O item 1 apresenta a maior pontuação média ($M = 2.59$), enquanto o item 4 adquiriu a menor pontuação média ($M = 0.61$) e a menor dispersão de valores ($DP = 1,32$). O item 12 apresenta a maior variabilidade ($DP=2.56$). No que diz respeito à sensibilidade dos itens, verifica-se uma distribuição normal com valores: $Sk < 3$ e $Ku < 10$ (Kline, 2005). Os itens apresentam uma distribuição com enviesamento positivo (Marôco, 2007). Comparativamente à curtose, os itens 1, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 15 e 17 apresentam uma distribuição platicúrtica, enquanto os restantes apresentam uma distribuição leptocúrtica (Marôco, 2007). A análise univariada indica uma distribuição normal. Foi assim utilizado o método de estimação robusto ML na análise da AFC, para o melhor ajustamento de dados (DiStefano & Hess, 2005).

Tabela 2

Estatística Descritiva das respostas aos itens do Questionário de Medo de Baratas

Itens	M (DP)	Assimetria (EP)	Curtose (EP)
Item 1	2.59 (2.52)	0.28 (0.10)	-1.62 (0.20)
Item 2	1.39 (1.96)	1.25 (0.10)	0.23 (0.20)
Item 3	1.10 (1.73)	1.60 (0.10)	1.52 (0.20)
Item 4	0.61 (1.32)	2.55 (0.10)	6.15 (0.20)
Item 5	1.35 (1.84)	1.27(0.10)	0.42 (0.20)
Item 6	2.44 (2.42)	0.41 (0.10)	-1.46 (0.20)
Item 8	1.73 (2.21)	0.93 (0.10)	-0.66 (0.20)
Item 9	1.58 (2.08)	1.05 (0.10)	- 0.33 (0.20)
Item 10	2.19 (2.48)	0.57 (0.10)	-1.29 (0.20)
Item 11	2.06 (2.34)	0.66 (0.10)	- 1.92 (0.20)
Item 12	2.39 (2.56)	0.42 (0.10)	- 1.58 (0.20)
Item 13	0.95 (1.72)	1.85 (0.10)	2.25 (0.20)
Item 14	2.03 (0.70)	0.70 (0.10)	- 1.08 (0.20)
Item 15	1.54 (2.10)	1.10 (0.10)	- 0.26 (0.20)

Item 16	1.24 (1.97)	1.40 (0.10)	0.54 (0.20)
Item 17	1.65 (2.12)	0.98 (0.10)	- 0.50 (0.20)
Item 18	1.25 (1.94)	1.43 (0.10)	0.67 (0.20)

Validade de Constructo

Análise Fatorial Confirmatória

O modelo (Tabela 3) apresenta favoráveis índices de ajustamento, expondo uma estrutura com covariância entre os erros dos itens 1 e 12, 10 e 12 e 1 e 10. Os valores cumpriram os critérios estabelecidos de acordo com Marsh e Hocevar (1985): $\chi^2 / gl = 8.06 (<3)$, TLI = .914 ($>.90$), CFI = .927 ($>.90$) e SRMR = .042 ($<.07$). Estes autores indicam que valores de $Y-B\chi^2/df$ ratio < 5 indicam ajustamento. Relativamente ao valor de BIC = 33 685.880, este representa o valor mais baixo, indicando igualmente o melhor ajustamento aos dados.

