



Ispa

Instituto Universitário
de Ciências Psicológicas,
Sociais e da Vida

Adaptação e validação da versão portuguesa do Meaning of Food in
Life Questionnaire (MFLQp)

Margarida Chaveiro-Ribeiro

Orientadores de Dissertação:

Professora Doutora Maria João Gouveia

Professor Doutor Filipe Loureiro

Professor de Seminário de Dissertação:

Professora Doutora Maria João Gouveia

Dissertação submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:

MESTRE EM PSICOLOGIA DA SAÚDE

Dissertação de Mestrado realizada
sob a orientação de Professora
Doutora Maria João Gouveia e
Professor Doutor Filipe Loureiro,
apresentada no Ispa – Instituto
Universitário para obtenção de
grau de Mestre na especialidade de
Psicologia da Saúde

Agradecimentos

Aos meus pais, por terem confiado e suportado a minha escolha de estudar no Ispa-Instituto Universitário, celebrado todos os meus sucessos, acolhido os meus insucessos e apoiado e cuidado o meu crescimento.

Ao Professor Doutor Filipe Loureiro, um agradecimento especial pela disponibilidade e suporte inigualáveis, serenidade, amabilidade, incentivo e empenho. Ademais agradeço pelo rigor e atenção ao detalhe que, embora nutrindo os meus traços obsessivos, os balizaram e orientaram na direção certa.

À Professora Doutora Maria João Gouveia, por, ao longo dos últimos dois anos, me incentivar, desafiar e motivar para a excelência, estimular a ver além do detalhe e acolher as minhas ansiedades com humor, desarmando-as. Agradeço igualmente pela paciência, confiança, escuta e cuidado demonstrados ao longo do meu percurso no Ispa, repleto de dúvidas infundáveis às quais procurou sempre responder.

Ao Professor Doutor Rui Bárto-lo-Ribeiro, pelos conselhos, partilha de conhecimento, palavras e riso acolhedores.

À Mariana Vences, um agradecimento sem fim, para o qual, seguindo o cliché, palavras não chegam - como se agradece a alguém que sentimos ter contribuído para que nos tornássemos uma versão mais completa, competente, conhecedora, sorridente, alegre, entusiasta e honesta de nós próprios?

Resumo

Para além da satisfação de uma necessidade fisiológica, a comida assume uma diversidade de significados na vida das pessoas (e.g., social ou moral), que têm mostrado estar associados à escolha e comportamentos de consumo alimentares. A presente investigação teve como objetivos: i) traduzir e adaptar o Meaning of Food in Life Questionnaire (MFLQ) para a língua portuguesa; e ii) analisar as suas propriedades psicométricas. Com base nas respostas a um estudo piloto inicial e revisão da literatura, foi proposta uma nova dimensão de significado da comida na população portuguesa—a da Identidade cultural. A versão portuguesa do MFLQ (MFLQp) com a sua nova dimensão foi testada em dois estudos. No Estudo 1 ($N = 152$), na Análise Fatorial Exploratória (AFE) efetuada à versão preliminar do MFLQp emergiram os seis fatores esperados, todos com bons indicadores de consistência interna ($\alpha \geq .72$). Com base nos resultados obtidos, o questionário foi refinado. No Estudo 2 ($N = 270$), a estrutura fatorial da versão final do MFLQp foi confirmada, tendo as dimensões apresentando uma boa fiabilidade compósita. Além disso, os fatores do MFLQp apresentaram correlações esperadas com variáveis teoricamente relacionadas, fornecendo evidência da sua validade convergente externa. No geral, a versão adaptada do MFLQ revelou boas propriedades psicométricas e evidenciou a validade e fiabilidade da dimensão de Identidade cultural. Limitações, estudos futuros e implicações para a alteração do comportamento alimentar são discutidos.

Palavras-chave: Adaptação psicométrica, Significado da comida, Identidade cultural, Comportamento alimentar, MFLQ

Abstract

More than the satisfaction of a physiological need, food takes on a variety of meanings in people's lives (e.g., social or moral) which have been shown to be associated with food choice and consumption behaviors. This research aimed to: i) translate and adapt the Meaning of Food in Life Questionnaire (MFLQ) into Portuguese; and ii) analyze its psychometric properties. Based on the responses to an initial pilot study and review of the literature a new dimension of the meaning of food was proposed for the Portuguese population - Cultural identity. The Portuguese version of the MFLQ (MFLQp) with its new dimension was tested in two studies. In Study 1 ($N = 152$) the Exploratory Factor Analysis (EFA) carried out on the preliminary version of the MFLQp revealed the six expected factors, all with good internal consistency indicators ($\alpha \geq .72$). Based on the obtained results the questionnaire was refined. In Study 2 ($N = 270$) the factor structure of the final version of the MFLQp was confirmed, with the dimensions showing good composite reliability. In addition, the MFLQp factors showed expected correlations with theoretically related variables, providing evidence of their external convergent validity. Overall, the adapted version of the MFLQ showed good psychometric properties and evidenced the validity and reliability of the Cultural identity dimension. Limitations, future studies and implications for eating behavior change are discussed.

Key-words: Psychometric adaptation, Meaning of food, Cultural identity, Eating behavior, MFLQ

Índice

INTRODUÇÃO	1
ESTADO DE ARTE.....	2
O conceito de Significado: Diferentes abordagens	2
Compreendendo o significado da comida	4
O caso particular da relação entre cultura e comida.....	5
O caso português do significado cultural da comida.....	8
Avaliando o significado da comida na vida.....	9
A relação do significado da comida na vida com outros construtos.....	11
O PRESENTE ESTUDO	14
Objetivos e Hipóteses	15
CRIAÇÃO DA VERSÃO PORTUGUESA PRELIMINAR DO MFLQ	16
ESTUDO 1 (PRÉ-TESTE).....	17
MÉTODO.....	18
Participantes	18
Procedimento	18
Instrumentos.....	19
Meaning of Food in Life (MFLQ; Arbit et al., 2017).....	19
Análise de Dados.....	20
RESULTADOS.....	21
ESTUDO 2	27
MÉTODO.....	28
Participantes	28
Procedimento	29

Instrumentos	30
Meaning of Food in Life Questionnaire (MFLQ; Arbit et al., 2017)	30
Food Choice Values Questionnaire (FCVQ; Lysterly & Reeve, 2015)	30
Questionário de Frequência Alimentar	31
Análise de Dados	32
RESULTADOS	33
Validade fatorial e fiabilidade do MFLQp	33
Sensibilidade do MFLQp	36
Validade convergente do MFLQp	38
DISCUSSÃO GERAL	40
Limitações e estudos futuros	44
REFERÊNCIAS	47
ANEXO A	54
ANEXO B	55
ANEXO C	60
ANEXO D	62
ANEXO E	64
ANEXO F	67
ANEXO G	70

Lista de tabelas

Tabela 1. Características sociodemográficas dos participantes

Tabela 2. Matriz de componente rodada para o significado da comida na vida

Tabela 3. Correlação item-total corrigida e alfa de cronbach se item excluído para os itens do MFLQp

Tabela 4. Caracterização descritiva dos 28 itens da primeira versão preliminar do MFLQp

Tabela 5. Caracterização descritiva e consistência interna das 6 dimensões da primeira versão preliminar do MFLQp

Tabela 6. Características sociodemográficas dos participantes

Tabela 7. Análise fatorial confirmatória do MFLQp - Pesos fatoriais obtidos, fiabilidade individual dos itens, variância extraída média (VEM) e fiabilidade compósita

Tabela 8. Matriz de correlações entre fatores do MFLQp obtidas através dos fatores latentes na AFC

Tabela 9. Caracterização descritiva dos 25 itens da versão final do MFLQp

Tabela 10. Caracterização descritiva das 6 dimensões da versão final do MFLQp

Tabela 11. Correlações entre os fatores do MFLQp e Ingestão alimentar

Tabela 12. Correlações entre dimensões do MFLQp e fatores do FCVQ sem o item 21

Tabela C1. Matriz de componente rodada do significado da comida na vida com base nos critérios de Kaiser e do Scree plot

Tabela D1. Matriz de componente rodada do significado da comida na vida com base na análise paralela

Tabela E1. Análise fatorial confirmatória - Pesos fatoriais obtidos, fiabilidade individual dos itens, variância extraída média (VEM) e correlação item-total do FCVQ

Tabela F1. Caracterização descritiva dos itens da versão portuguesa do FCVQ

Tabela F2. Caracterização descritiva das 8 dimensões da versão portuguesa do FCVQ

Lista de Figuras

Figura C1. Scree plot da AFE da versão preliminar do MFLQp

Figura D1. Scree plot da Análise Paralela da AFE da versão preliminar do MFLQp

Introdução

A comida e o ato de comer, além do fornecimento de nutrientes e energia indispensáveis à sobrevivência, servem um propósito mais abrangente e complexo; a comida pode ser um meio de conexão e aproximação aos outros, de expressão de valores morais e/ou espirituais, de persecução de uma vida saudável e/ou uma experiência estética. Além disso, a comida pode estar ligada à nossa identidade cultural, sendo uma forma de afirmarmos e nos ligarmos à nossa cultura. Na verdade, já em *Notas Contemporâneas*, Eça de Queiroz sugeria a importância da comida para a identidade dos povos:

Diz-me o que comes, dir-te-ei o que és. O carácter de uma raça pode ser deduzido simplesmente do seu método de assar a carne. Um lombo de vaca preparado em Portugal, em França ou em Inglaterra, faz compreender talvez melhor as diferenças intelectuais destes três povos, do que o estudo das suas literaturas (Queiroz, 2019, p. 308).

Reconhecendo estes diferentes papéis que a comida pode desempenhar na vida das pessoas, Arbit e colegas (2017a) desenvolveram o *Meaning of Food in Life Questionnaire* (MFLQ). Este questionário capta a ligação entre a comida e outras esferas da vida dos indivíduos (e.g., social, moral), não diretamente ligadas à situação alimentar (como a obtenção de energia ou prazer). Mais concretamente, o *Meaning of Food in Life Questionnaire* avalia os diferentes significados que a comida pode assumir para as pessoas, nomeadamente Social, Moral, Espiritual, Saúde e Estético. Este construto, o significado da comida na vida, tem mostrado, através de estudos correlacionais, estar associado à escolha e comportamentos de consumo alimentares (ver Arbit et al., 2017a; Kokkoris & Stavrova, 2021). Como tal, o estudo do significado da comida na vida pode contribuir para uma compreensão mais profunda dos fatores que influenciam o comportamento alimentar.

No presente estudo, procedeu-se à adaptação e validação do MFLQ para a língua portuguesa (MFLQp), a fim de providenciar um instrumento válido e fiável para a avaliação do significado da comida na vida entre a população portuguesa. Adicionalmente, após verificação em pré-testes da sua importância para a população avaliada, uma nova dimensão, que pretende avaliar o significado de identidade cultural da comida, foi criada e acrescentada ao questionário. A disponibilização do MFLQp poderá contribuir para a investigação futura sobre a influência do significado da comida no comportamento alimentar dos portugueses. Essa investigação, por seu turno, poderá contribuir para a implementação e desenho de intervenções com vista à alteração do comportamento alimentar. A pertinência do presente

estudo prende-se também com o facto de em Portugal não haver, até à data, nenhuma medida que avalie os significados dados à comida e o papel que esta desempenha na vida dos indivíduos. A maioria dos instrumentos, disponíveis em português, avaliam o comportamento alimentar em si [e.g., Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ; van Strien et al., 1968; versão portuguesa de Viana & Sinde, 2003); Three Factor Eating Questionnaire (TFEQ; Stunkard & Messick, 1985; versão portuguesa de Duarte et al., 2020)], existindo um reduzido número de questionários focados na avaliação dos seus determinantes. Além disso, estas medidas avaliam estilos alimentares considerados de risco para o desenvolvimento de perturbações alimentares (e.g., bulimia) ou obesidade. O MFLQ, pelo contrário, representa uma abordagem positiva à relação das pessoas com a comida, pretendendo avaliar um determinante da escolha alimentar.

Na secção seguinte serão apresentadas diferentes conceptualizações do conceito de significado e evidências empíricas acerca do significado da comida relevantes para a compreensão do construto em estudo, o significado da comida na vida. Serão igualmente reportados os resultados de validações de diferentes versões do questionário (versão original, versão alemã e versão espanhola). A relação do significado da comida na vida com outras variáveis (e.g., estilos alimentares, ingestão alimentar, comportamentos de consumo relacionados com a alimentação) será também explorada num dos capítulos seguintes. Por fim, é discutida a relação existente entre a cultura e a comida, salientando-se, para o contexto português, a ligação entre a comida e a identidade cultural.

Estado de arte

O conceito de Significado: Diferentes abordagens

Os seres humanos são criadores de significado (“meaning-makers”; Heine et al., 2006, p.89), i.e., têm uma necessidade fundamental de encontrar significado (Heine et al., 2006; Chater & Loewenstein, 2016). Com efeito, o ser humano está motivado para descobrir e estabelecer ligações entre pessoas, lugares, objetos, eventos e ideias, que lhe permitem compreender o mundo em que se insere, as suas experiências e dar sentido à sua vida (Heine et al., 2006; K. Cantarero et al., 2022).

Considerando esta necessidade humana de significado, o interesse científico no tema tem vindo a crescer nos últimos anos (Park, 2017). Contudo, existem múltiplas operacionalizações e abordagens ao construto. Uma estão mais centradas no significado da

vida (Krause, 2009; Steger et al., 2006), outras no processo de criação de significado (em inglês “meaning-making”) (Heine et al., 2006; Proulx & Inzlicht, 2012), especialmente face a experiências stressantes ou traumáticas (Park, 2010, 2022), e outras na necessidade de criação de sentido (em inglês “sense-making”) (K. Cantarero et al., 2021). Além disso, diferentes autores usam diferentes termos para se referir a construtos semelhantes e termos semelhantes para se referir a diferentes construtos (Park, 2017). Assim sendo, poder-se-ia realizar uma extensa revisão acerca da literatura em torno do significado. No entanto, aqui serão apenas abordadas aquelas definições relevantes para a compreensão do construto em análise (i.e., o significado da comida na vida) e que estão em linha com a definição utilizada. Não obstante a grande diversidade de definições, a conceptualização de significado de Baumeister (1991) é frequentemente citada na literatura (e.g., Leontiev, 2013; Park, 2010; Proulx & Inzlicht, 2012; Roepke et al., 2014). Para o autor, o conceito é definido como “representações mentais partilhadas de possíveis relações entre coisas, eventos e relações” (p.15). Assim, o “significado liga coisas” (p.15). Baumeister (1991) afirma que, embora o significado da vida corresponda a um uso particular do significado, este não representa um tipo especial ou radicalmente diferente. Deste modo, quer se trate do significado da vida, de uma frase, de um objeto ou de um acontecimento, a essência do significado enquanto ligação é sempre aplicável. Se o significado é essencialmente a ligação entre “coisas”, é fundamental notar que estas ligações podem igualmente estar conectadas entre si. Baumeister (1991) utiliza a metáfora de uma teia para esclarecer a estrutura do significado. À semelhança de uma teia, o significado inicia-se com uma “linha” que une dois pontos. Posteriormente, outras linhas vão ligando outros pontos, criando ligações entre as próprias “linhas”. Forma-se, então, um padrão complexo em que tudo está interconectado, não obstante algumas ligações estarem mais próximas e serem mais fortes que outras. Baseando-se nesta metáfora de Baumeister (1991), Arbit (2017) refere que o “significado pode ser visto como uma teia ou rede que liga tudo na vida de uma pessoa, colocando qualquer objeto, experiência ou atividade dentro do contexto da teia mais alargada” (p. 21). De tal modo que entender o significado de alguma coisa implica vê-la em termos de outra. Para ilustrar esta ideia, Baumeister (1991) dá o exemplo do sistema numérico, mencionando que os números não podem existir por si só, individualmente, mas apenas em relação com o contexto mais amplo de todos os números e suas relações. Se existisse apenas o número 36, não seria possível compreender o seu significado. Só compreendemos este número enquanto parte de um conjunto de outros números que têm várias relações entre si, por exemplo, 36 resulta da multiplicação de 9 por 4. Da mesma forma, outros significados só existem por fazerem parte de um sistema de outros significados

relacionados ou contrastantes (e.g., entendemos o que é um cão porque este se liga, por exemplo, ao significado de animal doméstico, e se distingue do de um animal selvagem).

Ainda que reconhecendo a metáfora de Baumeister (1991), Leontiev (2013) defende que a representação do significado enquanto um micélio (estrutura constituída por uma série de filamentos entrelaçados, semelhante a uma raíz, que dá origem aos fungos) é ainda mais precisa. Em primeiro lugar porque, segundo Leontiev (2013), este não é apenas uma rede de filamentos, podendo dar origem a cogumelos individuais visíveis, que atraem a nossa atenção. Em segundo lugar, porque esta rede está escondida debaixo da terra, podendo-nos levar a esquecê-la e a acreditar que os cogumelos são auto-suficientes e mais importantes que a própria rede. De modo semelhante, segundo o autor, tentamos analisar o significado de ações, eventos, objetos enquanto unidades separadas, passando por cima do “micélio global de significados interconectados” e descurando que os primeiros são somente “frutos periféricos” deste último. Assim sendo, para Leontiev (2013) o significado é algo que vai além da própria experiência, ligando-a a algo mais. De acordo com o autor, entender o significado de qualquer coisa, implica obrigatoriamente ligá-la a um contexto superordenado. Leontiev (2013) afirma que uma ação tem significado quando está incluída na teia de significado e, por isso, encontra lugar no mundo global da vida da pessoa, em detrimento de apenas em exigências situacionais imediatas.

Compreendendo o significado da comida

Como Baumeister (1991) e Leontiev (2013) afirmam, a essência do significado é a ligação. Logo, algo tem significado quando somos capazes de estabelecer uma ligação com outra coisa. O mesmo se verifica em relação à comida; se por exemplo, estabelecemos uma ligação entre esta e a satisfação de uma necessidade fisiológica, podemos afirmar que a primeira tem o significado de necessidade básica. Contudo, para além de um processo biológico pelo qual nos alimentamos, a comida relaciona-se com outros aspetos da vida, como a nossa vida social, assumindo por isso outros significados.

Rozin (2005) refere que o processo evolutivo de preadaptação (i.e., aquisição de uma nova função, diferente da original, por parte de uma estrutura, sem que esta se altere) é visível a respeito da comida; a comida passou a servir um propósito mais abrangente e complexo que a mera satisfação de uma necessidade fisiológica, assumindo uma diversidade de papéis na vida das pessoas. Segundo os resultados de Lindeman e Sirelius (2001), a comida, mais concretamente, a escolha alimentar tornou-se um novo espaço através do qual as pessoas

podem incorporar e expressar as suas filosofias de vida. Além disso, como afirmam Rozin (2005) e Arbib e colegas (2017a), a comida pode ser um marcador social, uma forma de nos relacionarmos com os outros, um mecanismo de *coping* e de obtenção de conforto, uma forma de expressão estética e um modo de afirmação dos valores morais/éticos.

