



EVIDÊNCIAS DE VALIDADE DA VERSÃO BRASILEIRA DA ESCALA *PRACTICE QUALITY - MINDFULNESS*

Isis Bonfitto Gonçalves, Priscilla Caetano Guerra, Claudio Arnaldo Len, Marcelo Demarzo

INTRODUÇÃO

A qualidade da prática é um potencial mediador de resultados em intervenções baseadas em mindfulness. De acordo com Del Re et al. (2013), a qualidade da prática depende da persistência em manter a atenção no momento presente e da receptividade a essa experiência. Instrumentos que a avaliam podem ter importância clínica e científica.

OBJETIVO

Adaptar culturalmente a escala *Practice Quality - Mindfulness* (PQ-M) para o português brasileiro e verificar evidências de validade, confiabilidade e precisão do instrumento traduzido por meditadores de mindfulness.

MÉTODOS

A adaptação cultural e validação inicial da PQ-M foi realizada em duas fases (CAAE: 03304418.6.0000.5505):

- Tradução do Inglês para o Português;
- Tradução reversa par o Inglês e avaliação pelo autor;
- Verificação da adaptação cultural em um grupo focal por meditadores experientes em mindfulness.

As qualidades psicométricas foram avaliadas em um estudo transversal em uma amostra de praticantes de meditação, no período de junho a dezembro de 2020:

- Cargas fatoriais maiores que 0,3;
- Alfa de Cronbach maior que 0,6;
- Variância média extraída maior que 0,4;
- Cargas fatoriais máximas cruzadas menores que as cargas fatoriais;
- Correlação de *Spearman* com medidas externas de mindfulness, autocompaixão, de ansiedade e depressão.

RESULTADOS

Após adaptação cultural, 113 indivíduos completaram a pesquisa transversal. O modelo bidimensional de 6 itens apresentou bom ajuste ($\chi^2 = 8,993$; $\chi^2/DF = 1,124$; CFI = 0,99; TLI = 0,98; RMSEA = 0,033 [0,00; 0,119]).

As cargas fatoriais encontradas foram respectivamente: Fator Atenção: 1- 0,39; 2 - 1,08; 3 - 0,47; Fator Receptividade: 4 - 0,88; 5 - 0,77; 6 - 0,79. O alfa de Cronbach e a variância média extraída dos fatores foram, respectivamente: Atenção (0,62 e 0,40) e Receptividade (0,86 e 0,67).

No teste de correlação de Spearman, o PQ-M correlacionou-se positiva e significativamente com medidas de mindfulness ($r = 0,22$; $p = 0,018$) e autocompaixão ($r = 0,35$; $p < 0,001$), e negativamente com medidas de ansiedade ($r = -0,35$; $p < 0,001$) e depressão ($r = -0,19$; $p = 0,042$).

CONCLUSÃO

A versão brasileira do PQ-M, após tradução e adaptação cultural, apresentou evidências iniciais de validade, confiabilidade e precisão entre meditadores experientes em mindfulness.

REFERÊNCIA: Del Re, A. C., Flückiger, C., Goldberg, S. B., & Hoyt, W. T. (2013). Monitoring mindfulness practice quality: An important consideration in mindfulness practice. *Psychotherapy Research*, 23(1), 54-66.