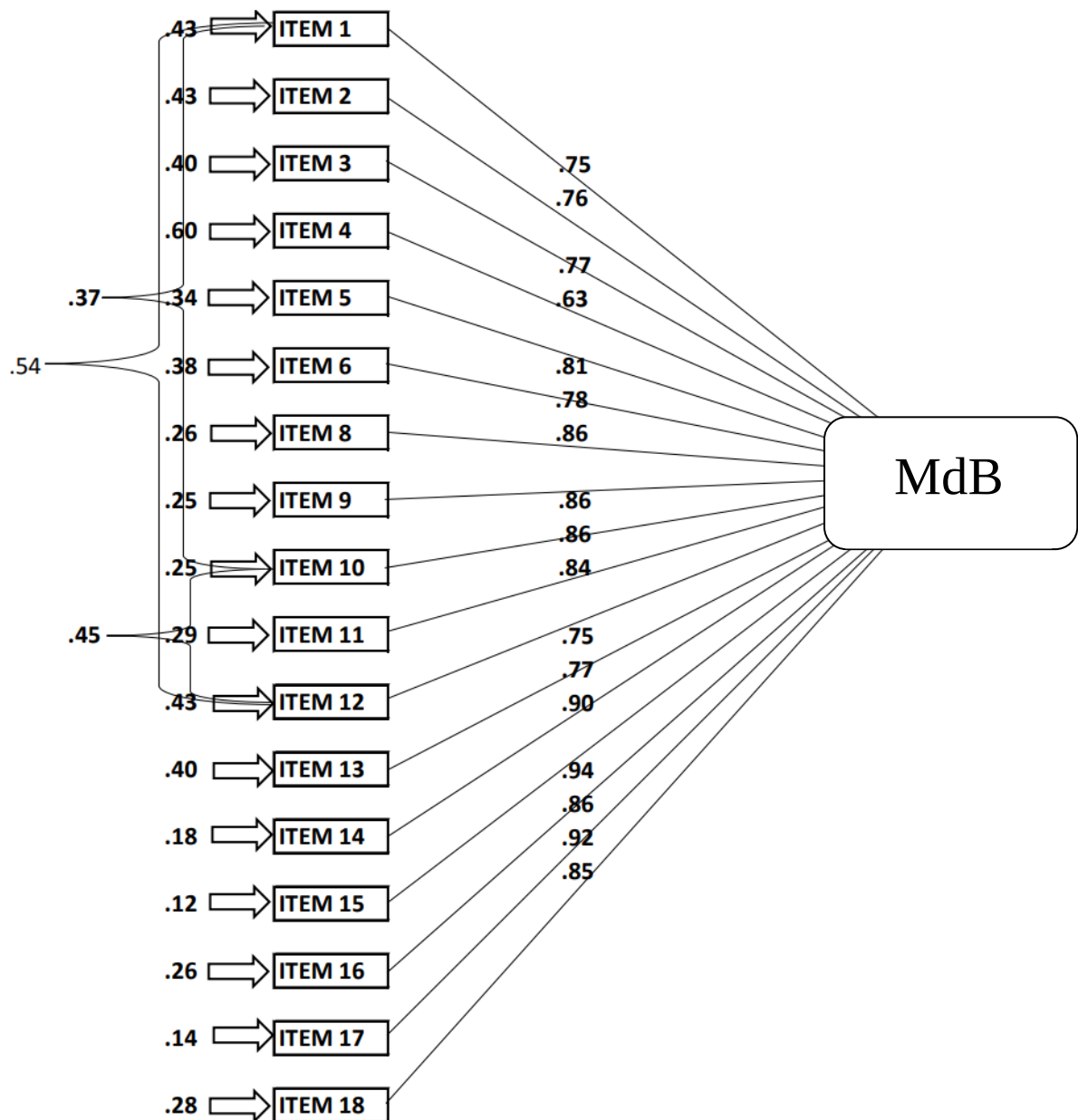
Tabela 3

Índices de Ajustamento dos Modelos Testados (N = 602)

Modelo	S-B $\chi^2(gl)$	S-B $\chi^2/$ gl	TLI	CFI	RMSEA [90% IC]	BIC	SRMR
1	938.177 (116)	8.06	.914	.927	.109[.102- .115]	33 685.880	.042

Figura 1

Estrutura fatorial do unifatorial e respetivos pesos fatoriais padronizados



Os pesos fatoriais padronizados (λ) e as correlações (ϕ), apresentam uma validade fatorial adequada, uma vez que todos os pesos fatoriais são superiores a .50. (Hair et al., 2014), indicando a adequabilidade dos mesmos, com exceção do item 7, tendo sido excluído do modelo. A análise dos índices de modificação (IM) para as saturações (λ) e os erros de medida (δ) apresenta para a correlação dos erros de medida dos seguintes itens: item 1 e item 12; item 10 e item 12 e 1 e 10. Tal análise demonstrou uma melhora nos índices de ajustamento.

Validade Convergente e Divergente

O score global do Questionário de Medo de Baratas apresenta uma correlação forte e positiva na sua magnitude, revelando a adequação dos dados, sendo indiciador de validade convergente, apontando assim para a avaliação do mesmo constructo, com o item modificado 48 da escala FSS-II Fear Schedule Survey II ($r = .84$; $p < .001$), (tabela 4).