Estudos empíricos têm demonstrado estes papéis, assim como sugerido novas funções e, conseqüentemente significados da comida. Por exemplo, Bellows e colegas (2010) investigaram, através da resposta a um curto questionário, o papel da comida na vida de uma amostra de sujeitos dos EUA. A comida foi essencialmente considerada uma parte importante das tradições familiares, uma fonte de prazer na vida e uma forma de expressão de amor. Por sua vez, através de entrevistas (com pais e adolescentes) e da observação de quatro famílias, Fielding-Singh (2017) descobriu que em famílias com um estatuto socioeconómico baixo, a comida pode ser uma forma de os pais compensarem pela escassez material noutros domínios, reforçando o seu sentido de valor e competência parental. Em contexto prisional, por exemplo, a comida pode ser uma forma de diferenciar e discriminar entre reclusos e funcionários prisionais (e.g., a qualidade da comida servida aos funcionários é superior, assim como a quantidade) e destes últimos exercerem o seu poder (e.g., proibição do direito dos prisioneiros “desobedientes” à compra de produtos alimentares na cantina) (Einat & Davidian, 2019). Além disso, entre reclusos, é um marcador de estatuto e forma de exclusão social (e.g., os ofensores sexuais geralmente comem em mesas sozinhos) (Einat & Davidian, 2019). No que se refere ao significado da comida em sujeitos com problemas de saúde física, como revela o estudo correlacional de O’Loughlin e Newton-John (2019), esta pode ser uma forma de lidar com a dor crónica. No caso da diabetes tipo 2, o diagnóstico é capaz de alterar o significado atribuído à comida (Beverly et al., 2018). Especificamente, os participantes referiram que, se antes do diagnóstico a comida tinha um significado social e celebrativo, atualmente esta era considerada um inimigo ou veneno, em alguns casos, desencadeante de um sentimento de fracasso pessoal.

O caso particular da relação entre cultura e comida

Sendo omnívoro, o ser humano tem disponível uma enorme variedade de opções alimentares. No entanto, como Rozin (1999) afirma, existem poucas predisposições ou constrangimentos genéticos que facilitem eficazmente o processo de seleção alimentar. Assim sendo, de acordo com Fishler (1988) e Rozin (1996), o Homem desenvolveu práticas e representações culturais para auxiliar este processo (e.g., para a cultura Hindu, a vaca é um

animal sagrado, e como tal, é considerada não comestível). Mais concretamente, cada cultura possui um conjunto de classificações e normas que ditam o conjunto de práticas e representações relacionadas com a colheita de alimentos, produção, preparação e consumo da comida (Fishler, 1988). Fischler (1988) designa por gastronomia este conjunto de classificações e normas e afirma que esta inclui, para cada cultura, critérios acerca do que é ou não comestível, do que é permitido comer ou é tabu, do contexto em que as comidas devem ser consumidas e por quem, e de que alimentos ficam bem uns com os outros. De acordo com Fishler (1988), a ordem criada pela gastronomia é determinada pela ordem que cada cultura impõe no mundo, pelo lugar atribuído às coisas, animais e pessoas.

Na verdade, vários estudos descritivos têm demonstrado diferenças entre culturas nas preferências alimentares e representações sociais ligadas à comida (Banna et al., 2016; Mouret et al., 2013; Rozin et al., 2006, 2011; Ruby et al., 2016). Rozin e colaboradores (2006) estudaram a preferência face à variedade de escolhas alimentares entre adultos de seis países diferentes, nomeadamente França, Alemanha, Itália, Suíça, Reino Unido e Estados Unidos da América. Através de entrevistas telefónicas, foi perguntado qual das seguintes opções os sujeitos preferiam: uma gelataria com dez sabores de gelado disponíveis ou uma com cinquenta sabores. À exceção dos participantes dos Estados Unidos, a maioria dos inquiridos dos países europeus preferiu a opção com dez sabores. De modo semelhante, uma investigação posterior de Rozin e colegas (2011) revelou que comparativamente aos franceses, ao fazer escolhas alimentares, os participantes americanos preferiram quantidade (em detrimento da qualidade) e variedade. Segundo os autores estes resultados espelham a ênfase da cultura americana na abundância e individualismo, já que parece haver uma maior preocupação em atender às preferências individuais do que àquelas partilhadas pelo coletivo.

Interessados na influência da cultura nas representações sociais sobre o vinho, Mouret e colegas (2013) estudaram as representações sociais sobre o vinho entre participantes franceses e neozelandeses. No caso dos franceses, as representações sociais estavam associadas à socialização, vinho tinto e queijo. Por seu turno, para os neozelandeses estavam associadas ao lazer (i.e., à diversão e descontração) e à comida. Já Banna e colaboradores (2016), investigaram as representações acerca do que é uma alimentação saudável numa amostra de jovens adultos chineses e americanos. A amostra de estudantes chineses mencionou a manutenção da imunidade e da saúde digestiva, assim como a importância de refeições regulares e de uma ingestão maior durante o dia do que à noite como aspetos essenciais para uma alimentação saudável. Por sua vez, os estudantes americanos referiram que uma alimentação saudável implica o equilíbrio entre diferentes grupos alimentares, bem

como o equilíbrio entre o consumo e a atividade física. Além disso, embora ambos os grupos tenham relatado a importância de reduzir o consumo de certo tipo de alimentos, estes diferiram nos alimentos mencionados; enquanto os americanos enfatizaram mais frequentemente a redução de carboidratos, os participantes chineses salientaram a redução do consumo de gorduras e sal.

Ruby e colegas (2016) também mostraram que a relação com a comida pode variar de cultura para cultura. Mais concretamente, os autores encontraram diferenças no gosto, desejo de consumo e consumo de carne bovina entre participantes da Argentina, Brasil, França e Estados Unidos. O gosto pela carne foi maior entre os sujeitos da França e Argentina, seguido dos do Brasil e depois EUA. Relativamente ao desejo de consumir carne bovina, este foi significativamente menor no Brasil e Argentina do que nos EUA e França. Por último, o consumo foi maior entre indivíduos do Brasil, seguido dos da Argentina, depois dos EUA, e finalmente da França, sendo o consumo em cada país significativamente diferente do dos outros.

As diferenças encontradas entre países nas representações sociais associadas à comida, nas preferências e consumo alimentares suportam a ideia de que cada cultura possui uma série de normas e crenças particulares que ditam como e o que comer. Assim sendo, a comida parece estar marcadamente ligada às tradições culturais, de tal modo que segundo Hubert (2000) é capaz de marcar a afirmação de uma identidade cultural. De acordo com esta autora, as escolhas alimentares e a forma como a comida é preparada expressam mais a identidade do que a língua. A autora propõe que se, por um lado, quando as pessoas emigram para outros países, a língua original é perdida após a segunda geração, as tradições alimentares em ocasiões festivas persistem até pelo menos a terceira ou quarta gerações. Para Hubert, a identidade cultural ligada à comida, melhor dizendo, à gastronomia, não se manifesta diretamente, mas sim por oposição. Quer isto dizer que, é a constatação de que outros países ou culturas têm tradições alimentares diferentes que reforça a nossa pertença a um determinado grupo ou cultura. Não é por comer bacalhau à brás que somos portugueses, mas sim porque esta forma de preparar e consumir o bacalhau é tipicamente seguida no nosso país e não noutros. No mesmo sentido, Fischler (1988) afirma que uma vez cozinhada, ou seja, adaptada às regras de uma gastronomia particular, a comida é rotulada ou marcada com um selo cultural, de tal modo que a sua ingestão inscreve o indivíduo num sistema culinário próprio, e por isso, no grupo que o pratica, funcionando como um marcador identitário.

Investigação quer quantitativa, quer qualitativa tem mostrado que os indivíduos e, sobretudo, os imigrantes veem a comida como uma forma de expressão da cultura a que

pertencem, i.e., da sua identidade cultural (D'Sylva & Beagan, 2011; Wright et al., 2021). Por exemplo, D'Sylva e Beagan (2011) investigaram o papel da comida na (re)criação e manutenção de uma identidade étnica/cultural distinta entre mulheres goesas no Canadá. Através de entrevistas semiestruturadas, as participantes referiram que seguir as tradições alimentares da sua cultura lhes permitia não só recordar o seu passado, como também reconhecer a sua herança enquanto goesas. Como tal, nesta amostra a comida era usada como forma de reforçar a sua identidade cultural. De modo semelhante, Wright e colaboradores (2021), através de entrevistas semiestruturadas, exploraram o impacto do acesso e disponibilidade de comidas tradicionais na identidade e bem-estar de estudantes universitários, quer internacionais, quer imigrantes americanos de segunda geração. Ambos os estudantes indicaram que as tradições alimentares ligadas à sua cultura facilitaram a expressão e manutenção da sua identidade cultural, bem como a conexão à mesma (e.g., “a forma como realizamos as tradições alimentares da nossa cultura identifica-nos de outros grupos culturais. Estes comportamentos definem quem somos e a que grupos pertencemos.”). A título de exemplo, alguns participantes mencionaram que as práticas alimentares tradicionais permitiam a recordação da sua cultura através da invocação de memórias. Já o estudo de L. Cantarero e colegas (2013), conduzido numa amostra da população aragoesa e não apenas em sujeitos que imigraram, revelou que os participantes preferiam comer comidas locais, simbolicamente associadas à sua cultura. Esta preferência parece permitir que o sentido de pertença à cultura em questão seja reforçado.

O caso português do significado cultural da comida

Como exposto anteriormente, a comida pode funcionar como um marcador identitário. Contudo, a relação das pessoas com a comida varia de cultura para cultura. Assim, poder-se-á hipotetizar que a comida estará mais associada à identidade cultural entre sujeitos cuja cultura tenha uma forte tradição gastronómica, como é o caso de Portugal.

Segundo Araújo (2021), a gastronomia portuguesa, tendo por base a dieta mediterrânica, caracteriza-se não só pelos pratos típicos, como também pelos momentos de partilha, convívio e comunicação a ela associados. Em 2013, a UNESCO (n.d.) incluiu Portugal na lista do Património Cultural Imaterial da Humanidade com a Dieta Mediterrânica. A UNESCO (2009) define Património Cultural Imaterial como “as práticas, representações, expressões, conhecimentos, competências - assim como os instrumentos, objetos, artefactos e espaços culturais a eles associados – que comunidades, grupos e, em alguns casos, indivíduos

reconhecem como parte do seu património cultural” (p.7). Ademais, segundo a UNESCO (2009), este património cultural imaterial, transmitido de geração em geração, fornece um sentido de identidade às comunidades e grupos. Neste sentido, a gastronomia portuguesa é reconhecida pela UNESCO como importante para a identidade cultural dos portugueses.

Para além da importância atribuída pela UNESCO à gastronomia portuguesa, Araújo (2021) afirma que a gastronomia é um dos fatores mais importantes para a satisfação global dos turistas com Portugal, que procuram valores de autenticidade ligados à cultura. De facto, um estudo de Araújo (2014), conduzido numa amostra de turistas recolhida no aeroporto do Porto, revelou que a maioria dos turistas via a gastronomia como uma forma de expressão da cultura, referindo ser capaz de identificar características desta cultura na gastronomia. Deste modo, é sugerido que também para os turistas a gastronomia portuguesa pode ser considerada um marcador da identidade cultural portuguesa.

Avaliando o significado da comida na vida

Para além da investigação empírica sobre o significado da comida, houve também quem quisesse operacionalizar quantitativamente o leque de significados que a comida pode assumir. É o caso de Ogden e colaboradores (2012), que desenvolveram o Meaning of Food Questionnaire (MOF) para avaliar os significados da comida, nomeadamente: sexo, regulação emocional, prazer, culpa, interação social, controlo sobre a vida, controlo sobre a comida e família. Mais recentemente, Arbit e colaboradores (2017a), criaram uma nova medida para avaliar o significado da comida. Contudo, a sua conceptualização e operacionalização difere da de Ogden e colaboradores (2012), inclusive no que se refere à designação do construto; o questionário desenvolvido por Arbit e colegas (2017a) pretende medir o significado da comida na vida.

A definição de significado da comida na vida de Arbit e colegas (2017a), baseia-se no entendimento de significado enquanto uma rede de ligações (Baumeister, 1991; Heine et al., 2006) e, sobretudo na conceptualização de Leontiev (2013), segundo a qual as ações têm significado quando encontram lugar no mundo global da vida da pessoa. Neste sentido, para que algo constitua um significado da comida (em inglês *meaning of food in life*) deve estar associado ou enraizado a aspetos mais abrangentes da vida de uma pessoa, indo além das exigências imediatas da situação alimentar (Arbit et al., 2017a). Isto é, deve ir além de aspetos diretamente ligados à comida, tais como fatores de conveniência (e.g., preço dos alimentos) ou orientações hedónicas relacionadas com o prazer de comer (Arbit, 2017). Assim, o

significado da comida na vida propõe explicitamente que o indivíduo vê uma ligação entre a sua escolha alimentar e outros domínios da sua vida (não relacionados com a comida) (Arbit, 2017). Como tal, segundo a autora, o significado da comida na vida representa uma primeira tentativa de captar as formas pelas quais a relação das pessoas com a comida está inserida no seu sistema de significado mais amplo, que inclui as suas perceções de si, do seu mundo e do seu lugar no mundo (Arbit, 2017).

Tendo em conta a sua definição do construto, Arbit e colegas (2017a) investigaram se se podia considerar a existência de diferentes domínios do significado da comida na vida. Os autores identificaram os seguintes domínios: Moral, i.e., as pessoas veem e preocupam-se com as implicações éticas das suas escolhas alimentares, assim como veem as suas escolhas alimentares como refletindo a sua conexão com a natureza; Espiritual, ou seja, as pessoas percecionam as suas escolhas alimentares como tendo implicações espirituais e como estando ligadas às suas crenças espirituais; Social, nomeadamente, os indivíduos utilizam a comida como forma de se ligar aos outros e expressar afeto; Estético, i.e., a comida é vista como uma forma de expressão artística e criativa; Saúde, ou seja, os indivíduos retiram significado de nutrir o seu corpo. Após a identificação destes domínios, Arbit e colaboradores (2017a) operacionalizaram o significado da comida na vida, desenvolvendo um questionário para a sua avaliação, o Meaning of Food in Life Questionnaire (MFLQ). Na sua versão original, o MFLQ possui 22 itens que pretendem medir as 5 dimensões de significado da comida na vida identificadas. Considerando que o significado envolve o estabelecer de uma ligação cognitiva, alguns dos itens captam as ligações cognitivas vistas explicitamente entre a comida e outras facetas da vida da pessoa (e.g., “Uma boa refeição é como uma obra de arte” – mede as ligações que uma pessoa perceciona entre a comida e as suas ideias sobre a arte) (Arbit, 2017). Além disso, segundo Arbit (2017), o significado envolve um impulso motivacional para atividades intencionais congruentes com essas ligações, assim como algum grau de cuidado com essas associações. Nesse sentido, alguns itens medem essas atividades intencionais (e.g., “Alimento-me de uma forma que expressa cuidado com o mundo”), bem como se esse cuidado existe (e.g., “Preocupo-me com o impacto das minhas escolhas alimentares no mundo”).

O MFLQ foi desenvolvido na língua inglesa, nos EUA (Arbit et al., 2017a). Atualmente, encontra-se também traduzido para a língua espanhola e alemã. As propriedades psicométricas do questionário original, de 22 itens, foram testadas numa amostra da população americana (recrutada através do MTurk) (Arbit et al., 2017a). Os cinco fatores teoricamente esperados emergiram na análise fatorial exploratória realizada, tendo todas as

dimensões apresentando bons valores de consistência interna. Adicionalmente, Arbit e colegas (2017a) examinaram também a fiabilidade teste-reteste numa nova amostra da população americana. Para além de a estrutura de cinco fatores ter re-emergido, as dimensões apresentaram uma boa fiabilidade. Também na validação da versão alemã do questionário os cinco fatores surgiram na análise fatorial exploratória efetuada, apresentando igualmente uma boa consistência interna (Kokkoris & Stavrova, 2021). A estrutura fatorial foi igualmente observada na validação da versão espanhola do MFLQ, contudo a eliminação de alguns itens e correlação de erros foi necessária para obter um bom ajustamento do modelo (Chinea et al., 2020). De forma geral, as boas propriedades psicométricas que o MFLQ tem evidenciado com diferentes amostras sugerem que este é instrumento válido e fiável para avaliar o significado da comida na vida entre diferentes populações. Como tal, parece ser pertinente a tradução e validação do questionário para diferentes línguas.

Relativamente às dimensões de significado avaliadas, Arbit e colegas (2017a) sugerem a importância de explorar uma possível nova dimensão de significado da comida em estudos futuros, a de identidade cultural. No estudo de desenvolvimento da versão original do MFLQ, um dos itens do fator Social (“Food is a way for me to connect with my cultural traditions”) saturou abaixo do ponto de corte estabelecido para a manutenção de itens. Embora Arbit e colegas (2017a) tenham optado por manter o item, hipotetizaram que este poderia pertencer a um fator separado que dizia respeito à identidade cultural. A criação e adição desta nova dimensão ao questionário parece fazer sentido para algumas realidades culturais, como é o caso da portuguesa. Como acima apresentado, Portugal possui uma forte tradição gastronómica, a qual é reconhecida quer pela UNESCO, quer pelos turistas (Araújo, 2014) como importante para a identidade cultural dos portugueses. É, por isso, sugerido que, para os portugueses, a comida pode servir como um marcador da identidade cultural.

A relação do significado da comida na vida com outros construtos

Como acima exposto o MFLQ encontra-se traduzido para três línguas diferentes. Para além da análise da validade fatorial e consistência interna de cada uma destas versões do questionário, a relação do significado da comida na vida com outros construtos tem sido igualmente estudada em diferentes populações.

Arbit e colaboradores (2017a), a fim de avaliar a validade convergente da versão original do MFLQ, estudaram a associação dos cinco domínios de significado da comida com diferentes motivações para a alimentação, medidas através do The Eating Motivation Survey

(TEMS; Renner et al., 2012). No geral, as relações encontradas foram ao encontro das especificações teóricas de cada uma das dimensões do MFLQ, suportando a validade convergente das mesmas. Verificou-se uma correlação moderada entre cada um dos fatores do MFLQ e as escalas do TEMS conceptualmente mais semelhantes, designadamente entre: o significado Saúde e o *health motivation* do TEMS; os significados Moral e Espiritual e *natural concerns motivation* do TEMS; e o fator Social e a *sociability motivation* do TEMS.