Tabela 4

Correlação de Spearman entre o Score Global QMB e item 48 da escala FSS-II modificado

Escala	<i>Item 48 FSS-II</i>
QMB – Score Global	.84*

* $p < .001$

Relativamente à validade divergente, os resultados obtidos entre as correlações obtidas entre o QMB score global e a escalas QMC são indicadores de correlação negativa e estatisticamente significativa fraca ($r = -.26$; $p < .001$) e moderada na correlação entre o QMB score global e a escala STAY TRAÇO ($r = .40$; $p < .001$). As associações obtidas encontram-se todas abaixo do critério $r = |.45|$ estabelecido por DeVon e colegas (2007) (tabela 5), sendo igualmente mais fracas em comparação a correlações apresentadas na correlação convergente, comprovando na sua eficácia a existência de validade divergente.

Tabela 5

Correlações de Spearman entre o Score Global QMB e escalas QMC e STAY-Traço

Escala	QMC	STAY-Traço
QMB – Score Global	-.26*	.40*

* $p < .001$

Fiabilidade

Foram calculados o Alfa de Cronbach (α), o Ómega de McDonald (ω) e a homogeneidade (correlação média inter-item, correlação item total corrigida) (Tabela 6) do Questionário de Medo de Baratas. Este apresenta uma fiabilidade compósita (FC) adequada para todos itens de escala: ($\alpha = .97$; $\omega = .97$; CMIR = .68). Os valores de Ómega

de McDonald devem apresentar um mínimo de .60 para ser considerados adequados (Hair et al, 2019), sendo verificado no presente estudo. Relativamente à homogeneidade, os valores apropriados encontram-se entre .15 e .50, contudo somente quando os valores se encontram consistentemente acima de .70 é que poderão indicar redundância, pelo que os valores foram considerados satisfatórios (Cardoso et al., 2018). Os valores de correlação item-total corrigida dos itens apresentaram valores superiores do princípio mínimo exigido de .3 com uma média de .68 e com valores mínimos e máximos entre .65 e .70, assinalando que todos os itens da escala expõem poder discriminativo (Field, 2013). Relativamente à correlação média inter-item ($r = .29$) esta apresenta-se dentro do intervalo esperado [.15 - .50] (Clark & Watson, 1995).

Tabela 6 Alfa de Cronbach e Ómega de McDonald do Questionário de Medo de Baratas ($N = 602$)

Escala	Alfa de Cronbach	Ómega de McDonald	CMII	CMIR [min, máx]
QMB	.97	.97	.29	.68[.65-.70]

Discussão

Os resultados apresentados pelo estudo descrito revelam que o QMB é um questionário viável na avaliação da fobia específica que se propõe avaliar. Este estudo tem como objetivo a validação do Questionário de Medo de Baratas para o Português Europeu. As suas características foram estudadas a partir da análise psicométrica da validade de constructo, convergente e divergente e da sua fiabilidade para esta determinada amostra. A AFC (Análise Fatorial Confirmatória) permite determinar se o modelo apresentado no presente estudo explica a variação das variáveis medidas. A validade de construto na sua avaliação permitiu a observação de 1 modelo, confirmando uma estrutura unifatorial. Revelou-se um bom ajustamento de dados no modelo obtido à estrutura observada entre itens. Os pesos fatoriais revelaram-se igualmente adequados ao modelo. Comparativamente com o questionário original, na sua versão italiana, o modelo apresentado, com a sua estrutura unifatorial, mantém-se o modelo mais apropriado para a validação do Questionário de Medo de Baratas na sua versão em português europeu.

Foi confirmada a alta sensibilidade dos itens, fator assegurado pelos valores encontrados de assimetria e curtose. Estes indicam que as respostas aos itens apresentam uma distribuição normal, diferenciando assim os participantes transversalmente a partir dos resultados obtidos. Relativamente à homogeneidade, os valores foram considerados satisfatórios encontrando-se dentro do intervalo esperado, assim como na correlação item-total que apresenta a discriminação dos itens existentes na escala.

Comparativamente às validades convergente e divergente, foi efetuada a análise dos coeficientes de correlação de Pearson entre o QMB e o item 48 modificado da escala FSS-II Fear Schedule Survey II relacionando com o objeto de fobia do nosso estudo, neste caso baratas, tendo como resultado uma correlação positiva forte indicativa de validade convergente. Relativamente à validade divergente foram correlacionados com o questionário em estudo o QMC – Questionário de Medo de Cobras e a subescala Stay Traço. Os resultados obtidos foram igualmente satisfatórios e indicativos de validade divergente. O QMB apresentou uma correlação negativa baixa e a subescala Stay Traço apresentou uma correlação positiva baixa com valores dentro do intervalo esperado para resultados satisfatórios.