De acordo com a conceptualização teórica de Arbit e colegas (2017a), o significado da comida na vida constitui um determinante da escolha alimentar. Assim sendo, de modo a testar este pressuposto, os investigadores conduziram um estudo correlacional numa amostra da população americana para avaliar como o significado da comida se relacionava com diferentes padrões de ingestão alimentar. A ingestão alimentar foi avaliada retrospectivamente através de um questionário de auto-relato (para mais detalhes ver Arbit et al., 2017a). Verificou-se que os vários domínios do significado da comida estavam significativamente associados a diferentes resultados de ingestão alimentar. Mais concretamente, todas as cinco dimensões do MFLQ estavam positiva e significativamente relacionadas com a ingestão de frutas e/ou legumes, apresentando as dimensões Moral e Saúde as associações mais fortes. Os domínios Saúde, Espiritual, e Moral encontravam-se negativa e significativamente correlacionados ao consumo de snacks processados e *junk food*. Por sua vez, a dimensão Moral estava negativa e significativamente associada à ingestão de carne vermelha. Também o estudo de China e colegas (2020), realizado numa amostra espanhola, sugere uma relação entre o significado da comida e a escolha alimentar. Os autores encontraram diferenças no significado atribuído à comida entre indivíduos com diferentes padrões alimentares. Mais concretamente, dois grupos foram comparados face ao significado atribuído à comida: o grupo de sujeitos com padrões alimentares específicos (i.e., dieta vegetariana, dieta isenta de glúten e/ou lactose e dieta caracterizada por restrição na ingestão calórica) e o grupo de sujeitos sem nenhum padrão alimentar específico. O grupo com padrões alimentares específicos, comparativamente ao grupo sem nenhum padrão alimentar específico, apresentou valores mais elevados nas dimensões Moral e Espiritual do MFLQ. Além disso, os sujeitos que seguiam uma dieta vegan/vegetariana exibiram valores significativamente mais elevados nas dimensões Moral, Espiritual, e Social do que aqueles que possuíam uma dieta isenta de glúten e/ou lactose e aqueles cuja alimentação se caracterizava pela restrição calórica, não se verificando diferenças significativas nos fatores Estético e Saúde.

Quer a diferença no significado atribuído à comida entre grupos com diferentes padrões alimentares, quer a associação entre o significado da comida e a ingestão alimentar

forneem algum suporte empírico à conceção do significado da comida como um determinante da escolha alimentar. Deste modo, ambos os estudos apresentados fornecem provas adicionais da validade convergente do MFLQ. A investigação correlacional de Kokkoris e Stavrova (2021) sugere ainda que, mais do que associado à ingestão alimentar, o significado da comida pode estar relacionado com uma variedade de comportamentos de consumo ligados à comida - desde as compras à preparação, consumo e descarte da comida. Numa amostra da população austríaca, os autores examinaram de que forma os vários significados da comida se relacionavam com quatro padrões distintos de comportamento de consumo alimentar: *health-conscious*, *discerning*, *indulgent e functional*. Relativamente ao primeiro, este refletia uma preocupação genuína face a uma alimentação saudável (e.g., cozinhar, consumir frequentemente frutas e vegetais, seguir recomendações médicas sobre nutrição). O segundo, englobava um gosto requintado e uma preferência por ofertas de mercado de alta qualidade (e.g., comprar comidas orgânicas, comprar em pequenas lojas, preocupar-se menos com o preço e mais com a qualidade, evitar produtos de carne). Já o terceiro refletia a busca de prazer e conveniência (e.g., consumir *snacks* doces e salgados, consumir refeições pré-feitas, comer em excesso). Por fim, o quarto, incluía comportamentos caracterizados pelo conhecimento nutricional (e.g., analisar o rótulo dos produtos alimentares), planeamento cuidado (e.g., ir às compras com uma lista, evitando compras impulsivas) e consumo de suplementos alimentares ou produtos enriquecidos com nutrientes. Através de análises de regressão linear múltiplas, os resultados mostraram que o padrão *indulgent* foi positivamente predito pela dimensão de significado da comida Estético, e negativamente pela dimensão Saúde. Já o padrão funcional foi negativamente predito pela dimensão de significado Estético e positivamente pela dimensão Espiritual. O padrão *discerning* foi predito pelo significado Moral da comida. Curiosamente, o padrão *health-conscious* foi predito principalmente pelos significados Moral e Social da comida, não sendo o fator Saúde um preditor significativo.

No geral, os resultados apresentados sugerem uma relação entre o significado da comida na vida e o comportamento de consumo alimentar que vai desde a compra de produtos, à preparação de refeições, à ingestão alimentar. Neste sentido, a potencial utilidade da avaliação do significado da comida em contexto de intervenção para mudança do comportamento alimentar é sugerida. Além disso, o estudo de Arbit e colegas (2017b) propõe ainda a importância de trabalhar o significado da comida na vida como forma de alcançar uma relação mais saudável com a comida. Contando com a participação de uma amostra de sujeitos dos EUA, Arbit e colegas (2017b) avaliaram como o significado da comida na vida se

relacionava com a autoeficácia para uma alimentação saudável, uma relação positiva com a comida, a satisfação com a imagem corporal e com a restrição calórica. Cabe referir que estas três últimas variáveis foram medidas através de um único item (para mais detalhes ver Arbit, 2017). No que toca aos resultados, os fatores Moral, Estético e Saúde do MFLQ estavam positiva e significativamente correlacionados com a autoeficácia para uma alimentação saudável. Por sua vez, as dimensões Moral e Saúde estavam significativa e positivamente associadas à satisfação com a imagem corporal. Todos os cinco fatores do MFLQ estavam significativa e positivamente associados a uma relação positiva com a comida, e nenhum estava associado à restrição calórica.

A relevância de traduzir e validar para diferentes populações um instrumento que avalie o significado da comida parece ser já suportada pela possível influência que esta variável pode ter na alteração do comportamento alimentar. No entanto, o estudo de China e colaboradores (2022) veio ainda acrescentar maior importância ao examinar a relação entre um consumo responsável e o significado da comida na vida, numa amostra de participantes espanhóis. Os autores encontraram uma relação positiva entre todas as dimensões do MFLQ e a avaliação do consumo responsável, apresentando a dimensão Moral uma correlação forte e a correlação mais forte, seguida do fator Saúde. Adicionalmente, neste estudo, foram ainda analisadas as diferenças no significado atribuído à comida entre pessoas que compram mais regularmente produtos orgânicos e indivíduos que os compram menos frequentemente. Os resultados revelaram que as pessoas que compravam produtos biológicos mais frequentemente atribuíam um maior significado Moral, Espiritual e de Saúde à comida em comparação àquelas que os compravam menos frequentemente. É de salientar que foi relativamente ao significado Moral da comida que se encontraram as maiores diferenças entre os dois grupos. Tendo em conta a importância crescente dos comportamentos ambientalmente sustentáveis para a atualidade, a relação entre o significado da comida e o consumo responsável, nomeadamente de produtos biológicos, necessita de investigação futura. Como tal, é essencial ter um questionário do significado da comida validado em diferentes línguas, para que esta relação possa ser estudada em diferentes contextos culturais.

O presente estudo

Tendo em consideração que a literatura sugere que a relação das pessoas com a comida pode diferir entre diferentes culturas (e.g., Mouret et al., 2013; Rozin et al., 2011), Arbit e colaboradores (2017) defendem a necessidade de explorar de que forma o significado

da comida na vida varia em diversos contextos culturais. A presente investigação visa contribuir para este corpo de pesquisa, tendo como objetivo adaptar e validar o MFLQ para a língua portuguesa.

Tendo em conta que a comida parece servir como um marcador de identidade cultural para os portugueses, no presente estudo, para além da tradução dos itens do MFLQ para a língua portuguesa, será conduzido um estudo piloto em participantes da população em geral e especialistas da área alimentar, para averiguar se se encontra evidência para a importância do significado de identidade cultural e se, para além deste, outros significados são sugeridos pela amostra testada. Um conjunto de itens, desenvolvidos para avaliar esta dimensão de identidade cultural, será igualmente testado.

Objetivos e Hipóteses

Este estudo teve como principais objetivos (a) traduzir e adaptar o Meaning of Food in Life Questionnaire (Arbit et al., 2017) para a língua portuguesa e (b) analisar as suas propriedades psicométricas. Relativamente aos objetivos específicos, pretendeu-se: i) explorar se existiam outros significados da comida para os portugueses não incluídos na versão original do MFLQ; ii) explorar se a identidade cultural surgia como um domínio de significado da comida na vida dos portugueses; iii) propor, criar e adicionar a dimensão Identidade Cultural à versão portuguesa do MFLQ (MFLQp); iv) analisar a validade fatorial e consistência interna do MFLQp; v) analisar se podiam ser demonstradas evidências de validade convergente com a ingestão alimentar e com os Valores relacionados com a escolha alimentar. No que toca à validade convergente, espera-se que:

H1) Os diferentes significados da comida se associem significativamente a diferentes resultados de ingestão alimentar. Nomeadamente que:

- a) O significado Moral se relacione positivamente com o consumo de frutas, vegetais, comida vegetariana/vegana e comida biológica/orgânica e negativamente com a carne vermelha;
- b) O significado Saúde se associe positivamente com a ingestão de frutas e vegetais e negativamente com o consumo de refrigerantes, guloseimas/doces, snacks salgados processados e fast food;
- c) O Significado Identidade Cultural se associe positivamente com o consumo de comida tradicional portuguesa.

H2) Os diferentes significados da comida se associem mais fortemente com os Valores relacionados com a escolha alimentar conceptualmente semelhantes. Nomeadamente que:

- a) O significado Estético se associe positivamente ao valor Apelo Sensorial;
- b) O significado Moral se associe positivamente ao valor Orgânico;
- c) O significado Identidade Cultural se associe positivamente ao valor Tradição.

Criação da versão portuguesa preliminar do MFLQ

A criação da versão portuguesa preliminar do MFLQ teve por base a tradução dos itens originais e as respostas qualitativas recolhidas num estudo piloto inicial. Este estudo tinha como objetivo averiguar se o significado de Identidade Cultural surgia nas respostas espontâneas dadas pelos sujeitos, assim como se novas dimensões de significado da comida emergiam. Foram recolhidas as respostas de 30 sujeitos da população em geral, recrutados através da plataforma *Prolific*, e de 3 especialistas da área alimentar (i.e., uma nutricionista, um cozinheiro e uma psicóloga especializada na área alimentar), contactados via email. Foi pedido que lessem uma breve descrição do conceito e que de seguida indicassem, justificando, qual o significado da comida para os portugueses (no caso dos especialistas) ou qual o significado, ou significados, da comida na sua vida (no caso da população em geral). Seguindo o procedimento de Hepper e colegas (2012), dois codificadores independentes realizaram a classificação das respostas em categorias através da junção de respostas semanticamente relacionadas e/ou que surgiram repetidamente e da conjunção de categorias com significados semelhantes. As classificações de ambos os codificadores foram comparadas, resolvendo-se inconsistências e criando-se um sistema de codificação consensual. Para além dos temas correspondentes a dimensões do MFLQ (i.e., Social, Saúde e Moral), seguindo a especificação teórica do construto, apenas um dos temas identificados nesta análise de conteúdo surgiu como um significado da comida na vida – a Identidade cultural. Como tal, um conjunto de sete itens foi redigido para a sua operacionalização (ver Anexo A). A formulação dos itens seguiu a utilizada noutros itens do MFLQ, pretendendo-se que estes captassem a ligação cognitiva entre a comida e a cultura (e.g., “A comida está intimamente ligada à minha relação com a minha cultura”) e uma componente motivacional (e.g., “As minhas tradições culturais influenciam as minhas escolhas alimentares”). Além disso, a criação destes itens teve igualmente por base a revisão da literatura e a identificação

de itens de outras escalas que medissem a ligação entre a tradição cultural e a comida (e.g., Food Choice Values Questionnaire de Lysterly e Reeve, 2015).

Para além da introdução deste novo conjunto de itens, os restantes itens do questionário foram traduzidos para a língua portuguesa através do método de tradução-retroversão. Foram seguidas as guidelines da International Test Commission [ITC] (2017) e as indicações de Streiner e colegas (2015), com algumas adaptações. Em primeiro lugar, os itens do questionário original foram traduzidos por dois tradutores independentes bilingues. De seguida, um painel coordenado pela responsável da investigação realizou uma síntese das duas versões, criando uma versão única. Esta versão foi posteriormente revista por um novo painel. Posteriormente, um tradutor bilingue ligado à psicologia, cuja primeira língua é o inglês, realizou a retro-tradução. A comparação dos itens originais com os da retroversão foi depois efetuada, tendo alguns itens sido reescritos de forma a torná-los mais claros e mais próximos da versão original (ver Anexo B).

De forma a avaliar a validade facial da primeira versão do MFLQp, foram recrutados 11 sujeitos de nacionalidade portuguesa, de ambos os sexos, de diferentes idades e diferentes setores de atividade. Foi enviado um *link* a cada um destes participantes, que remetia para um questionário na plataforma *Qualtrics*. Foram solicitadas duas tarefas: 1) que respondessem à versão portuguesa preliminar do MFLQ e 2) que assinalassem as afirmações que foram difíceis de compreender, não foram claras, tinham termos não claros e/ou tinham uma construção frásica não clara. Além disso, foi pedido que indicassem o porquê de tais problemas/dificuldades. A análise das respostas dos sujeitos indicou que os itens eram claros e compreensíveis.

Estudo 1 (Pré-teste)

A fim de testar a versão piloto do MFLQp, assim como contribuir para o refinamento do questionário, um estudo descritivo e de corte transversal foi conduzido numa amostra de 152 adultos portugueses.

Método

Participantes

A amostra foi recrutada através do *Prolific*, tendo sido utilizada uma amostragem não-probabilística por conveniência. Os critérios de inclusão eram os seguintes: ser adulto (≥ 18 anos de idade); ter nacionalidade portuguesa; e não ter participado no estudo piloto. A amostra incluiu 152 sujeitos, de nacionalidade portuguesa, inscritos no *Prolific*, 48.0% do género feminino e 51.3% do género masculino, com idades compreendidas entre os 18 e os 47 anos ($M = 24.7$, $DP = 5.8$). No que se refere aos restantes dados sociodemográficos, a distribuição dos participantes em relação à área de residência e nível de escolaridade pode ser consultada na Tabela 1.

Tabela 1

Características sociodemográficas dos participantes

	Estudo 1	
	<i>N</i> (152)	%
Género		
Feminino	73	48.0
Masculino	78	51.3
Prefiro não dizer	1	0.7
Área de residência		
Norte	54	35.5
Centro	31	20.4
Lisboa e Vale do Tejo	43	28.3
Alentejo	17	11.2
Algarve	5	3.3
Região Autónoma dos Açores	2	1.3
Região Autónoma da Madeira	0	0
Nível de escolaridade		
Ensino Básico	1	0.7
Ensino Secundário	37	24.3
Licenciatura	75	49.3
Mestrado	37	24.3
Doutoramento	2	1.3

Procedimento

Através da plataforma *Prolific*, os sujeitos receberam um convite para participar num estudo sobre o significado da comida na vida dos portugueses, em troca de uma recompensa

monetária (0.70€). Ao aceitarem o convite, os sujeitos foram direcionados para um questionário via *Qualtrics*. Em primeiro lugar foram apresentados as instruções e consentimento informado, sem o qual não poderiam prosseguir. Os participantes foram informados dos objetivos, natureza voluntária, anónima e confidencial do estudo, do tempo estimado da sua participação e de que poderiam desistir a qualquer momento sem que houvesse quaisquer penalizações. Após darem o seu consentimento, os sujeitos responderam a algumas questões relativamente aos dados sociodemográficos, nomeadamente idade, género, nível de escolaridade e área de residência e, de seguida, à versão preliminar do MFLQp. Relativamente à escolaridade e área de residência foi apresentada uma lista de opções de resposta. Os itens do MFLQp foram apresentados numa ordem aleatória para excluir efeitos de ordem na estrutura fatorial. Todas as respostas foram tornadas obrigatórias, pelo que os sujeitos só puderam avançar para outras questões ou terminar o estudo, caso todos os itens estivessem já respondidos.

Instrumentos

Meaning of Food in Life Questionnaire (MFLQ; Arbit et al., 2017)

O MFLQ (Arbit et al., 2017) é um questionário de 22 itens que permite medir os diferentes domínios de significado que as pessoas extraem da sua relação com a comida. É composto por 5 domínios: Moral (e.g., “Alimento-me de uma forma que expressa cuidado com o mundo); Espiritual (e.g., “O que eu como é um reflexo das minhas crenças espirituais”); Saúde (e.g., “Comer alimentos que sei que são benéficos para o meu organismo traz-me conforto”); Social (e.g., “A comida está intimamente ligada à minha relação com os outros”); e Estético (“Uma boa refeição é como uma obra de arte”). Os itens são respondidos numa escala de concordância de 7 pontos em que 1-“Discordo fortemente” e 7-“Concordo fortemente”. Segundo Arbit (2017), não é apropriado que haja um score global que indique o nível geral de significado da comida na vida. Assim sendo, devem calcular-se apenas os scores para cada dimensão, calculados através da média dos valores obtidos nos itens respetivos. Relativamente à consistência interna da versão original do questionário, os valores das dimensões variaram entre $\alpha = .82$ e $\alpha = .89$ (Arbit et al., 2017). Uma versão portuguesa preliminar de 28 itens foi usada neste estudo. Para além dos 5 domínios, esta versão contempla um conjunto de sete itens que pretendem avaliar o domínio Identidade cultural. Estes itens visam avaliar até que ponto as pessoas veem as suas escolhas alimentares

como um reflexo das suas tradições culturais e percebem a comida como uma forma de se ligarem à sua cultura (e.g., “A comida está intimamente ligada à minha relação com a minha cultura”).

Análise de Dados

A validade fatorial foi avaliada através de uma análise fatorial exploratória (AFE), uma vez que, como evidenciado na revisão da literatura, os significados da comida na vida podem variar de cultura para cultura - sendo assim possível encontrar na presente amostra uma estrutura fatorial diferente da verificada no estudo original (Arbit et al., 2017). A medida da adequação da amostragem de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) foi usada, considerando-se adequado proceder com AFE quando $KMO > 0.5$ (Marôco, 2018). De seguida, foi realizada uma AFE com extração de fatores pelo método da fatorização do eixo principal e com uma rotação Promax. Foi utilizada uma rotação oblíqua por se assumir a existência de possíveis relações entre os fatores. Para a decisão do número de fatores a reter, os seguintes critérios foram utilizados, tal como descritos por Marôco (2018): critério de Kaiser (i.e., devem reter-se aqueles fatores com eigenvalue superior a 1), critério do scree plot (ou seja, devem reter-se os fatores até aquele em que se observa a inflexão da curva), variância extraída por cada fator e variância extraída total (devem reter-se os fatores que expliquem pelo menos 5% da variância total; ou o conjunto de fatores que explique pelo menos 50% da variância total). O critério da análise paralela, segundo o qual devem ser retidos os fatores da matriz de interesse com autovalores superiores aos da matriz estimada aleatoriamente, foi igualmente utilizado (Horn, 1965).

Além da validade fatorial, também a consistência interna foi analisada através do alfa de Cronbach para cada fator. Seguindo as indicações de Marôco e Garcia-Marques (2006), considerou-se que as dimensões tinham consistência interna apropriada quando $\alpha \geq 0.7$.

Considerando que todos os fatores da versão original do MFLQ têm entre 4 e 5 itens, pretendeu-se manter esta dimensão para o novo fator incluído, sendo essencial a eliminação de alguns itens. Para tomar decisões quanto à remoção de itens foram tidos em conta os pesos fatoriais inferiores a 0.3, a consistência interna se o item eliminado, a redundância semântica e a acessibilidade e adequabilidade da linguagem à população-alvo.

Para o estudo da sensibilidade dos itens foram calculadas medidas de tendência central (média, moda e mediana) e de forma (assimetria e achatamento). Além disso, foram

analisadas, para todos os itens, as frequências de cada ponto da escala. Considerou-se que os itens tinham problemas de sensibilidade se apresentavam, em valores absolutos, coeficientes de assimetria (Sk) e curtose (ku) superiores a 3 e a 7, respectivamente (Kline, 2016). De igual forma, a sensibilidade das subescalas foi estudada, tendo sido calculado o score para cada uma delas através da média das pontuações dos participantes nos respectivos itens e analisada a sensibilidade das mesmas com base nos mesmos critérios de assimetria e curtose.

Todas as análises estatísticas foram realizadas usando o Jamovi e IBM SPSS Statistics (v. 29).

Resultados

Uma vez que o KMO revelou um valor adequado e bom ($KMO = .857$), procedeu-se com a AFE. Sem estipular um número fixo de fatores e seguindo os critérios de Kaiser e do Scree plot, 4 fatores, explicando 50.9% da variância total, foram sugeridos (ver Anexo C). Estes 4 fatores agruparam-se segundo os seguintes temas subjacentes: significado de Identidade cultural, significado Moral/Saúde, significado Estético/Social, e significado Espiritual. Contudo, a Análise Paralela indicou que 5 fatores, explicando 55.4% da variância total, deviam ser retidos (ver Anexo D). Os 5 fatores organizaram-se de acordo com as seguintes dimensões de significado: Identidade cultural, Moral, Social/Estético, Saúde, e Espiritual. Contudo, sabendo que teoricamente o construto contém 6 domínios de significado distintos, uma nova AFE foi conduzida, desta vez forçando uma estrutura de 6 fatores, com autovalores superiores a 1, para testar se estes emergiam de acordo com esses significados. Os pesos fatoriais, percentagem de variância explicada por cada fator e respetivos valores próprios são apresentados na Tabela 2.

Tabela 2

Matriz de componente rodada para o significado da comida na vida

	Fator e pesos fatoriais					
	1	2	3	4	5	6
Identidade cultural						
24.O que eu como é um reflexo das minhas tradições culturais	.932					
23.As minhas escolhas alimentares refletem a minha ligação à minha cultura	.900					

	Fator e pesos fatoriais					
	1	2	3	4	5	6
28.A comida está intimamente ligada à minha relação com a minha cultura	.876					
26.As minhas tradições culturais influenciam as minhas escolhas alimentares	.852					
25.As minhas escolhas alimentares refletem a minha identidade cultural	.829					
27.O que eu como é uma forma importante de expressar a cultura a que eu pertencço	.795					
22.A comida é uma maneira de me ligar às minhas tradições culturais	.784					
Moral						
1.Preocupo-me com o impacto das minhas escolhas alimentares no mundo	.901					
3.Alimento-me de uma forma que expressa cuidado com o mundo	.876					
5.As minhas escolhas alimentares refletem a minha ligação com a natureza	.788					
2.As minhas escolhas alimentares são uma forma importante através da qual eu posso influenciar o mundo	.595					
4.Quando me alimento penso acerca de onde os alimentos vieram	.475					
Estético						
14.Uma boa refeição é como uma obra de arte			.994			
15.Preparar uma boa refeição é como fazer uma obra de arte			.857			
16.Comer uma boa refeição é uma experiência estética semelhante a ir a um bom concerto ou ler um bom livro			.518			
17.Consigo apreciar a beleza de um prato mesmo que não goste da comida						(.359)
Saúde						
19.Comer alimentos que sei que são benéficos para o meu organismo traz-me conforto				.816		
18.Retiro satisfação de saber que a comida que como é benéfica para a minha saúde				.749		
21.Sinto que nutrir o meu corpo é uma atividade com significado				.547		
20.Alimento-me de uma forma que expressa cuidado pelo meu organismo		.325		.513		
Espiritual						
6.De um ponto de vista espiritual, algumas comidas são melhores que outras					.941	
7.Algumas comidas poluem espiritualmente					.699	
8.O que eu como é um reflexo das minhas crenças espirituais					.526	
9.As minhas escolhas alimentares são uma forma de me ligar ao sagrado					.520	

	Fator e pesos fatoriais					
	1	2	3	4	5	6
Social						
12.Partilhar comida com outras pessoas faz-me sentir mais próximo/a/e delas						.792
11.Quando como, sinto-me ligado às pessoas com quem estou a comer						.478
13.Cozinhar para os outros é uma forma importante de mostrar afeto por eles						.449
10.A comida está intimamente ligada à minha relação com os outros	.303					.440
Valores próprios	5.31	3.07	2.23	2.14	1.91	1.70
% de Variância explicada	18.9	10.9	7.97	7.65	6.84	6.08
	6	6				

Nota. $N = 152$. O método de extração foi a fatorização do eixo principal com rotação promax. Os pesos fatoriais dos itens que pertencem ao fator teoricamente atribuível estão a bold. Os pesos fatoriais dos itens que não saturam no fator teoricamente esperado estão entre parênteses.

Como se pode verificar na tabela, os 6 fatores explicaram 58.5% da variância total e agruparam-se de acordo com os temas subjacentes esperados, nomeadamente: Identidade cultural, Moral, Estético, Saúde, Espiritual e Social. É de notar, contudo, que através da análise dos pesos fatoriais, os itens 10, 17 e 20 parecem apresentar alguns problemas; o item 17 da dimensão Estético saturou na dimensão Social; já os itens 10 e 20 apresentaram *crossloadings*. Mais concretamente, o item 10 da dimensão Social saturou no fator Social e no fator da Identidade cultural, de modo semelhante, o item 20 da dimensão Saúde saturou no fator Saúde, mas também no Moral. Para decidir se estes itens deveriam ou não ser eliminados a correlação de item-total corrigida, o alfa se o item eliminado (ver Tabela 3) e a distribuição dos itens foram analisadas. A caracterização descritiva dos itens da versão piloto do MFLQp pode ser consultada na Tabela 4, onde se apresentam os valores médios (M), desvio-padrão (DP), Moda (Mo), Assimetria (Sk) e Achatamento (Ku).

Tabela 3

Correlação item-total corrigida e alfa de cronbach se item excluído para os itens do MFLQp

Itens	Correlação de item-total corrigida	Alfa de Cronbach se o item for excluído
	Moral (alfa =.84)	
It.1	.76	.78
It.2	.59	.83
It.3	.68	.81

Itens	Correlação de item-total corrigida	Alfa de Cronbach se o item for excluído
It.4	.56	.84
It.5	.68	.80
	Espiritual (alfa =.78)	
It.6	.64	.70
It.7	.58	.73
It.8	.57	.74
It.9	.58	.74
	Social (alfa = .72)	
It.10	.57	.63
It.11	.56	.63
It.12	.52	.65
It.13	.41	.71
	Estético (alfa = .76)	
It.14	.70	.62
It.15	.68	.64
It.16	.54	.71
It.17	.35	.81
	Saúde (alfa = .79)	
It.18	.68	.72
It.19	.63	.74
It.20	.57	.77
It.21	.59	.75
	Identidade cultural (alfa = .94)	
It.22	.76	.94
It.23	.85	.93
It.24	.81	.93
It.25	.79	.93
It.26	.76	.94
It.27	.83	.93
It.28	.82	.93

Considerando que a consistência interna não melhorava com a sua remoção, que não apresentaram problemas de sensibilidade e que apresentaram valores aceitáveis de correlação item-total, os itens 10 e 20 foram mantidos. Embora o item 17 não revele problemas de sensibilidade, este apresenta uma baixa correlação item-total e a consistência interna do fator Estético melhora com a sua exclusão. Contudo, não sendo a melhoria no alfa significativa (i.e., não promovendo um aumento de $\geq 5\%$ do valor do alfa), e procurando-se conservar ao máximo a estrutura do questionário original neste primeiro estudo, tomou-se a decisão de manter o item. Será averiguado no segundo estudo se este item se mantém problemático numa amostra diferente e de maior dimensão.

Tabela 4*Caracterização descritiva dos 28 itens da primeira versão preliminar do MFLQp*

MFLQp	M	DP	Mo	SK	Ku
It.1	4.60	1.52	5	-0.69	-0.08
It.2	4.08	1.55	5	-0.35	-0.65
It.3	4.08	1.43	5	-0.42	-0.43
It.4	4.23	1.60	5	-0.34	-0.98
It.5	3.74	1.55	5	-0.29	-1.12
It.6	3.76	1.93	1	-0.18	-1.33
It.7	3.06	1.78	1	0.52	-0.82
It.8	2.43	1.51	1	0.85	-0.33
It.9	2.19	1.45	1	1.04	-0.04
It.10	4.13	1.68	5	-0.30	-0.87
It.11	5.02	1.29	5	-0.91	0.95
It.12	5.63	1.17	6	-1.70	4.29
It.13	5.79	1.24	6	-1.63	3.15
It.14	5.26	1.36	5	-0.91	0.90
It.15	5.28	1.33	6	-1.04	1.25
It.16	4.94	1.56	6	-0.63	-0.45
It.17	5.20	1.50	6	-1.12	0.87
It.18	5.76	1.04	6	-1.24	2.66
It.19	5.75	1.08	6	-0.92	0.84
It.20	4.73	1.43	5	-0.67	-0.25
It.21	5.51	1.31	6	-1.19	1.63
It.22	4.43	1.67	5	-0.65	-0.61
It.23	4.09	1.66	5	-0.36	-0.91
It.24	4.32	1.68	5	-0.46	-0.72
It.25	4.14	1.71	5	-0.27	-1.03
It.26	4.59	1.76	5	-0.74	-0.51
It.27	3.96	1.68	5	-0.19	-0.91
It.28	4.16	1.71	5	-0.42	0.39

Nota. N = 270. M= média; DP= desvio-padrão; Min-Máx= Mínimo-Máximo; Sk= assimetria; Ku= achatamento

Em relação à distribuição dos restantes itens do questionário, a maioria apresentou mediana e média próximas do ponto central da escala (i.e., 4), à exceção dos itens 8 e 9 que apresentaram médias relativamente próximas do extremo inferior da escala. Também nestes dois itens, o máximo atingido foi 6, o que revela que o ponto “Concordo Fortemente” da escala não foi utilizado. De modo semelhante, nos itens 18 e 19 um dos pontos da escala não foi utilizado, o ponto “Discordo” e “Discordo fortemente”, respetivamente. Relativamente às medidas de forma, os itens 12 e 13 apresentaram a distribuição mais assimétrica e leptocurtica. No entanto, nenhum dos itens do questionário apresentou valores de assimetria superiores a 3 (em valor absoluto), nem valores absolutos de curtose superiores a 7. Dito de outro modo, os valores de assimetria e achatamento não indicaram problemas de sensibilidade dos itens.

Na Tabela 5, são apresentadas as estatísticas descritivas e a consistência interna para cada uma das subescalas da versão piloto do MFLQp.

Tabela 5

Caracterização descritiva e consistência interna das 6 dimensões da primeira versão preliminar do MFLQp

MFLQp	M	DP	Min-Máx	SK	Ku	α
Moral	4.14	1.20	1.00-6.40	-0.48	-0.32	.84
Espiritual	2.86	1.30	1.00-6.25	0.33	-0.65	.78
Social	5.14	1.00	2.25-7.00	-0.39	-0.24	.72
Estético	5.17	1.10	1.50-7.00	-0.76	0.60	.76
Saúde	5.44	0.964	1.50-7.00	-0.73	1.12	.79
Cultural	4.24	1.46	1.00-7.00	-0.47	-0.41	.94

Nota. N = 270. M = média; DP= desvio-padrão; Min-Máx= Mínimo-Máximo; Sk= assimetria; Ku= achatamento

Todas as subescalas apresentaram valores de assimetria e achatamento inferiores a 3 e 7, em valores absolutos, pelo que não se considera que haja problemas de sensibilidade das subescalas. Relativamente à consistência interna dos fatores, esta variou entre $\alpha = .72$ e $\alpha = .94$.

Embora a literatura, em geral, considere que valores de alfa de .90 revelam uma excelente consistência interna (Mâroco & Garcia-Marques, 2006), estes podem igualmente indiciar alguma redundância nos itens. A fim de contornar esta problemática, assim como conservar a estrutura da versão original do MFLQ, optou-se por reter apenas 4 itens da nova dimensão proposta, Identidade Cultural, já que todas as dimensões possuem entre 4 e 5 itens. Não havendo *crossloadings*, itens a saturar noutra dimensão que não a de Identidade Cultural ou melhorias na consistência interna com a remoção de nenhum dos itens, foram eliminados os itens: com menor peso fatorial, que apresentavam redundância semântica com outros e que tinham uma linguagem ou estrutura frásica mais difícil de compreender. Com base nestes critérios, os itens 22, 25 e 27 foram eliminados, criando-se assim a versão final do MFLQp de 25 itens.

Estudo 2

De seguida, um estudo correlacional e de corte transversal foi realizado com os seguintes objetivos: (1) confirmar, numa nova amostra, a validade fatorial da versão final do MFLQp e (2) avaliar a sua validade convergente. Este segundo objetivo foi concretizado através da análise da associação das diferentes dimensões do MFLQp com: a) diferentes *food choice values*, i.e., Valores relacionados com a escolha alimentar; e b) ingestão alimentar. Os Valores relacionados com a escolha alimentar dizem respeito aos fatores que as pessoas consideram no momento de decidir que alimentos comprar e/ou comer, tais como o apelo sensorial ou a tradição gastronómica, entre outros. É expectável que estes fatores se associem ao significado atribuído à comida (e.g., é esperado que uma pessoa que atribua um significado cultural à comida, ao fazer as suas escolhas alimentares pondere o quão tradicionais as comidas são). Uma vez que o significado da comida é conceptualizado como um determinante da escolha alimentar é expectável que se encontre uma ligação entre o significado da comida e a ingestão alimentar, aqui operacionalizada como a frequência com que as pessoas relatam ingerir certo tipo de alimentos.

Método

Participantes

Foi utilizada uma amostragem não-probabilística por conveniência, recrutada através das redes sociais (e.g., LinkedIn; grupos de nutrição do Facebook) e do *Prolific*. Foram recrutados 297 participantes. Os critérios de inclusão foram: (1) idade (≥ 18 anos de idade); (2) nacionalidade (portuguesa); (3) não participação nos estudos anteriores.

A amostra final incluiu 270 adultos portugueses, 63.7% do género feminino e 34.1% do género masculino, com idades compreendidas entre os 18 e os 83 anos ($M = 36.0$, $SD = 15.1$). Os restantes dados sociodemográficos, nomeadamente a distribuição dos participantes em relação à área de residência, o nível de escolaridade e o padrão alimentar podem ser consultados na Tabela 6. As respostas de 22 participantes foram excluídas por não completarem o questionário na sua totalidade e 5 sujeitos foram eliminados por completarem o questionário demasiado rápido (tempo de resposta inferior a 4 segundos por pergunta e 1DP inferior à média).

Tabela 6

Características sociodemográficas dos participantes

	Estudo 2	
	<i>N</i> (270)	%
Género		
Feminino	172	63.7
Masculino	92	34.1
Outro	4	1.5
Prefiro não dizer	2	0.7
Área de residência		
Norte	34	12.6
Centro	34	12.6
Lisboa e Vale do Tejo	161	59.6
Alentejo	34	12.6
Algarve	4	1.5
Região Autónoma dos Açores	2	0.7
Região Autónoma da Madeira	1	0.4
Nível de escolaridade		
Ensino Básico	0	0
Ensino Secundário	41	15.2
Licenciatura	160	59.3
Mestrado	66	24.4
Doutoramento	3	1.1

	Estudo 2	
	<i>N</i> (270)	%
Padrão alimentar		
Omnívoro	239	88.5
Vegetariano	10	3.7
Pescetariano	4	1.5
Vegan	4	1.5
Paleo	2	0.7
Outro	11	4.1
Livre de lactose	1	
Flexitariano	1	
Não come mamíferos	1	

Procedimento

No caso dos participantes recrutados através das redes sociais foi disseminada uma mensagem que, além de conter o link do questionário, explicava o objetivo e duração do estudo e solicitava aos sujeitos que partilhassem o link com os seus contactos. Os participantes recrutados através do *Prolific* receberam um convite para participar num estudo sobre o comportamento alimentar dos portugueses e o significado atribuído à comida, em troca de uma recompensa monetária (1.28€).

Em ambos os casos, os participantes receberam um link que os direcionava para a plataforma *Qualtrics*, na qual responderam ao questionário. A primeira página do questionário dizia respeito ao consentimento informado e instruções. Os objetivos, natureza voluntária, anónima e confidencial do estudo, assim como o tempo estimado de participação foram clarificados. Além disso, foi explicado que seria possível desistir da participação a qualquer momento, sem que houvesse quaisquer penalizações. Após darem o seu consentimento, indispensável à colaboração na investigação, os sujeitos responderam à versão final do MFLQp seguido de um questionário de Valores relacionados com a escolha alimentar e posteriormente de um questionário de frequência alimentar. Tendo em conta a dimensão do questionário, tomou-se a decisão de colocar as questões sobre dados sociodemográficos apenas no final, pois estas requerem menor nível de atenção; os participantes foram questionados acerca da sua idade, género, nível de escolaridade, área de residência e padrão alimentar. Foi apresentada uma lista de opções de resposta para a escolaridade, área de residência e padrão alimentar. Como no Estudo 1, os itens do MFLQp foram novamente apresentados numa ordem aleatória a fim de excluir efeitos de ordem na estrutura fatorial. Todas as respostas foram tornadas obrigatórias.

Instrumentos

As variáveis avaliadas incluíram: 1) o significado da comida na vida, avaliado pela versão final de 25 itens do MFLQp; 2) os Valores relacionados com a escolha alimentar, avaliados pelo Food Choice Values Questionnaire; e 3) a ingestão alimentar, medida por um questionário de frequência alimentar.

Meaning of Food in Life Questionnaire (MFLQ; Arbit et al., 2017)

Foi usada a versão final portuguesa do MFLQ, de 25 itens. É de notar que a diferença desta versão para a primeira é o número de itens da dimensão Identidade Cultural, que passou a ser quatro.