Os resultados obtidos através do presente estudo são indicativos da precisão para a utilização do QMB para o diagnóstico da Fobia específica a Baratas. A utilização do mesmo servirá como instrumento complementar no diagnóstico, sendo assim considerada uma ferramenta útil no desenvolvimento do trabalho em Psicologia Clínica e da Saúde. A Perturbação de Ansiedade de Fobia Específica causa grande sofrimento e incapacidade na vida do sujeito em todos os aspetos importantes. Essa perturbação leva a uma redução da qualidade de vida em comparação com outras pessoas com outros tipos de perturbação de ansiedade (WHO, 2011). É assim importante a utilização de ferramentas complementares para o diagnóstico direcionado e consequentemente para uma intervenção capaz de reduzir ou extinguir os riscos e danos associados à perturbação de ansiedade. Características importantes para o seu diagnóstico passam pela sensação de medo e/ou ansiedade intensa ou severa em situação ou presença de um objeto, que é neste contexto definido como um estímulo fóbico. Em estudos anteriores foi observado que a exposição do sujeito a baratas é considerada a exposição menos desejável do estímulo fóbico e com a valência negativa mais alta. Tal característica é associada em comparação com outros animais que são apresentados como os estímulos fóbicos mais comuns, como aranhas ou cobras (Grimaldos et al., 2021). Nestes contextos as emoções envolvidas são

relativamente desproporcionais ao risco real representado pela motivação fóbica e situação social (APA, 2014). Com estes dados é fulcral o acompanhamento clínico do sujeito para a intervenção da fobia a baratas.

De acordo com dados lançados nos últimos anos, as perturbações de ansiedade são das perturbações que afetam um maior número de sujeitos a nível mundial, e que cada vez mais tem ganho destaque no seu diagnóstico e tratamento, este último com as novas terapias em desenvolvimento como Terapia de Exposição à Realidade Virtual (Suso-Ribera et al, 2019; Albakri et al, 2022). Este é um dos problemas mais comuns da atualidade, mantendo uma prevalência global de 7,4% e um grande curso de vida (Zsido, 2018). A perturbação de Fobia Específica, com o seu início geralmente aos 8 anos de idade, é considerada um dos problemas psicológicos com menor necessidade de tratamento, a menos que exista comorbidade com outra doença (Vries et al., 2021). De acordo com o estudo original de Scandola et al (2010) assim como de outros estudos sobre o tema (Suso-Ribera et al, 2019; Coelho et al, 2020), a prevalência deste tipo de perturbações, principalmente fobia específica animal, reside superiormente sobre o sexo feminino, assim como apontado nos resultados do nosso estudo. No entanto, os resultados podem ser considerados não significativos devido ao irregular número de participantes do sexo feminino no presente estudo, onde apresentamos 442 participantes de 602 na sua totalidade. Ainda assim, os resultados apresentam que, separando as respostas dos participantes por género, os participantes do sexo feminino apresentam uma maior frequência de respostas entre 3ª e a 6ª opção que os participantes de outros géneros, em itens como o item 1 “*Se se encontra uma barata pediria ajuda a alguém para removê-la*” ou o item 6 “*Faria de tudo para evitar uma barata*”, ou ainda o item 10 “*Neste momento se visse uma barata, saíra do quarto/sala*”.

Limitações e contributos para estudos futuros

O uso de questionários de autorrelato é uma limitação que deve ser destacada, pois poderá direcionar a um enviesamento. O tipo de recolha de respostas (online) não permite verificar a autenticidade dos fatores sociodemográficos associados, como a idade ou até mesmo a nacionalidade, que podem limitar o estudo em realização. Igualmente outra característica da amostra, como o género, tende a ser tendencioso nos resultados obtidos, assim como na diferença acentuada na percentagem do género dos participantes. Seria

assim interessante desenvolver uma recolha de dados, por meio de amostragem não probabilística com escolha de um número específico entre géneros para uma análise dos resultados na diferença que possa surgir relativamente à fobia específica a baratas. O tipo de recolha de dados para uma análise concreta também poderá ser considerado uma limitação pois o efeito de bola de neve, ou seja, uma amostra não-probabilística poderá ser não representativa da população portuguesa. Neste ponto, as perturbações de Fobia e Fobia Específica Animal não são, na sua generalidade, o foco da atenção do sujeito. É apontado que subsistam entre 60% a 80% de portadores de fobia animal que não procura ajuda profissional (Rosa et al, 2020).

Neste ponto será futuramente necessária a utilização de amostras clínicas controladas para uma melhor análise do QMB, não só para o conhecimento do ponto de corte para conhecimento dos níveis subclínicos, mas para o trabalho na prevenção na subida de valor em pacientes com níveis aproximados. A análise da validade de critério na comparação com o presente estudo e identicamente com o QMB original, relacionando também os valores de Desvio Padrão, seria um contributo igualmente importante para estudos futuros, relacionando resultados entre populações. As perturbações de ansiedade, incluindo fobias animais são indicadas como incapacitantes no decorrer de um episódio fóbico (Wolitzky-Taylor et al, 2008) o que torna os seus estudos futuros da maior importância para o futuro da Psicologia Clínica. Estudos direcionados para amostras clínicas, e subclínicas na sua prevenção são um contributo para o desenvolvimento de novas prevenções e terapias alternativas como a Realidade Virtual em conjunto com o fMRI para o conhecimento das áreas cerebrais ativadas na exposição do sujeito ao estímulo fóbico (Fumero et al, 2021).

Conclusão

Estudos como o presente são importantes para a aproximação do sujeito e a prática clínica, demonstrando a necessidade de diagnóstico de perturbações que ainda são consideradas menores pela sociedade. O desenvolvimento, adaptação e a utilização de ferramentas complementares de diagnóstico são uma necessidade crucial para a redução, prevenção e estabilidade das comunidades relativamente às perturbações psicológicas, não só para o funcionamento individual, mas como da própria sociedade e a nível mundial. Cada vez mais estudos apresentam resultados significativos, tanto no diagnóstico assim como no tratamento da perturbação, onde existe cada vez mais a

capacidade de gerir a exposição do sujeito ao estímulo e a intensidade ou frequência em que o mesmo é apresentado, evitando o confronto real do paciente.

O estudo das perturbações e o foco da saúde mental tem sido um tema abordado a sociedade atual. A saúde não passa só pela ausência de doença, mas pelo estado de bem-estar do sujeito, físico e mental (WHO, 2014). Estudos como o apresentado permitem o desenvolvimento de ferramentas para a aproximação desse estado de bem-estar a que todos nos propomos, de forma a conseguir lidar com os desafios frequentes do nosso dia, conseguir desenvolver atividades de forma produtiva e contribuir na nossa comunidade.

Referências

- Aggio, N. M., de Almeida, J. H., Cortez, M. D., & de Rose, J. C. (2014). O papel das emoções na aprendizagem do comportamento simbólico. *Perspectivas em análise do comportamento*, 5(1), 27-39.
- Albakri, G., Bouaziz, R., Alharthi, W., Kammoun, S., Al-Sarem, M., Saeed, F., & Hadwan, M. (2022). Phobia exposure therapy using virtual and augmented reality: A systematic review. *Applied Sciences*, 12(3), 1672. <http://dx.doi.org/10.3390/app12031672>
- American Psychiatric Association (2014). *DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais*. Artmed Editora
- Arriaga, P., & Almeida, G. (2010). Fábrica de emoções: A eficácia da exposição a excertos de filmes na indução de emoções. *Laboratório de Psicologia*, 8(1), 63-80. <https://doi.org/10.14417/lp.649>
- Bentler, P. M., & Dudgeon, P. (1996). Covariance structure analysis: Statistical practice, theory, and directions. *Annual review of psychology*, 47(1), 563-592. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.47.1.563>
- Bentler, P. M., & Kano, Y. (1990). On the equivalence of factors and components. *Multivariate Behavioral Research*, 25(1), 67-74.
- Cabral, J. C. C., Tavares, P. S., & de Almeida, R. M. M. (2016). Reciprocal effects between dominance and anger: A systematic review. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 71, 761-771. <https://10.1016/j.neubiorev.2016.10.021>
- Caldas de Almeida, J. M., Xavier, M., Cardoso, G., Gonçalves-Pereira, M., Gusmão, R., Corrêa, B., & Silva, J. (2013). *Estudo epidemiológico nacional de saúde mental: 1º relatório*. Lisboa: Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Nova de Lisboa, 26-29.
- Clark, L. A., & Watson, D. (1995). Constructing validity: Basic issues in objective scale development. *Psychological Assessment*, 7(3), 309–319. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.7.3.309>
- Critchley, H. D., & Garfinkel, S. N. (2017). Interoception and emotion. *Current opinion in psychology*, 17, 7-14. doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.04.020
- Coelho, C. M., Gonçalves-Bradley, D., & Zsido, A. N. (2020). Who worries about specific phobias? –a population-based study of risk factors. *Journal of psychiatric research*, 126, 67-72. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2020.05.001>