Food Choice Values Questionnaire (FCVQ; Lyerly & Reeve, 2015)

O Food Choice Values Questionnaire é um questionário de 25 itens que mede os Valores relacionados com a escolha alimentar, i.e., os fatores que as pessoas consideram ao decidir que alimentos desejam comprar e/ou comer. É composto por 8 dimensões que representam 8 valores distintos: Conveniência – quão fácil e rapidamente a comida pode ser preparada e consumida; Acessibilidade – facilidade com que a comida pode ser acesa fisicamente (e.g., disponibilidade nas lojas) e financeiramente (i.e., preço); Tradição – grau em que a comida é considerada familiar ou tradicional em termos culturais ou étnicos; Conforto – capacidade da comida de gerar afeto positivo ou aliviar emoções negativas; Orgânico – quanto a comida contém ingredientes naturais, vitaminas e nutrientes e tem reduzido impacto ambiental; Segurança – medida em que a comida foi preparada e processada adequadamente, não causando doença; Apelo sensorial – quanto a comida tem uma aparência, sabor e cheiro apetecíveis; e Gestão de peso/saúde – o quanto a comida é considerada útil para a manutenção ou perda de peso. Os itens são respondidos numa escala de 5 pontos (1- nada; 2-um pouco; 3- moderadamente; 4- muito; 5- extremamente), de acordo com a seguinte instrução “Ao decidir que alimentos/comidas comprar ou comer diariamente, quão importantes são cada uma das seguintes características?”. A pontuação é obtida para cada dimensão, através da média das cotações dos itens respetivos. Os valores de consistência interna para cada uma das dimensões, na versão original (Lyerly & Reeve, 2015) foram: Conveniência ($\alpha = .86$), Acessibilidade ($\alpha = .64$), Tradição ($\alpha = .79$), Conforto ($\alpha = .87$), Orgânico ($\alpha = .87$), Segurança ($\alpha = .87$), Apelo sensorial ($\alpha = .54$); e Gestão de peso/saúde (α

= .86). Uma vez que o FCVQ não se encontra traduzido, nem validado para a população portuguesa, na presente investigação procedeu-se à tradução do mesmo. Dada a simplicidade dos itens não se recorreu ao método de tradução-retroversão, mas apenas à tradução para a língua portuguesa. Assim três tradutores independentes e bilingues traduziram os itens. De seguida, foram resolvidas inconsistências e criada uma versão única portuguesa do questionário. No presente estudo, a estrutura de 8 fatores foi confirmada, tendo-se verificado um ajustamento aceitável do modelo, apesar da maioria dos índices apresentar bons valores (CFI = 0.910; TLI = 0.891; RMSEA = 0.0636; SRMR = 0.0640). Os pesos fatoriais e fiabilidade individual dos itens, assim como a correlação item-total e a variância extraída média (VEM) dos fatores do FCVQ podem ser consultados no Anexo E. Os valores de consistência interna e fiabilidade compósita dos fatores foram próximos dos encontrados para a versão original do questionário: Conveniência ($\alpha = .90$; $\omega = .90$), Acessibilidade ($\alpha = .66$; $\omega = .67$), Tradição ($\alpha = .65$; $\omega = .68$), Conforto ($\alpha = .88$; $\omega = .89$), Orgânico ($\alpha = .77$; $\omega = .78$), Segurança ($\alpha = .76$; $\omega = .78$), Apelo sensorial ($\alpha = .58$; $\omega = .59$); e Gestão de peso/saúde ($\alpha = .91$; $\omega = .92$). Não foram verificados problemas de sensibilidade quer dos itens, quer das subescalas (ver Anexo F).

Questionário de Frequência Alimentar

A ingestão alimentar foi avaliada através de um questionário adaptado do Dietary Screener Questionnaire (DSQ; Thompson et al., 2017) usado no National Health and Nutrition Examination Survey 2009-10. Os sujeitos foram questionados acerca da frequência com que consumiram os seguintes alimentos/categoria de alimentos, no último mês: Refrigerantes; Fruta; Salada; Outros vegetais; Carne vermelha; Guloseimas e doces; Snacks salgados processados; Comida tradicional portuguesa; Comida tradicional de outros países; Comida vegetariana ou vegana; Comida biológica ou orgânica; Fast food. Os respondentes tiveram de selecionar numa escala de 10 pontos (1-“nenhuma” ; 2-“1 vez no último mês”; 3-“2 a 3 vezes no último mês”; 4-“1 vez por semana”; 5-“2 vezes por semana”; 6-“3 a 4 vezes por semana”; 7-“5 a 6 vezes por semana”; 8-“1 vez por dia”; 9-“2 a 3 vezes por dia”; 10-“Mais de 4 vezes por dia”) a frequência de consumo correspondente. As categorias de alimentos, assim como a escala de resposta foram selecionadas com base naquelas utilizadas no estudo de Arbit e colegas (2017) para avaliar a validade convergente da versão original do MFLQ. Contudo, os exemplos de alimentos dados para cada categoria foram adaptados para a realidade portuguesa (ver Anexo G). Além disso, as categorias Comida tradicional

portuguesa, Comida tradicional de outros países, Comida vegetariana ou vegana, Comida biológica ou orgânica, Fast food foram adicionadas com base no questionário desenvolvido por Cardinale (2017) para avaliar a frequência de consumo de diversos tipos de comida. Cada categoria de alimentos pode ser considerada uma dimensão, à exceção da Salada e Outros vegetais que foram agrupados para criar o fator Vegetais. A pontuação deste fator é obtida através da média dos resultados obtidos para a frequência de consumo de Salada e Outros Vegetais.

Análise de Dados

Tendo em conta que a estrutura de 6 fatores, para além de teoricamente sustentada, foi igualmente suportada na AFE realizada no Estudo 1, optou-se por examinar a adequação dos dados à estrutura fatorial conhecida em vez de proceder a nova exploração da mesma. Assim, a validade fatorial da versão final do MFLQp foi avaliada através de uma Análise Fatorial Confirmatória (AFC) com estimação de máxima verosimilhança. A qualidade do ajustamento do modelo foi avaliada com os seguintes índices de ajustamento: Comparative Fit Index (CFI), Tucker-Lewis Index (TLI), Root Mean Square Error of Aproximation (RMSEA) e Standardized Root Mean Square Residual (SRMR). Seguindo as indicações de Hair e colegas (2014) considerou-se que o ajustamento do modelo era bom quando: CFI e TLI > 0.9 e RMSEA e SRMR < 0.08. A qualidade do ajustamento local dos itens foi analisada mediante os pesos fatoriais e a fiabilidade individual dos itens. Considerou-se que os itens tinham um bom ajustamento se os pesos fatoriais fossem significativos ($p < 0.05$) e superiores a $|0.5|$ e a fiabilidade individual superior a 0.25 (Hair et al., 2014). A fiabilidade de cada dimensão do MFLQp foi avaliada pela fiabilidade compósita (CR). O omega de McDonald (ω) foi utilizado já que é uma medida recomendada da fiabilidade compósita (Kalkbrenner, 2021; McNeish, 2018). Conforme as recomendações de Hair e colegas (2014), considerou-se que $\omega \geq 0.7$ indicava uma boa fiabilidade. De forma a verificar se os itens estavam relacionados com o fator esperado, a validade convergente¹ foi examinada, seguindo as indicações de Fornell e Larcker (1981) e Hair e colegas (2014), mediante a variância extraída média (VEM) - a validade foi considerada adequada quando os valores da VEM para cada um dos fatores eram iguais ou superiores a 0.5. Por seu turno, para investigar o nível de distinção entre fatores, a

¹ O termo validade convergente será utilizado para descrever duas análises de validade, visto que o termo é usado na literatura para denominar ambas; uma delas refere-se à validade através da correlação com outras medidas de construtos semelhantes (Hubleby, 2014), a outra referindo-se à validade através da relação dos itens com o fator esperado (Hair et al., 2014)

validade discriminante² foi avaliada através da comparação da VEM para cada fator com o quadrado da correlação entre os fatores. Como Fornell e Larcker (1981) sugerem, para dois fatores i e j , se a VEM_i e a $VEM_j \geq r^2_{ij}$, os mesmos apresentam validade discriminante.

Para o estudo da sensibilidade dos itens e das dimensões do MFLQp foram calculadas medidas de tendência central (média e moda) e de forma (assimetria e achatamento), tomando em consideração os critérios anteriormente estabelecidos no Estudo 1.

A validade convergente entendida como o grau em que diferentes métodos de medir o mesmo ou construtos semelhantes produzem resultados semelhantes (Campbell & Fiske, 1959) foi estudada através de análises de correlação bivariada entre o MFLQp e o 1) Food Choice Values Questionnaire e 2) um questionário de frequência alimentar. De acordo com Hubley e Zumbo (2013) a validade convergente e discriminante devem ser interpretadas como um contínuo. Segundo Hubley (2014) a interpretação dos coeficientes de validade convergente e discriminante é melhor efetuada na presença uns dos outros, de tal modo que as correlações entre medidas teoricamente semelhantes (i.e., validade convergente) devem ser relativamente elevadas, enquanto as correlações entre medidas de construtos teoricamente distintos (i.e., validade discriminante) devem ser relativamente baixas, em comparação. Quer isto dizer que, de forma a evidenciar a validade das dimensões do MFLQp, os coeficientes de validade convergente devem ser significativamente superiores aos coeficientes de validade discriminante (Hubley, 2014).

Todas as análises estatísticas foram realizadas usando o Jamovi e IBM SPSS Amos (v. 29).

Resultados

Validade fatorial e fiabilidade do MFLQp

Relativamente à AFC, os índices de qualidade de ajustamento sugeriram um bom ajustamento do modelo (CFI = .916; TLI = .903; RMSEA = .059; SRMR = .063) suportando a estrutura de 6 fatores proposta. Os pesos fatoriais e fiabilidade individual dos itens, bem

² O termo validade discriminante será utilizado para designar duas análises de validade; uma refere-se à validade através de correlações com outras medidas de construtos distintos, e a outra refere-se à validade analisada mediante o nível de distinção entre os fatores da mesma medida

como a variância extraída média (VEM) e fiabilidade compósita dos fatores do MFLQp podem ser consultados na Tabela 7.

Tabela 7

Análise fatorial confirmatória do MFLQp - Pesos fatoriais obtidos, fiabilidade individual dos itens, variância extraída média (VEM) e fiabilidade compósita

Itens/dimensões	Peso fatorial	Fiabilidade individual dos itens	VEM	Fiabilidade compósita
Moral			.447	.80
1.Preocupo-me com o impacto das minhas escolhas alimentares no mundo	.756	.571		
2.As minhas escolhas alimentares são uma forma importante através da qual eu posso influenciar o mundo	.557	.310		
3.Alimento-me de uma forma que expressa cuidado com o mundo	.691	.477		
4.Quando me alimento penso acerca de onde os alimentos vieram	.620	.385		
5.As minhas escolhas alimentares refletem a minha ligação com a natureza	.724	.524		
Espiritual			.499	.80
6.De um ponto de vista espiritual, algumas comidas são melhores que outras	.674	.455		
7.Algumas comidas poluem espiritualmente	.664	.441		
8.O que eu como é um reflexo das minhas crenças espirituais	.734	.539		
9.As minhas escolhas alimentares são uma forma de me ligar ao sagrado	.748	.560		
Social			.547	.82
10.A comida está intimamente ligada à minha relação com os outros	.663	.440		
11.Quando como, sinto-me ligado às pessoas com quem estou a comer	.838	.702		
12.Partilhar comida com outras pessoas faz-me sentir mais próximo/a/e delas	.840	.706		
13.Cozinhar para os outros é uma forma importante de mostrar afeto por eles	.583	.340		

Itens/dimensões	Peso fatorial	Fiabilidade individual dos itens	VEM	Fiabilidade compósita
Estético			.510	.79
14.Uma boa refeição é como uma obra de arte	.890	.792		
15.Preparar uma boa refeição é como fazer uma obra de arte	.806	.650		
16.Comer uma boa refeição é uma experiência estética semelhante a ir a um bom concerto ou ler um bom livro	.667	.445		
17.Consigo apreciar a beleza de um prato mesmo que não goste da comida	.393	.154		
Saúde			.418	.74
18.Retiro satisfação de saber que a comida que como é benéfica para a minha saúde	.661	.436		
19.Comer alimentos que sei que são benéficos para o meu organismo traz-me conforto	.672	.451		
20.Alimento-me de uma forma que expressa cuidado pelo meu organismo	.615	.378		
21. Sinto que nutrir o meu corpo é uma atividade com significado	.638	.407		
Identidade cultural			.690	.90
22.As minhas escolhas alimentares refletem a minha ligação à minha cultura	.870	.757		
23.O que eu como é um reflexo das minhas tradições culturais	.829	.687		
24.As minhas tradições culturais influenciam as minhas escolhas alimentares	.817	.667		
25.A comida está intimamente ligada à minha relação com a minha cultura	.804	.647		

Como se pode ver na tabela 11, todos os itens apresentaram um bom ajustamento local, à exceção do item 17 do fator Estético cujo peso fatorial ($\lambda = .393$) e fiabilidade individual ($R^2 = .154$) se encontraram abaixo do recomendado. Relativamente à fiabilidade compósita dos fatores, esta variou entre $\omega = .74$ e $\omega = .90$. Os fatores Moral, Espiritual e Saúde apresentaram valores de VEM inferiores a .50. Já em relação à validade discriminante,

todos os fatores revelaram uma boa validade, apresentando valores de VEM superiores ao quadrado da correlação entre fatores.

Todos os 6 fatores se encontraram significativa e positivamente correlacionados ($p < .001$) (ver Tabela 8). A correlação mais elevada foi encontrada entre os fatores Estético e Social ($r = .63$), seguida da correlação entre os fatores Saúde e Moral ($r = .60$) e por último da correlação entre os fatores Moral e Espiritual ($r = .526$).

Tabela 8

Matriz de correlações entre fatores do MFLQp obtidas através dos fatores latentes na AFC

	Moral	Espiritual	Social	Estético	Saúde	Cultural
Moral	—					
Espiritual	.53	—				
Social	.33	.42	—			
Estético	.31	.37	.63	—		
Saúde	.60	.40	.42	.27	—	
Cultural	.24	.31	.46	.21	.29	—

Sensibilidade do MFLQp

A caracterização descritiva dos itens da segunda versão piloto do MFLQp pode ser observada na Tabela 9.

Tabela 9

Caracterização descritiva dos 25 itens da versão final do MFLQp

MFLQp	M	DP	Mo	Min-Máx	SK	Ku
It.1	4.86	1.31	5	1-7	-0.60	0.34
It.2	4.49	1.46	5	1-7	-0.52	-0.08
It.3	4.42	1.35	5	1-7	-0.54	0.10
It.4	4.57	1.49	5	1-7	-0.56	-0.39
It.5	4.13	1.49	5	1-7	-0.31	-0.49
It.6	3.70	1.84	4	1-7	0.00	-1.10
It.7	3.36	1.80	2	1-7	0.22	-1.16

MFLQp	M	DP	Mo	Min-Máx	SK	Ku
It.8	2.70	1.64	1	1-7	0.73	-0.41
It.9	2.36	1.52	1	1-7	0.94	-0.07
It.10	4.33	1.60	5	1-7	-0.36	-0.66
It.11	5.11	1.43	5	1-7	-0.83	0.57
It.12	5.66	1.22	6	1-7	-1.44	2.99
It.13	5.89	1.18	7	1-7	-1.38	2.27
It.14	5.28	1.45	6	1-7	-0.92	0.58
It.15	5.24	1.42	6	1-7	-0.89	0.42
It.16	5.06	1.60	5	1-7	-0.82	0.01
It.17	5.40	1.29	6	1-7	-1.23	1.56
It.18	5.83	0.960	6	1-7	-1.00	2.08
It.19	5.84	0.998	6	2-7	-0.78	0.52
It.20	4.91	1.28	5	1-7	-0.57	-0.02
It.21	5.53	1.13	6	1-7	-1.04	1.47
It.22	4.78	1.45	5	1-7	-0.88	0.38
It.23	4.73	1.55	5	1-7	-0.82	0.15
It.24	4.88	1.51	5	1-7	-0.80	0.10
It.25	4.78	1.54	5	1-7	-0.79	0.05

Nota. N = 270. M = média; DP = desvio-padrão; Min-Máx = Mínimo-Máximo; Sk = assimetria; Ku = achatamento.

No geral, os itens apresentaram mediana e média próximas do ponto central da escala, à exceção dos itens do fator Espiritual (6, 7, 8 e 9), que apresentaram as médias mais próximas do extremo inferior da escala. À semelhança do Estudo 1, os itens 12 e 13 apresentaram a distribuição mais assimétrica e leptocúrtica. Todos os itens do questionário apresentaram, em módulo, valores de assimetria e curtose inferiores a 3 e 7, respetivamente, não revelando problemas de sensibilidade. Na Tabela 10, as estatísticas descritivas para cada uma das subescalas da versão final do MFLQp podem ser consultadas. O fator Saúde apresentou a média mais elevada e o Espiritual a mais baixa, como seria de esperar considerando a média dos itens deste significado. Todas as subescalas apresentaram valores de assimetria e achatamento inferiores a 3 e 7, em valores absolutos, não indicando problemas de sensibilidade.

Tabela 10*Caracterização descritiva das 6 dimensões da versão final do MFLQp*

MFLQp	M	DP	Min-Máx	SK	Ku
Moral	4.49	1.06	1.20-7.00	-0.27	0.05
Espiritual	3.03	1.34	1.00-7.00	0.36	-0.55
Social	5.25	1.10	1.25-7.00	-0.78	0.95
Estético	5.25	1.12	1.25-7.00	-0.94	1.10
Saúde	5.53	0.817	3.00-7.00	-0.47	-0.02
Cultural	4.79	1.32	1.00-7.00	-0.81	0.37

Nota. N = 270. M = média; DP = desvio-padrão; Min-Máx = Mínimo-Máximo; Sk = assimetria; Ku = achatamento.

Validade convergente do MFLQp

Como esperado, os diferentes significados da comida associaram-se a diferentes padrões de ingestão alimentar (ver Tabela 11). No geral, as hipóteses acerca da relação das dimensões do MFLQp com o consumo de certo tipo de alimentos foram suportadas, à exceção da associação entre o significado Saúde e a ingestão de guloseimas e doces, cuja correlação não foi significativa. Como era esperado, a dimensão Moral correlacionou-se significativa e negativamente com o consumo de carne vermelha e significativa e positivamente com o consumo quer de comida vegetariana/vegana, quer de comida orgânica. Os significados Moral e Saúde associaram-se significativa e positivamente com a ingestão de frutas e legumes, apresentando, quando comparado com os restantes significados, as correlações mais elevadas com este tipo de consumo. Além disso, o fator Saúde associou-se ainda, como era expectável, significativa e negativamente com a ingestão de refrigerantes, fast food e snacks salgados processados, apresentando com este último uma correlação praticamente desprezível. Por fim, a dimensão Identidade Cultural ainda que, como hipotetizado, tenha apresentando uma relação significativa com o consumo de comida tradicional portuguesa, esta foi muito baixa. Ainda sobre a dimensão Identidade Cultural, salientam-se algumas relações não esperadas: esta apresentou uma correlação significativa positiva e a mais elevada com a ingestão de fruta; e uma correlação significativa e negativa com o consumo de fast food.