- Costa, C., Tyner, K., Rosa, P. J. M., Sousa, C. P. G., & Henriques, S. (2018). Desenvolvimento e Validação da Escala de Literacia Mediática e Informacional para Alunos dos 2º e 3º Ciclos do Ensino Básico em Portugal.
- Curtis, V., De Barra, M., & Aunger, R. (2011). Disgust as an adaptive system for disease avoidance behaviour. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 366, 389–401. <https://doi.org/10.1098/rstb.2010.0117>
- Davey, G. C. (1992). Characteristics of individuals with fear of spiders. *Anxiety Research*, 4, 299–314. <https://doi.org/10.1080/08917779208248798>
- Davey, G. C. (1994). Self-reported fears to common indigenous animals in an adult UK population: the role of disgust sensitivity. *British Journal of Psychology*, 85(4), 541–554. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1994.tb02540.x>
- Davey, G. C. (1994a). Self-reported fears to common indigenous animals in an adult UK population: The role of disgust sensitivity. *British Journal of Psychology*, 85, 541–554. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1994.tb02540.x>
- de Vries, Y. A., Harris, M. G., Vigo, D., Chiu, W. T., Sampson, N. A., Al-Hamzawi, A., ... & de Jonge, P. (2021). Perceived helpfulness of treatment for specific phobia: Findings from the World Mental Health Surveys. *Journal of affective disorders*, 288, 199–209. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.04.001>
- Ekman, P. (2011). *A linguagem das emoções*. Lua de Papel. (Obra original publicada 2003).
- Fumero, A., Marrero, R. J., Rivero, F., Alvarez-Pérez, Y., Bethencourt, J. M., González, M., & Peñate, W. (2021). Neuronal correlates of small animal phobia in human subjects through fMRI: The role of the number and proximity of stimuli. *Life*, 11(4), 275. <http://dx.doi.org/10.3390/life11040275>
- Geer, J. H. (1965). The development of a scale to measure specific phobia. *Behavior Research and Therapy*, 3(1), 45–53. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(65\)90040-9](https://doi.org/10.1016/0005-7967(65)90040-9)
- Gerdes, A. B., Uhl, G., & Alpers, G. W. (2009). Spiders are special: fear and disgust evoked by pictures of arthropods. *Evolution and Human Behavior*, 30(1), 66–73. <https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2008.08.005>
- Grimaldos, J., Duque, A., Palau-Batet, M., Pastor, M. C., Bretón-López, J., & Quero, S. (2021). Cockroaches are scarier than snakes and spiders: Validation of an affective standardized set of animal images (ASSAI). *Behavior Research Methods*, 1–13. <https://doi.org/10.3758/s13428-021-01577-7>

- Hair Jr, J. F., Sarstedt, M., Hopkins, L., & Kuppelwieser, V. G. (2014). Partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM): An emerging tool in business research. *European business review*.
- Hartley, C. A., & Phelps, E. A. (2010). Changing fear: the neurocircuitry of emotion regulation. *Neuropsychopharmacology*, 35(1), 136-146. <https://doi.org/10.1038/npp.2009.121>
- Heitzman, J., Łoza, B., & Kosmowski, W. (2011). Klasyfikacja zaburzeń psychicznych: koncepcyjne założenia ICD-11. *Psychiatria Polska*, 45
- Hoffman, M. L. (2000). *Empathy and moral development: Implications for caring and justice*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/S0021963001216758>
- Jackson, D. L., Gillaspay Jr, J. A., & Purc-Stephenson, R. (2009). Reporting practices in confirmatory factor analysis: an overview and some recommendations. *Psychological methods*, 14(1), 6. <https://doi.org/10.1037/a0014694>
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practices of structural equation modeling* (2nd ed.). Guilford Press
- Klorman, R., Weerts, T., Hastings, J., Melamed, B., & Lang, P. (1974). Psychometric description of questionnaires. *Behavior Therapy*, 5, 401–409
- Marsh, H. W., & Hocevar, D. (1985). Application of confirmatory factor analysis to the study of self-concept: First- and higher order factor models and their invariance across groups. *Psychological Bulletin*, 97(3), 562–582. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.97.3.562>
- Pires, C., Rosa, P., Vigário, M., & Cavaco, A. (2019). Short Assessment of Health Literacy (SAHL) in Portugal: development and validation of a self-administered tool. *Primary health care research & development*, 20. <https://doi.org/10.1017/S1463423618000087>
- Power, M., & Dalgleish, T. (1997). *Cognition and emotion: From order to disorder*. The Psychology Press.
- Polák, J., Rádlová, S., Janovcová, M., Flegr, J., Landová, E., & Frynta, D. (2020). Scary and nasty beasts: Self-reported fear and disgust of common phobic animals. *British Journal of Psychology*, 111(2), 297-321. <https://doi.org/10.1111/bjop.12409>
- Rocha, C., & Correia, T. (2005). A Ansiedade no Secundário e no Ensino Superior. *O Portal dos Psicólogos*, pp. 1-15.
- Rubin, B. M., Katkin, E. S., & Weiss, B. W. (1968). Factor analysis of a Fear Survey

- Schedule. *Behavior Research and Therapy*, 6(1), 65–76.
- Scandola, M., Bastinelli, A., Spoto, A., & Vidotto, G. (2010). The Fear of cockroaches' questionnaire (FCQ). *Review of psychology*, 17(2), 111-118.
- Silva, D. R. (2003). O inventário de estado-traço de ansiedade (STAI). In Gonçalves, M. M., Simões, M.R., Almeida, L.S. & Machado, C. (Eds), *Avaliação Psicológica, instrumentos validados para a população portuguesa*. Quarteto Editora.
- Silva, D. R. (2006). Inventário de Estado-Traço de Ansiedade (STAI). In J. M. Gonçalves, M. R. Simões, L. S. Almeida, & C. Machado, *Avaliação Psicológica*, Volume 1 (pp. 45-60). Quarteto.
- Silva, D. R., & Spielberger, C. D. (2011). Mind Garden Inc. Manual do Inventário de Estado-Traço de Ansiedade (STAI).
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). *Stai Manual for the StaiTrait Anxiety Inventory*. Consulting Psychologists Press.
- Suso-Ribera C., Fernández-Álvarez J., García-Palacios A., Hoffman H. G., Bretón-López J., Baños R. M., Quero S., & Botella C. (2019). Virtual reality, augmented reality, and in vivo exposure therapy: A preliminary comparison of treatment efficacy in small animal phobia. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(1), 31-38. <http://doi.org/10.1089/cyber.2017.0672>
- Szymanski, J., & O'Donohue, W. (1995). Fear of spiders' questionnaire. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 26(1), 31-34.
- Tomás, C. F. & Rosa, P. J. (2020). Validade e fiabilidade da versão portuguesa da Escala de Coping Religioso e Espiritual (ECRE): estudos psicométricos iniciais. In Brissos-Lino, J. & González, B. (Ed). *Religião, Espiritualidade e Qualidade de Vida* (pp 139-154). Ed. Universitárias lusófona
- Wolitzky-Taylor K. B., Horowitz J. D., Powers M. B., Telch, M. J. (2008). Psychological approaches in the treatment of specific phobias: a meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 28, 1021–1037. <http://doi.org/10.1016/j.cpr.2008.02.007>
- World Health Organization (2022). *ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics*. Acedido a 23 de agosto de 2022 em <https://icd.who.int/browse11/l-m/en>
- World Health Organization. (2014). *The selection and use of essential medicines: report of the WHO Expert Committee, 2013* (including the 18th WHO model list of essential medicines and the 4th WHO model list of essential medicines for children). World Health Organization.

Cheila Lopes

O medo e as baratas: validação de estrutura fatorial do questionário de medo de baratas – um estudo em adultos portugueses

Zsido, A. N., Arato, N., Inhof, O., Janszky, J., & Darnai, G. (2018). Short versions of two specific phobia measures: The snake and the spider questionnaires. *Journal of anxiety disorders*, 54, 11-16. <http://doi.org/10.1016/j.janxdis.2017.12.002>