Tabela 11*Correlações entre os fatores do MFLQp e Ingestão alimentar*

	Moral	Espiritual	Social	Estético	Saúde	Identidade cultural
Refrigerantes	-.20***	-.04	-.14*	-.03	-.22***	-.15*
Fruta	.24***	.10	.12*	.07	.31***	.22***
Vegetais	.34***	.07	.21***	.15*	.37***	.12
Carne Vermelha	-.29***	-.08	.04	.08	-.20**	.12
Guloseimas e doces	-.06	.01	-.01	-.00	-.06	-.03
Snacks salgados processados	-.04	-.03	.01	.06	-.15*	-.13*
Comida tradicional portuguesa	-.08	.05	.12*	.04	-.03	.18**
Comida tradicional de outros países	.14*	.07	.15*	.14*	.01	.10
Comida vegetariana ou vegana	.43***	.10	.10	.06	.21***	-.04
Comida biológica ou orgânica	.41***	.21***	.12	.10	.30***	.09
Fast food	-.19**	-.05	-.10	-.01	-.34***	-.18**

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Antes de se reportarem os resultados da associação entre os fatores do FCVQ e do MFLQp, é fundamental referir que a análise de correlação bivariada entre a dimensão Tradição e os fatores do MFLQp foi efetuada excluindo o item 21 do FCVQ (ver tabela 12). Para além da fiabilidade compósita da dimensão Tradição melhorar e passar a ser aceitável com a eliminação do item 21 ($\omega = .743$), este fator aproxima-se teoricamente mais do significado Identidade Cultural se o item 21 não for incluído, uma vez que, contrariamente aos restantes da dimensão Tradição, este refere-se mais às tradições alimentares na infância do que às tradições culturais.

Tabela 12*Correlações entre dimensões do MFLQp e fatores do FCVQ*

	Moral	Espiritual	Social	Estético	Saúde	Identidade cultural
Tradição	.15*	.20***	.17**	.15*	.02	.37***
Segurança	.32***	.18**	.08	.16**	.19**	-.04
Conveniência	.00	-.06	-.14*	-.04	-.07	-.09
Gestão de peso/Saúde	.17**	.19**	.04	.07	.26***	.11
Conforto	.19**	.26***	.05	.11	.00	.04
Apelo sensorial	.05	.07	.19**	.30***	.01	.03
Orgânico	.55***	.30***	.10	.13*	.45***	.16**
Acessibilidade	.02	-.10	.08	.04	.03	-.03

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Como se pode ver na Tabela 12, as correlações mais elevadas surgiram entre os fatores do MFLQp e do FCVQ conceptualmente mais semelhantes. Mais concretamente e como esperado, entre o significado Moral e o fator Orgânico e o significado Identidade Cultural e a dimensão Tradição. Além disso, ainda que não tenha sido hipotetizado, o significado Saúde e o fator Orgânico do FCVQ apresentaram a segunda correlação mais elevada. Cabe ainda referir que o Apelo sensorial revelou uma fiabilidade compósita inaceitável, pelo que as associações encontradas com esta dimensão não serão consideradas.

Discussão geral

O presente estudo teve como objetivo adaptar e validar o Meaning of Food in Life Questionnaire para a língua portuguesa. Para tal, numa primeira instância, um breve estudo qualitativo foi conduzido para averiguar a possível existência de novas dimensões de significado da comida na população portuguesa, não contempladas na versão original do MFLQ. Como esperado, a ligação entre a cultura e a comida surgiu nas respostas espontâneas dos sujeitos, sugerindo que a identidade cultural poderá ser uma outra dimensão de significado da comida para os portugueses. Desse modo, uma nova dimensão da Identidade cultural, já sugerida pelos autores do questionário original, foi então proposta. Um conjunto de itens foi criado para a sua operacionalização, desenvolvendo-se uma primeira versão de 28 itens do MFLQp, testada no Estudo 1.

O Estudo 1 tinha como principal objetivo investigar se a estrutura fatorial encontrada replicava a original e se refletia as distinções conceituais dos diferentes significados. Os 6 fatores surgiram como previsto: Identidade cultural, Moral, Estético, Saúde, Espiritual e Social. Além disso, no seu conjunto estes explicaram uma maior proporção da variância do que o verificado noutras soluções fatoriais (de 4 e 5 fatores), sugerindo que a estrutura de 6 fatores fornece uma medida mais abrangente e completa. Estes resultados oferecem, assim, evidência preliminar da validade de construto do MFLQp. Em especial, o facto de os itens da dimensão Identidade Cultural saturarem fortemente nesta dimensão em ambas as soluções fatoriais (de 4, 5 e 6 fatores) aponta para a validade deste fator, suportando a hipótese de este representar uma dimensão de significado da comida para os portugueses. Adicionalmente, todos os fatores apresentaram consistência interna apropriada, apresentando o fator Identidade cultural o valor mais elevado. A versão final do MFLQp, de 25 itens resultou deste estudo, sendo testada no Estudo 2.

O Estudo 2 teve como principais objetivos confirmar a estrutura teórica e empírica já encontrada do MFLQp e avaliar a sua validade convergente. Relativamente à estrutura fatorial, o modelo proposto de 6 fatores foi confirmado na presente amostra, fornecendo provas adicionais da validade de construto. Todos os itens apresentaram, para esta nova amostra, um bom ajustamento ao modelo, à exceção do item 17 (“Consigno apreciar a beleza de um prato mesmo que não goste da comida”). No global, dados relativos à fiabilidade compósita revelaram valores bons e semelhantes aos obtidos noutros estudos de validação do MFLQ (Arbit et al., 2017; Chinea et al., 2020; Kokkoris & Stavrova, 2021), indicando que a versão portuguesa do questionário mediu de forma fiável os significados da comida na presente amostra. Cabe salientar que a nova dimensão proposta foi a que apresentou os valores de fiabilidade compósita e VEM mais elevados, o que aponta não só para a validade e fiabilidade da mesma, como para a sua pertinência para a realidade portuguesa. Em relação às correlações entre fatores obtidas na AFC, todos os significados se correlacionaram positivamente, apresentando os fatores Estético e Social, Saúde e Moral, Moral e Espiritual as três correlações mais elevadas. Estes resultados são consistentes com os encontrados no estudo de desenvolvimento e validação do MFLQ (Arbit et al, 2017), suportando a validade de construto do MFLQp. À semelhança do ocorrido no estudo de Arbit e colegas (2017), a correlação mais elevada surgiu entre os fatores Social e Estético, tendo estes emergido no mesmo fator nas soluções de 4 e 5 fatores, no Estudo 1. Esta relação torna-se clara se ponderarmos, por exemplo, que a experiência de ir a um restaurante é muitas vezes uma

atividade social. Se a ida a um restaurante fomentar o pensar na comida como uma experiência estética, pelo menos para algumas pessoas, e esta ida representa também um momento social, estes dois significados acabam por surgir muitas vezes emparelhados. Assim, de acordo com a teoria dos esquemas forma-se uma associação cognitiva entre estas duas circunstâncias (Baddeley et al., 2015). Além disso, ao cozinhar para os outros como forma de mostrar afeto existe o intuito de confeccionar refeições saborosas e/ou esteticamente atrativas, o que mais uma vez reforça a ligação entre estes dois significados. Embora a relação entre os significados Moral e Saúde possa não ser intuitiva, esta é igualmente suportada no Estudo 1, em que estes emergiram como um só fator na solução de 4 fatores. Na verdade, estes resultados são facilmente compreensíveis se atentarmos que cada vez mais se assiste a uma associação entre alimentação saudável e sustentabilidade, não só em Portugal como no resto do mundo. Os produtos publicitados como saudáveis são igualmente aqueles que são orgânicos, contêm ingredientes mais naturais possível (e.g., açúcares não processados), são produzidos de forma ambientalmente sustentável e são o mínimo lesivos para os animais.

Uma vez que o significado da comida é conceptualizado como um determinante da escolha alimentar é expectável que exista uma associação entre aquilo que as pessoas reportam consumir e o(s) significado(s) que atribuem à comida. Como tal, esta associação foi examinada no Estudo 2 como forma de avaliar a validade convergente do MFLQp. Contudo, visto que o significado da comida é uma variável psicológica distinta do comportamento de consumo alimentar não eram esperadas correlações muito elevadas, apenas que as correlações teoricamente esperadas entre certos significados da comida e a ingestão de determinados alimentos (i.e., coeficientes de validade convergente) fossem superiores às não previstas pela teoria (i.e., validade discriminante) (Hubley, 2014). No geral, não só se verificaram as relações esperadas entre os diferentes significados da comida e a ingestão alimentar, como os resultados replicaram parcialmente os encontrados por Arbit e colegas (2017). Tendo em conta que o fator Moral capta a preocupação das pessoas com as implicações ambientais das suas escolhas alimentares é expectável que sujeitos que atribuam este significado sigam um padrão alimentar caracterizado por um menor consumo de carne e maior consumo de produtos de origem vegetal e natural (tal como verificado em Chinea et al., 2022 e Kokkoris & Stavrova, 2021). Estas relações foram verificadas no presente estudo, suportando a validade do fator Moral que se correlacionou significativa e positivamente com a ingestão de fruta e vegetais, com o consumo de comida vegetariana/vegana e comida orgânica e, ainda, negativamente com a ingestão de carne vermelha. Em relação ao significado Saúde, os

resultados suportam igualmente a validade da dimensão, tendo-se verificado associações significativas e positivas com o consumo de frutas e vegetais e relações negativas com a ingestão de refrigerantes e fast food. Um maior consumo de frutas e vegetais e ingestão reduzida de bebidas açucaradas e fast food está precisamente em linha com as recomendações da World Health Organization (2020a) face a uma alimentação saudável. Também a relação positiva com o consumo de comida vegetariana e orgânica aponta para a validade desta dimensão, na medida em que, como foi anteriormente referido, os produtos de origem vegetal e biológicos são igualmente publicitados como saudáveis no paradigma atual. Por fim, relativamente à dimensão Identidade Cultural, contrariamente ao previsto, a correlação mais elevada verificou-se com o consumo de fruta. A relação com a comida tradicional portuguesa, ainda que significativa, foi muito baixa. Tendo em conta estes resultados, podemos supor que a fruta está mais associada à nossa identidade cultural do que os pratos tipicamente portugueses.

Embora seja claro que o significado da comida é uma variável psicológica diferente da avaliada pelo FCVQ, é expectável que os fatores considerados na compra e consumo de certos alimentos se liguem ao significado que a comida assume na vida das pessoas. Além disso, o FCVQ é dos instrumentos existentes cujas dimensões mais se aproximam do MFLQ. Assim, a associação entre as dimensões do FCVQ e do MFLQp foi investigada no Estudo 2 a fim de avaliar a validade convergente do MFLQp. As relações observadas foram coerentes com as especificações teóricas dos domínios do MFLQp, fornecendo provas adicionais da sua validade. Ainda que não tenha sido inicialmente hipotetizada, verificou-se uma correlação moderada entre o significado Saúde e o valor Orgânico, que representou a segunda relação mais elevada entre as dimensões do MFLQp e do FCVQ. Esta relação, de um ponto de vista teórico, poderá ser justificada na medida em o valor orgânico para além de se referir ao cultivo ambientalmente sustentável, diz respeito à quantidade de minerais e vitaminas presentes nos alimentos e ausência de aditivos artificiais. Uma pessoa que atribua significado ao nutrir adequadamente o seu corpo naturalmente considerará a composição vitamínica/mineral dos alimentos que escolhe consumir. Adicionalmente, o significado Saúde correlacionou-se mais fortemente com o valor Orgânico do que com o Gestão de peso/saúde, o que vai ao encontro da especificação teórica do significado Saúde. Segundo Arbit e colegas (2017) este significado visa captar o foco na saúde como um *endpoint* intrinsecamente valorizado, omitindo um foco para fins instrumentais, como a perda de peso, avaliado pela dimensão Gestão de Peso do FCVQ. Relativamente ao significado Identidade cultural, o fator

Tradição do FCVQ aproxima-se teoricamente deste. Assim, a relação significativa e positiva encontrada entre este significado e a Tradição permitiu fornecer alguma evidência da validade convergente da mesma.

Na sua generalidade, os resultados da presente tese suportam a validade da versão portuguesa do MFLQp de 25 itens, com a sua nova dimensão, sugerindo que esta mede de forma válida e fiável as diferentes dimensões de significado que as pessoas retiram da sua relação com a comida. A estrutura de 6 fatores proposta emergiu no primeiro estudo, tendo sido confirmada no segundo estudo. Apesar das diferenças culturais existentes, a replicação da estrutura fatorial do MFLQ em amostras de diferentes nacionalidades (e.g., Arbit et al., 2017; Chinea et al., 2020; Kokkoris & Stavrova, 2021) sugere que o significado da comida na vida é um construto estável entre diferentes países. A consistência interna, fiabilidade compósita e associação esperada com variáveis teoricamente relacionadas (i.e., ingestão alimentar e valores relacionados com a escolha alimentar) suportam não só a validade convergente, como a fiabilidade do questionário. No global, os resultados dos Estudos 1 e 2 suportam a validade e fiabilidade da dimensão Identidade Cultural, sugerindo, em conjunto com o estudo piloto, que este constitui um significado da comida para os portugueses, conceptualmente distinto dos restantes.

Limitações e estudos futuros

Em relação às limitações do estudo, apesar dos bons valores de fiabilidade compósita, foram encontrados valores de VEM inferiores aos recomendados para as dimensões Moral, Espiritual e Saúde. O mesmo foi verificado na validação da versão espanhola do questionário (Chinea et al., 2020), o que pode sugerir possíveis problemas de validade de construto destas dimensões. Por exemplo, os itens 2 e 3 do fator Moral, tal como indicado pelo seu valor de fiabilidade individual, parecem ter sido interpretados como medindo um conteúdo diferente dos restantes. O uso das palavras “cuidado” e “preocupação” nos outros itens desta dimensão, facilmente nos levam a pensar na ligação entre a comida e a sustentabilidade, uma vez que este tema atualmente é exposto de forma a suscitar em nós este tipo de sentimentos. No entanto, o uso das expressões “influenciar o mundo” (item 2) e “de onde os alimentos vieram” (item 4) pode ser interpretado de forma mais abstrata, levando a pensar noutras problemáticas além da sustentabilidade (e.g., posso influenciar o mundo ao escolher não consumir produtos de países cuja ideologia política desaprovo). Relativamente

aos itens, o item 17 da dimensão Estético apresentou alguns problemas nos Estudos 1 e 2, nomeadamente ao nível do seu peso fatorial, fiabilidade individual e consistência interna do fator que melhorava com a sua remoção. Também na adaptação do MFLQ para a língua espanhola (Chinea et al., 2020), este item apresentou um peso fatorial inferior a 0,5. Estes dados sugerem um afastamento conceptual deste item em relação aos demais da dimensão Estético. Os restantes itens avaliam a representação da comida enquanto obra de arte ou experiência estética, não especificando que propriedades da comida ou que tipo de vivência (tátil, visual, olfativa) levam a esse tipo de experiência. Já o item 17 refere-se especificamente à beleza de um prato de comida e, mais concretamente, à capacidade de apreciar mesmo quando não se gosta da comida. Na verdade, pode ser difícil considerar um objeto uma obra de arte ou apreciar a sua beleza quando não se gosta de alguma coisa da mesma. Assim sendo, a fim de obter uma avaliação mais válida e consistente da representação da comida enquanto forma de expressão artística sugere-se ou a eliminação ou alteração do item. Na adaptação para a língua alemã, embora não seja referido o motivo, este item foi já excluído da versão final do questionário. No que concerne à alteração do item, de forma a aproximá-lo dos restantes poderá propor-se enfatizar a importância da beleza de um prato, e por isso, da sua qualidade estética, sem incluir o “mesmo que não goste da comida”, por exemplo “Preocupo-me com a beleza dos pratos de comida que escolho comer”.

Em relação à criação da nova dimensão, Identidade cultural, os itens foram formulados com base na análise das respostas qualitativas a um estudo piloto e revisão de literatura. A não realização de um *focus group* pode ser considerada uma limitação. A fiabilidade compósita da dimensão, na sua versão final de 4 itens, apresentou valores de .90. Se por um lado, estes podem ser considerados excelentes valores, por outro, podem igualmente indicar alguma redundância nos itens. Deste modo, a organização de um *focus group* com alguns sujeitos da população em geral e alguns especialistas da área alimentar poderia ter permitido captar aspetos da Identidade Cultural que não foram abrangidos e, assim, diferenciar mais os itens.

As associações encontradas entre o significado da comida e a ingestão alimentar também verificadas por Arbit e colegas (2017), assim como a relação com diferentes comportamentos de consumo ligados à comida (Kokkoris e Stavrova, 2021) parecem apontar para a potencial utilidade clínica do significado da comida na vida. Todavia, é importante notar que esta sugestão é limitada uma vez que está assente em evidência correlacional. Neste sentido, sugere-se que investigações futuras, seguindo um desenho experimental, estudem se a

promoção e, conseqüente, adoção dos diferentes significados da comida resultam em diferentes escolhas alimentares ou diferentes comportamentos de consumo. Caso tal se verifique, a avaliação do significado da comida pode ser importante para desenhar intervenções de alteração do comportamento alimentar mais eficazes e aumentar a adesão às mesmas. Por exemplo, um indivíduo que retira um grande significado social da comida, ou seja, para o qual a comida é um veículo pelo qual este se liga a outros, ao fazer alguns ajustes ao seu comportamento alimentar, para além de mudanças alimentares, poderá estar a condicionar a sua vida social e, conseqüentemente, emocional. A necessidade de restringir o consumo de certo tipo de comidas, pode levar, por exemplo, à recusa de certos encontros sociais, tais como a ida a restaurantes. Deste modo, a adesão deste indivíduo à intervenção pode ser reduzida ou até causar problemas emocionais. Se pelo contrário, se atentar ao significado social e este for contemplado no desenho da intervenção (e.g., sugerir fazer jantares em casa, onde a pessoa tem mais controlo sobre os alimentos disponíveis do que num restaurante) a probabilidade de adesão pode aumentar. A própria eficácia da intervenção pode ser melhorada se os domínios de significado mais relevantes para o sujeito forem utilizados como avenidas pelas quais se cultivam escolhas alimentares mais saudáveis. Clarificando, para uma pessoa que atribua um elevado significado estético à comida, a sugestão de receitas e formas de preparação de comida saudável em que a beleza dos pratos esteja saliente pode estimular o consumo desses alimentos. De modo semelhante, trabalhar e fortalecer o significado Identidade cultural, por exemplo, pode levar as pessoas a ver a comida, além de uma fonte de prazer, como uma forma de se ligarem à sua cultura. Como tal, as pessoas podem ficar mais motivadas a adotar uma dieta mediterrânica, o padrão alimentar português, que tem mostrado estar ligada a melhores *outcomes* de saúde (ver Martinez-Lacoba et al., 2018). Tendo em conta a elevada prevalência mundial de obesidade e excesso de peso (World Health Organization, 2020b), bem como o importante papel dos hábitos alimentares no desenvolvimento de doenças crónicas (Jayedi et al., 2021), a melhoria da eficácia das intervenções, quer individuais, quer grupais, para alteração do comportamento alimentar reveste-se de máxima importância.

Estudos futuros poderão também continuar a estudar a validade e fiabilidade do MFLQp em diferentes amostras da população portuguesa, mais concretamente, a fiabilidade teste-reteste que não foi avaliada na presente investigação. Além disso, sugere-se que estudos futuros reavaliem o conteúdo dos itens das dimensões que apresentaram valores de VEM inferiores ao critério, de forma a melhorar a sua convergência.

Referências

- Araújo, M. J. (2014). Valor patrimonial da gastronomia portuguesa: Impacto na satisfação dos turistas no destino Porto. [Tese de Mestrado, Universidade Lusófona do Porto].
Repositório Científico Lusófona. <http://hdl.handle.net/10437/5868>
- Araújo, M. J. (2021). “Portugal á mesa” – Patrimónios alimentares, identidade e tradição: o olhar do turista. *Journal of Tourism & Development*, 35, 243-257.
- Arbit, N. (2017). Theoretical Foundations and Preliminary Empirical Results for the Meaning of Food in Life Project [Tese de doutoramento, Columbia University]. Academic Commons.
- Arbit, N., Ruby, M., & Rozin, P. (2017a). Development and validation of the meaning of food in life questionnaire (MFLQ): Evidence for a new construct to explain eating behavior. *Food Quality and Preference*, 59, 35–45.
<https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2017.02.002>
- Arbit, N., Ruby, M., & Rozin, P. (2017b). The Meaning of Food in Life Scale: Evidence for Links with Healthy Eating, a Positive Relationship to Food, and Established Determinants of Healthy Eating Behavior. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 49(7), S5–S6. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2017.05.022>
- Baddeley, A., Eysenck, M. W., & Anderson, M. C. (2015). *Memory* (2nd ed.). Psychology Press.
- Banna, J. C., Gilliland, B., Keefe, M., & Zheng, D. (2016). Cross-cultural comparison of perspectives on healthy eating among Chinese and American undergraduate students. *BMC public health*, 16(1), 1015. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3680-y>
- Baumeister, R. F. (1991). *The meanings of life*. Guilford.
- Bellows, A. C., Alcaraz, V. G., & Hallman, W. K. (2010). Gender and food, a study of attitudes in the USA towards organic, local, U.S. grown, and GM-free foods. *Appetite*, 55(3), 540–555. <http://dx.doi.org/10.1016/j.appet.201.09.002>.
- Beverly, E. A., Ritholz, M. D., Wray, L. A., Chiu, C. J., & Suhl, E. (2018). Understanding the meaning of food in people with type 2 diabetes living in Northern Appalachia. *Diabetes Spectrum*, 31(1), 14–24. <https://doi.org/10.2337/ds16-0059>

- Campbell, D. T., & Fiske, D. W. (1959). Convergent and discriminant validation by the multitrait-multimethod matrix. *Psychological Bulletin*, 56(2), 81–105.
<https://doi.org/10.1037/h0046016>
- Cantarero, K., van Tilburg, W. A. P., Gasiorowska, A., & Igou, E. R. (2022). The efficient measurement of individual differences in meaning motivation: The need for sense-making short form. *Frontiers in psychology*, 13, 945692.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.945692>
- Cantarero, K., Van Tilburg, W. A., Gasiorowska, A., & Wojciszke, B. (2021). The need for sense-making as a personal resource: Conceptualization and scale development. *Current Psychology*, 42(5), 3477-3488. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01637-3>
- Cantarero, L., Espeitx, E., Gil Lacruz, M., & Martín, P. (2013). Human food preferences and cultural identity: the case of Aragón (Spain). *International journal of psychology: Journal internationale de psychologie*, 48(5), 881–890.
<https://doi.org/10.1080/00207594.2012.692792>
- Cardinale, P. I. (2017). O consumo de produtos alimentares: hábitos, critérios de escolha e fatores de influência na decisão de compra – uma abordagem exploratória [Tese de mestrado, Universidade Fernando Pessoa]. ProQuest Dissertations Publishing
- Chater, N., & Loewenstein, G. (2016). The under-appreciated drive for sense-making. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 126, 137–154. <https://doi.org/10.1016/j.jebo.2015.10.016>
- China, C., Suárez, E., & Hernández, B. (2020). Meaning of food in eating patterns. *British Food Journal*. 122(11), 3331-3341. <https://doi.org/10.1108/BFJ-02-2020-0144>
- D'Sylva, A., & Beagan, B.L. (2011). 'Food is culture, but it's also power': the role of food in ethnic and gender identity construction among Goan Canadian women. *Journal of Gender Studies*, 20(3), 279 - 289. <http://dx.doi.org/10.1080/09589236.2011.593326>
- Duarte, P. A. S., Palmeira, L., & Pinto-Gouveia, J. (2020). The Three-Factor Eating Questionnaire-R21: A confirmatory factor analysis in a Portuguese sample. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 25, 247–256.
<https://doi.org/10.1007/s40519-018-0561-7>
- Einat, T., & Davidian, M. (2019). 'There is no sincerer love than the love of food' (George Bernard Shaw, 1903): The meaning of food and its uses in prison

- subculture. *European Journal of Criminology*, 16(2), 127–146.
<https://doi.org/10.1177/1477370818769258>
- Fielding-Singh, P. (2017). A taste of inequality: Food's symbolic value across the socioeconomic spectrum. *Sociological Science*, 4, 424-448.
<https://doi.org/10.15195/v4.a17>
- Fischler, C. (1988). Food, self and identity. *Social Science Information*, 27(2), 275–292.
<https://doi.org/10.1177/053901888027002005>
- Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, 18(1), 39–50.
<https://doi.org/10.2307/3151312>
- Hair, J., Black, W., Babin, B., & Anderson, R. (2014). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Hoboken, NJ: Pearson Educational.
- Heine, S. J., Proulx, T., & Vohs, K. D. (2006). The meaning maintenance model: On the coherence of human motivations. *Personality and Social Psychology Review*, 10(2), 88- 110. https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1002_1
- Hepper, E. G., Ritchie, T. D., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2012). Odyssey's end: Lay conceptions of nostalgia reflect its original homeric meaning. *Emotion*, 12(1), 102–119. <https://doi.org/10.1037/a0025167>
- Horn, J. L. (1965). A rationale and test for the number of factors in factor analysis. *Psychometrika*, 30(2), 179-185
- Hubert, A. (2000). Cuisine et politique: le plat national existe-t-il?. *Revue des sciences sociales*, 27(1), 8-11.
- Hubley, A. (2014). Discriminant Validity. In A. C. Michalos (Ed.), *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research* (pp. 1664-1667). Springer.
https://doi.org/10.1007/978-94-007-0753-5_751
- Hubley, A. M., & Zumbo, B. D. (2013). Psychometric characteristics of assessment procedures: An overview. In K. F. Geisinger, B. A. Bracken, J. F. Carlson, J.-I. C. Hansen, N. R. Kuncel, S. P. Reise, & M. C. Rodriguez (Eds.), *APA handbook of testing and assessment in psychology, Vol. 1. Test theory and testing and assessment in industrial and organizational psychology* (pp. 3–19). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14047-001>

- International Test Commission. (2017). *The ITC Guidelines for Translating and Adapting Tests* (2nd ed.). <https://www.intestcom.org/page/14>
- Jayedi, A., Soltani, S., Abdolshahi, A., & Shab-Bidar, S. (2020). Healthy and unhealthy dietary patterns and the risk of chronic disease: an umbrella review of meta-analyses of prospective cohort studies. *The British journal of nutrition*, 124(11), 1133–1144. <https://doi.org/10.1017/S0007114520002330>
- Kalkbrenner, M. T. (2023). Alpha, omega, and H internal consistency reliability estimates: Reviewing these options and when to use them. *Counseling Outcome Research and Evaluation*, 14(1), 77-88. <https://doi.org/10.1080/21501378.2021.1940118>
- Kline, R. (2016). *Principles and Practice of Structural Equation Modelling* (4^a ed.). Guilford Press.
- Kokkoris, M. D., & Stavrova, O. (2021). Meaning of food and consumer eating behaviors. *Food Quality and Preference*, 94, e104343. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2021.104343>
- Krause N. (2009). Meaning in life and mortality. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 64(4), 517–527. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbp047>
- Leontiev, D. A. (2013). Personal meaning: A challenge for psychology. *The Journal of Positive Psychology*, 8(6), 459–470. <https://doi.org/10.1080/17439760.2013.830767>
- Lindeman, M., & Sirelius, M. (2001). Food choice ideologies: the modern manifestations of normative and humanist views of the world. *Appetite*, 37(3), 175–184. <https://doi.org/10.1006/appe.2001.0437>
- Lyerly, J. E., & Reeve, C. L. (2015). Development and validation of a measure of food choice values. *Appetite*, 89, 47–55. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.01.019>
- Marôco, J. (2018). *Análise Estatística com o SPSS Statistics* (7^a ed.). ReportNumber, Lda.
- Marôco, J., & Garcia-Marques, T. (2006). Qual a fiabilidade do alfa de Cronbach? Questões antigas e soluções modernas?. *Laboratório de Psicologia*, 4(1).
- Martinez-Lacoba, R., Pardo-Garcia, I., Amo-Saus, E., & Escribano-Sotos, F. (2018). Mediterranean diet and health outcomes: a systematic meta-review. *European journal of public health*, 28(5), 955–961. <https://doi.org/10.1093/eurpub/cky113>

- McNeish, D. (2018). Thanks coefficient alpha, we'll take it from here. *Psychological Methods*, 23(3), 412–433. <https://doi.org/10.1037/met0000144>
- Mouret, M., Monaco, G. L., Urdapilleta, I., & Parr, W. V. (2013). Social representations of wine and culture: A comparison between France and New Zealand. *Food Quality and Preference*, 30, 102–107. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2013.04.014>
- Ogden, J., Liakopoulou, E., Antilliou, G., & Gough, G. (2012). The Meaning of Food (MOF): the development of a new measurement tool. *European eating disorders review: the journal of the Eating Disorders Association*, 20(5), 423-426. <https://doi.org/10.1002/erv.1141>
- O'Loughlin, I., & Newton-John, T. R. O. (2019). 'Dis-comfort eating': An investigation into the use of food as a coping strategy for the management of chronic pain. *Appetite*, 140, 288–297. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.05.027>
- Park C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: an integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological bulletin*, 136(2), 257–301. <https://doi.org/10.1037/a0018301>
- Park, C. L. (2017). Distinctions to promote an integrated perspective on meaning: Global meaning and meaning-making processes. *Journal of Constructivist Psychology*, 30(1), 14–19. <https://doi.org/10.1080/10720537.2015.1119082>
- Park C. L. (2022). Meaning Making Following Trauma. *Frontiers in psychology*, 13, 844891. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.844891>
- Proulx, T., & Inzlicht, M. (2012). The five “A”s of meaning maintenance: Finding meaning in the theories of sense-making. *Psychological Inquiry*, 23(4), 317–335. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2012.702372>
- Queiroz, E. (2014). *Notas Contemporâneas* (1^a ed. digital). Iba Mendes Editor Digital. <http://ibamendes.org/Notas%20Contemporaneas%20-%20Eca%20de%20Queiros%20-%20IBA%20MENDES.pdf>
- Renner, B., Sproesser, G., Strohbach, S., & Schupp, H. T. (2012). Why we eat what we eat. The Eating Motivation Survey (TEMS). *Appetite*, 59, 117–128. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2012.04.004>

- Roepke, A. M., Jayawickreme, E., & Riffle, O. M. (2014). Meaning and health: A systematic review. *Applied Research in Quality of Life*, 9(4), 1055–1079.
<https://doi.org/10.1007/s11482-013-9288-9>
- Rozin, P. (1996). Towards a psychology of food and eating: From motivation to module to model to marker, morality, meaning, and metaphor. *Current Directions in Psychological Science*, 5, 18-24. <https://doi.org/10.2307/20182380>
- Rozin, P. (1999). Food is fundamental, fun, frightening, and far-reaching. *Social Research*, 66(1), 9-30.
- Rozin, P. (2005). The meaning of food in our lives: A cross-cultural perspective on eating and well-being. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 37, S107–S112.
[https://doi.org/10.1016/s1499-4046\(06\)60209-1](https://doi.org/10.1016/s1499-4046(06)60209-1).
- Rozin, P., Fischler, C., Shields, C., & Masson, E. (2006). Attitudes towards large numbers of choices in the food domain: a cross-cultural study of five countries in Europe and the USA. *Appetite*, 46(3), 304–308. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2006.01.017>
- Rozin, P., Remick, A. K., & Fischler, C. (2011). Broad themes of difference between French and Americans in attitudes to food and other life domains: Personal versus communal values, quantity versus quality, and comforts versus joys. *Frontiers in psychology*, 2, 177. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2011.00177>
- Ruby, M.B., Alvarenga, M.D., Rozin, P., Kirby, T.A., Richer, E., & Rutzstein, G. (2016). Attitudes toward beef and vegetarians in Argentina, Brazil, France, and the USA. *Appetite*, 96, 546-554. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.10.018>
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Streiner, D. L., Norman, G. R., & Cairney, J. (2015). *Health measurement scales: A practical guide to their development and use* (5th ed.). Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/med/9780199685219.001.0001>
- Stunkard, A. J., & Messick, S. (1985). The three-factor eating questionnaire to measure dietary restraint, disinhibition and hunger. *Journal of psychosomatic research*, 29(1), 71-83. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(85\)90010-8](https://doi.org/10.1016/0022-3999(85)90010-8)

- Thompson, F.E., Midthune, D.N., Kahle, L.L., & Dodd, K.W. (2017). Development and Evaluation of the National Cancer Institute's Dietary Screener Questionnaire Scoring Algorithms. *The Journal of nutrition*, 147(6), 1226-1233.
<https://doi.org/10.3945/jn.116.246058>
- UNESCO. (n.d.). *Mediterranean diet*. <https://ich.unesco.org/en/RL/mediterranean-diet-00884>
- UNESCO. (2009). *Intangible Heritage of Humanity: Representative List of the Intangible Cultural Heritage of Humanity*. <https://ich.unesco.org/doc/src/06859-EN.pdf>
- van Strien, T., Frijters, J. E., Bergers, G. P., & Defares, P. B. (1986). The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) for assessment of restrained, emotional, and external eating behavior. *International Journal of Eating Disorders*, 5, 295-315.
[https://doi.org/10.1002/1098-108X\(198602\)5:2<295::AID-EAT2260050209>3.0.CO;2-T](https://doi.org/10.1002/1098-108X(198602)5:2<295::AID-EAT2260050209>3.0.CO;2-T)
- Viana, V., & Sinde, S. (2003). Estilo alimentar: adaptação e validação do questionário holandês do comportamento alimentar. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 8(1-2), 59-71.
- World Health Organization. (2020a, Abril 29). *Healthy diet*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
- World Health Organization. (2020b, Junho 9). *Obesity and overweight*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Wright, K. E., Lucero, J. E., Ferguson, J. K., Granner, M. L., Devereux, P. G., Pearson, J. L., & Crosbie, E. (2021). The influence of cultural food security on cultural identity and well-being: a qualitative comparison between second-generation American and international students in the United States. *Ecology of food and nutrition*, 60(6), 636–662.
<https://doi.org/10.1080/03670244.2021.1875455>

Anexo A

Conjunto inicial de itens da dimensão Identidade Cultural

Tema	Literatura revista	Conjunto de itens gerados do tema
Identidade Cultural	Fischler (1988) Lyerly & Reeve (2015) UNESCO. (n.d.)	<ul style="list-style-type: none">- A comida é uma maneira de me ligar às minhas tradições culturais- As minhas escolhas alimentares refletem a minha ligação à minha cultura- O que eu como é um reflexo das minhas tradições culturais- As minhas escolhas alimentares refletem a minha identidade cultural- As minhas tradições culturais influenciam as minhas escolhas alimentares- O que eu como é uma forma importante de expressar a cultura a que eu pertença- A comida está intimamente ligada à minha relação com a minha cultura

Anexo B

Tradução, retroversão e versão final portuguesa dos itens do MFLQ

Original	Tradução PT1	Tradução PT2	Versão única PT	Retroversão ING	Versão final PT
I care about the impact of my food choice on the world	Preocupo-me com o impacto que as minhas escolhas alimentares tem no mundo OU Preocupo-me em como as minhas escolhas alimentares afetam o mundo	Preocupo-me com o impacto que as minhas escolhas alimentares têm no mundo	Preocupo-me com o impacto das minhas escolhas alimentares no mundo	I worry about the impact my food choices have on the world.	1.Preocupo-me com o impacto das minhas escolhas alimentares no mundo
My food choices are an important way that I can affect the world	As minhas escolhas alimentares são importantes em como afeto o mundo OU “As minhas escolhas alimentares são importantes porque afetam o mundo	As minhas escolhas alimentares são uma forma importante de poder afetar o mundo	As minhas escolhas alimentares são uma forma importante de poder influenciar o mundo	My food choices are an important way to be able to influence the world.	2.As minhas escolhas alimentares são uma forma importante através da qual eu posso influenciar o mundo
I eat in a way that expresses care for the world	As minhas escolhas alimentares demonstram a minha preocupação pelo mundo OU que expressa preocupação\consideração\dedicação pelo mundo OU Como numa forma que demonstra preocupação\consideração\dedicação pelo mundo	Alimento-me de uma forma que expressa cuidado para com o mundo	Alimento-me de uma forma que expressa cuidado com o mundo	I feed myself in a way that expresses care with the world.	3.Alimento-me de uma forma que expressa cuidado com o mundo

Original	Tradução PT1	Tradução PT2	Versão única PT	Retroversão ING	Versão final PT
When I eat food I think about where it came from	Quando como penso na sua origem dos alimentos	Quando me alimento, penso sobre o sítio de onde a comida veio	Quando me alimento penso sobre onde os alimentos vêm	When I eat, I think about where the food came from.	4.Quando me alimento penso acerca de onde os alimentos vieram
My food choices reflect my connection to nature	As minhas escolhas alimentares refletem a minha ligação com a natureza	As minhas escolhas alimentares refletem a minha conexão com a natureza	As minhas escolhas alimentares refletem a minha ligação com a natureza	My food choices reflect my connection to nature.	5.As minhas escolhas alimentares refletem a minha ligação com a natureza
From a spiritual perspective some foods are better than others	Através de uma perspetiva espiritual alguns alimentos são melhores que outras	Numa perspetiva espiritual, algumas comidas são melhores do que outras	De um ponto de vista espiritual, algumas comidas são melhores que outras	From a spiritual point of view, some food is better than others.	6.De um ponto de vista espiritual, algumas comidas são melhores que outras
Some foods are spiritually polluting	Alguns alimentos são espiritualmente contaminantes	Algunas comidas são espiritualmente poluentes	Algunas comidas poluem espiritualmente	Some foods pollute the spirit.	7.Algunas comidas poluem espiritualmente
What I eat is a reflection of my spiritual beliefs	O que como reflete as minhas crenças espirituais OU Os alimentos que como refletem as minhas crenças espirituais	O que eu como é um reflexo das minhas crenças espirituais	O que eu como é um reflexo das minhas crenças espirituais	What I eat is a reflection of my spiritual beliefs.	8.O que eu como é um reflexo das minhas crenças espirituais
My food choices are a way for me to connect with the sacred	As minhas escolhas alimentares são uma forma de me ligar ao sagrado? OU As minhas escolhas alimentares são uma ligação ao sagrado	As minhas escolhas alimentares são uma forma de me conectar com o sagrado	As minhas escolhas alimentares são uma forma de me ligar ao sagrado	My food choices are a way to connect to the sacred	9.As minhas escolhas alimentares são uma forma de me ligar ao sagrado
Food is closely tied to my relationships with others	A comida está bastante ligada às minhas relações com os outros OU A comida	A comida está intimamente ligada à	A comida está intimamente ligada à minha relação com os outros	Food is closely related to my relationship with others.	10.A comida está intimamente ligada à

Original	Tradução PT1	Tradução PT2	Versão única PT	Retroversão ING	Versão final PT
When I eat I feel connected to the people I am eating with	está muito ligada às minhas relações com os outros Quando estou a comer sinto-me ligado às pessoas que estão comigo	minha relação com os outros Quando estou a comer, sinto-me conectado com as pessoas que estão a comer comigo	Quando como, sinto-me ligado às pessoas que estão a comer comigo	When I eat, I feel connected to the people who are eating with me.	minha relação com os outros 11.Quando como, sinto-me ligado às pessoas com quem estou a comer
Sharing food with others makes me feel closer to them	Partilhar comida com outras pessoas faz-me sentir mais próximo/a/e delas	Partilhar comida com outras pessoas faz-me sentir mais perto delas	Partilhar comida com outras pessoas faz-me sentir mais próximo/a/e delas	Sharing food with other people makes me feel closer to them.	12.Partilhar comida com outras pessoas faz-me sentir mais próximo/a/e delas
Making food for others is a main way I show care for them	Cozinhar para os outros é uma forma importante de lhes mostrar dedicação OU Cozinhar para os outros é uma maneira importante de lhes mostrar dedicação OU Cozinhar para os outros forma importante para lhes mostrar dedicação	Cozinhar para outras pessoas é a principal forma de mostrar cuidado por elas	Cozinhar para os outros é uma forma importante de mostrar afeto por eles	Cooking for others is an important way to show affection for them.	13.Cozinhar para os outros é uma forma importante de mostrar afeto por eles
A good meal is like a work of art	Uma boa refeição é como uma obra-prima OU uma boa refeição é como uma obra de Arte	Uma boa refeição é como uma obra de arte	Uma boa refeição é como uma obra de arte	A good meal is like a work of art.	14.Uma boa refeição é como uma obra de arte
Preparing a good meal is like making a work of art	Preparar uma boa refeição é como fazer uma obra de arte	Preparar uma boa refeição é como fazer uma obra de arte	Preparar uma boa refeição é como fazer uma obra de arte	Preparing a good meal is like creating a work of art.	15.Preparar uma boa refeição é como fazer uma obra de arte
Eating a good meal is an aesthetic experience like	Comer uma boa refeição é uma experiência estética como ir a um bom concerto	Comer uma boa refeição é uma experiência estética semelhante a ir a	Comer uma boa refeição é uma experiência estética semelhante a ir a um bom	Eating a good meal is an aesthetic experience akin to going to a good	16.Comer uma boa refeição é uma experiência estética

Original	Tradução PT1	Tradução PT2	Versão única PT	Retroversão ING	Versão final PT
going to a good concert or reading a good novel	ou ler um bom livro OU Comer uma boa refeição é uma experiência estética como ir a um bom concerto ou ler um bom romance	um bom concerto ou ler um bom livro	concerto ou ler um bom livro	concert or reading a good book.	semelhante a ir a um bom concerto ou ler um bom livro
I can appreciate the beauty of a dish even if I do not like it	Sou capaz de apreciar a beleza de um prato mesmo que não o aprecie OU Sou capaz de apreciar a beleza de um prato mesmo que não goste dele	Consigo apreciar a beleza de um prato de comida mesmo que não goste da comida	Sou capaz de apreciar a beleza de um prato mesmo que não goste da comida	I'm able to appreciate the beauty of a dish even when I don't like the food.	17.Consigo apreciar a beleza de um prato mesmo que não goste da comida
I get satisfaction from knowing that the food I eat is good for my health	Obtenho satisfação em saber que a comida que como é benéfica para a minha saúde OU Obtenho satisfação em saber que os alimentos que como é benéfica para a minha saúde OU Obtenho satisfação em saber que o que como é benéfico para a minha saúde	Tiro satisfação de saber que a comida que como é boa para a minha saúde	Tiro satisfação de saber que a comida que como é benéfica para a minha saúde	I take satisfaction in knowing that the food I eat is good for my health	18.Retiro satisfação de saber que a comida que como é benéfica para a minha saúde
Eating foods that I know are good for my body brings me comfort	Comer alimentos que sei que são benéficos para o meu corpo traz-me conforto	Comer alimentos que sei que são bons para o meu corpo traz-me conforto	Comer alimentos que sei que são benéficos para o meu organismo traz-me conforto	Eating food that I know is good for my body/organism brings me comfort.	19.Comer alimentos que sei que são benéficos para o meu organismo traz-me conforto
I eat in a way that expresses care for my body	Eu como de uma forma que mostra dedicação pelo meu corpo OU Eu como de uma	Alimento-me de uma forma que expressa cuidado pelo meu corpo	Alimento-me de uma forma que expressa cuidado pelo meu organismo	I feed/nourish myself in a way that expresses care for my body.	20.Alimento-me de uma forma que

Original	Tradução PT1	Tradução PT2	Versão única PT	Retroversão ING	Versão final PT
I feel that nourishing my body is a meaningful activity	forma que expressa dedicação pelo meu corpo Sinto que nutrir o meu corpo é uma atividade com significado	Sinto que nutrir o meu corpo é uma atividade com significado	Sinto que nutrir o meu corpo é uma atividade com significado	I feel that nourishing my body is a meaningful activity.	expressa cuidado pelo meu organismo 21.Sinto que nutrir o meu corpo é uma atividade com significado
Food is a way for me to connect with my cultural traditions	A comida é um meio de me ligar às minhas tradições culturais	A comida é uma forma de me conectar com as minhas tradições culturais	A comida é uma maneira de me ligar às minhas tradições culturais	Food is a way for me to connect to my cultural traditions.	22.A comida é uma maneira de me ligar às minhas tradições culturais

Anexo C

AFE baseada no critério de Kaiser e do Scree plot

Tabela C1

Matriz de componente rodada do significado da comida na vida com base nos critérios de Kaiser e do Scree plot

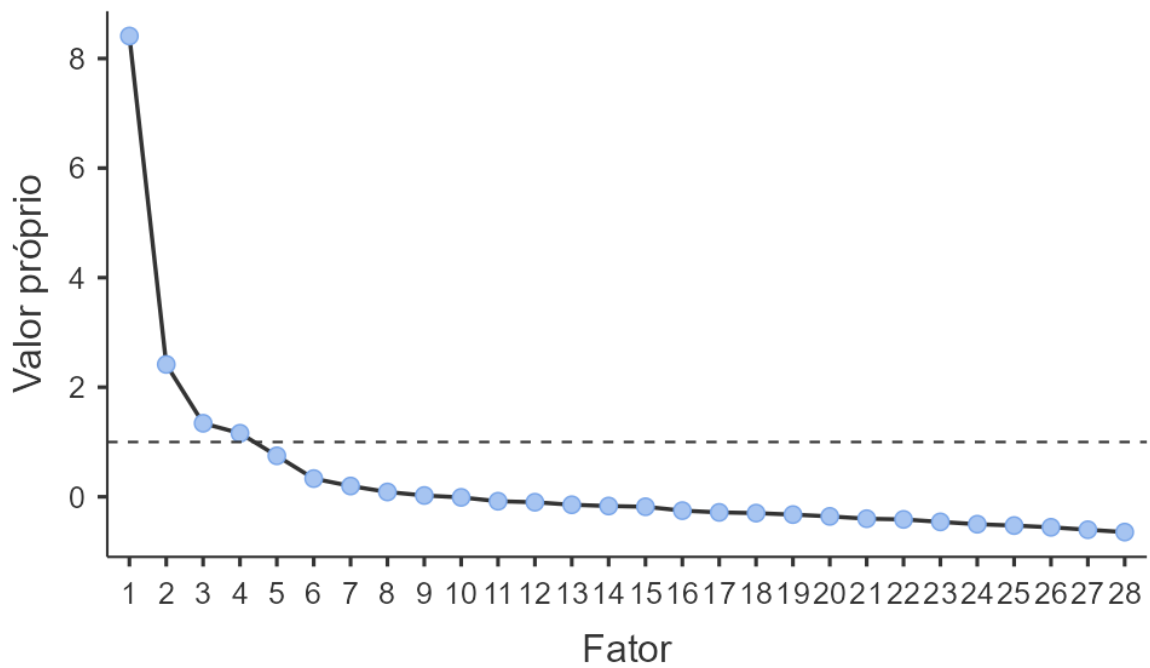
	Fator			
	1	2	3	4
It.23__Cultural	0.933			
It.24__Cultural	0.886			
It.28__Cultural	0.880			
It.25__Cultural	0.857			
It.27__Cultural	0.815			
It.26__Cultural	0.808			
It.22__Cultural	0.760			
It.10__Social	0.415		0.375	
It.20__Saude		0.730		
It.1__Moral		0.727		
It.19__Saude		0.692		
It.18__Saude		0.681		
It.3__Moral		0.586		0.322
It.21__Saude		0.558		
It.4__Moral		0.523		
It.2__Moral		0.472		
It.5__Moral		0.442		0.305
It.15__Estetico			0.829	
It.14__Estetico			0.778	

It.16__Estetico	0.595	
It.11__Social	0.565	
It.13__Social	0.466	
It.17__Estetico	0.445	
It.12__Social	0.432	
It.9__Espiritual		0.721
It.6__Espiritual		0.714
It.8__Espiritual		0.636
It.7__Espiritual		0.614

Nota. N = 152. O método de extração foi a fatorização do eixo principal com rotação promax.

Figura C1

Scree plot da AFE da versão preliminar do MFLQp



Anexo D

AFE baseada em análise paralela

Tabela D1

Matriz de componente rodada do significado da comida na vida com base na análise paralela

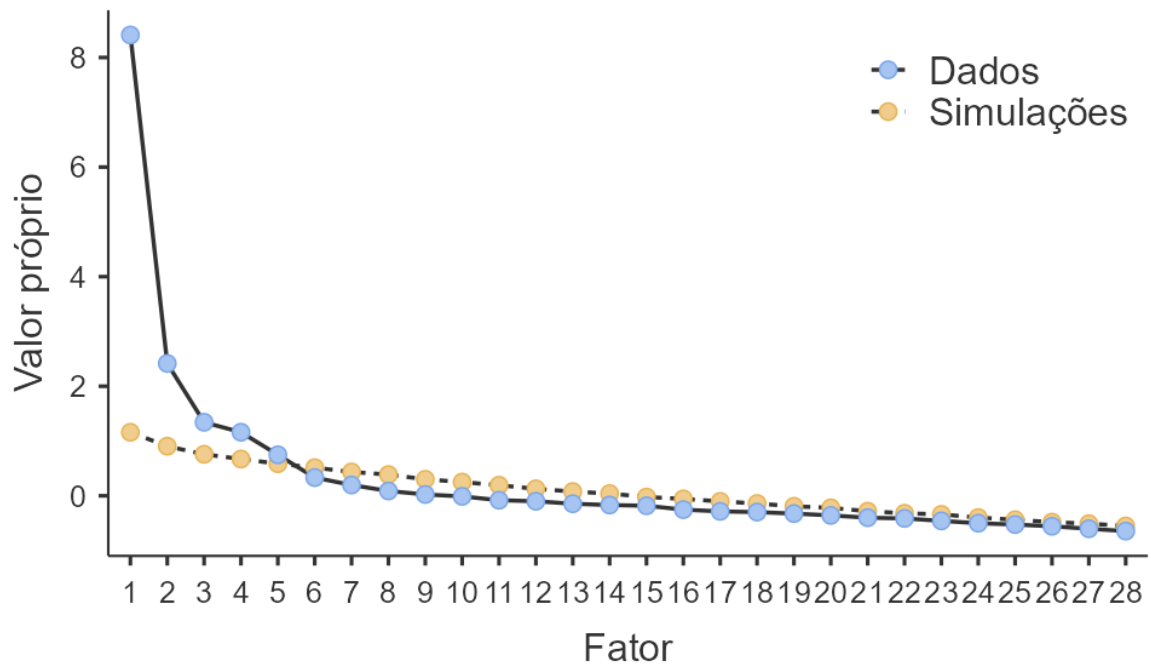
	Fator				
	1	2	3	4	5
It.24__Cultural	0.934				
It.23__Cultural	0.899				
It.28__Cultural	0.878				
It.26__Cultural	0.855				
It.25__Cultural	0.831				
It.27__Cultural	0.796				
It.22__Cultural	0.781				
It.1__Moral		0.902			
It.5__Moral		0.831			
It.3__Moral		0.739			
It.2__Moral		0.654			
It.4__Moral		0.399			
It.15__Estetico			0.815		
It.14__Estetico			0.777		
It.16__Estetico			0.599		
It.11__Social			0.594		
It.12__Social			0.503		
It.13__Social			0.492		
It.10__Social			0.472		
It.17__Estetico			0.463		

	Fator				
	1	2	3	4	5
It.19__Saude				0.791	
It.18__Saude				0.690	
It.20__Saude		0.321		0.526	
It.21__Saude				0.515	
It.6__Espiritual					0.846
It.7__Espiritual					0.690
It.9__Espiritual					0.554
It.8__Espiritual					0.522

Nota. $N = 152$. O método de extração foi a fatorização do eixo principal com rotação promax.

Figura D1

Scree plot da Análise Paralela da AFE da versão preliminar do MFLQp



Anexo E

Análise Fatorial Confirmatória da versão portuguesa do FCVQ

Tabela E1

Análise fatorial confirmatória - Pesos fatoriais obtidos, fiabilidade individual dos itens, variância extraída média (VEM) e correlação item-total do FCVQ

Itens/dimensões	Peso fatorial	Fiabilidade individual dos itens	VEM	Correlação item-total
Apelo sensorial			.33	
1. O seu sabor	.587	.34		.43
3. O seu cheiro	.579	.34		.38
17. O quanto tem bom aspeto	.545	.30		.38
Tradição			.44	
2. Se é considerado uma comida tradicional	.826	.68		.55
9. O quanto reflete as minhas tradições culturais ou étnicas	.710	.50		.52
21. Quão semelhante é à comida que comia quando era criança	.373	.14		.31
Acessibilidade			.41	
4. Se é de fácil acesso em lojas e supermercados	.720	.52		.55
5. O quanto tem uma boa relação qualidade-preço	.493	.24		.40
25. Se pode ser comprado em lojas próximas de onde vivo ou trabalho	.677	.46		.47
Conforto			.73	

Itens/dimensões	Peso fatorial	Fiabilidade individual dos itens	VEM	Correlação item-total
6. Se considero que me irá ajudar a lidar com o stress	.900	.81		.81
7. O quanto me irá ajudar a lidar com eventos da vida	.909	.83		.81
22. Quanto me irá ajudar a relaxar	.734	.54		.69
Gestão de peso/Saúde			.79	
8. Quão provável é que me ajude a controlar o meu peso	.907	.82		.85
12. A quantidade de calorias presentes	.835	.70		.79
16. O quanto me irá ajudar a perder peso	.914	.84		.85
Segurança			.53	
10. O quanto posso ter a certeza de que não está associado a doenças transmitidas por alimentos	.722	.52		0.60
15. O quanto foi preparado com cuidado e segurança extremas	.671	.45		.53
23. Se tenho a certeza de que não contém bactérias ou vírus prejudiciais	.794	.63		.69
Orgânico			.49	
11. Se é cultivado ou produzido de forma amiga do ambiente	.594	.35		.48
14. O quanto contém ingredientes naturais	.820	.67		.72

Itens/dimensões	Peso fatorial	Fiabilidade individual dos itens	VEM	Correlação item-total
18. A quantidade de vitaminas e minerais presentes	.564	.32		.48
24. Quantos aditivos artificiais contém	.773	.60		.64
Conveniência			.75	
8. Quão provável é que me ajude a controlar o meu peso	.783	.61		.74
12. A quantidade de calorias presentes	.890	.79		.81
20. Quanto tempo demora a preparar	.923	.85		.84

Como se pode verificar na Tabela E1, no geral, observou-se um ajustamento local dos itens adequado, excetuando dos itens 5 e 21, cujos pesos fatoriais e fiabilidade foram inferiores aos recomendados.

Anexo F

Sensibilidade psicométrica dos itens e subescalas do FCVQ

Tabela F1

Caracterização descritiva dos itens da versão portuguesa do FCVQ

FCVQ	M	DP	Mo	Min-Máx	SK	Ku
It.1	4.25	0.62	4	2-5	-0.53	0.59
It.2	2.10	1.10	1	1-5	0.56	-0.64
It.3	3.64	0.85	4	1-5	-0.44	0.19
It.4	3.36	0.99	4	1-5	-0.63	0.14
It.5	3.93	0.89	4	2-5	-0.48	-0.53
It.6	2.10	1.09	1	1-5	0.67	-0.54
It.7	2.08	1.08	1	1-5	0.66	-0.57
It.8	2.65	1.12	3	1-5	0.20	-0.69
It.9	1.86	0.96	1	1-5	0.85	-0.22
It.10	3.00	1.23	3	1-5	-0.02	-0.92
It.11	2.90	0.92	3	1-5	0.06	-0.29
It.12	2.65	1.20	3	1-5	0.16	-0.94
It.13	3.35	1.02	3	1-5	-0.34	-0.18
It.14	3.20	1.01	3	1-5	-0.31	-0.18
It.15	3.07	1.03	3	1-5	-0.15	-0.61
It.16	2.33	1.16	2	1-5	0.45	-0.76
It.17	3.91	0.81	4	1-5	-0.56	0.28
It.18	3.14	1.02	3	1-5	-0.19	-0.40
It.19	3.45	1.01	4	2-5	-0.51	-0.04
It.20	3.40	0.97	3	1-5	-0.38	-0.06

FCVQ	M	DP	Mo	Min-Máx	SK	Ku
It.21	2.34	1.08	2	1-5	0.43	-0.64
It.22	2.31	1.13	1	1-5	0.38	-0.912
It.23	3.25	1.36	4	1-5	-0.23	-1.23
It.24	2.99	1.20	3	1-5	0.12	-0.88
It.25	3.50	1.05	4	1-5	-0.62	0.033

Nota. $N = 270$. M = média; DP= desvio-padrão; Min-Máx= Mínimo-Máximo; Sk= assimetria; Ku= achatamento

Relativamente à sensibilidade dos itens do FCVQ (ver Tabela F1), todos os itens apresentaram, em valor absoluto, valores de assimetria e curtose inferiores a 3 e 7, respetivamente. Na sua maioria, os itens apresentaram médias iguais ou inferiores ao ponto central da escala.

Tabela F2

Caracterização descritiva das 8 dimensões da versão portuguesa do FCVQ

FCVQ	M	DP	Min-Máx	SK	Ku
Apelo sensorial	3.93	0.566	2.33-5.00	-0.384	0.172
Tradição	2.10	0.801	1.00-4.33	0.464	-0.508
Acessibilidade	3.60	0.754	1.33-5.00	-0.392	-0.195
Conforto	2.16	0.989	1.00-5.00	0.573	-0.471
Gestão de peso/ Saúde	2.54	1.07	1.00-5.00	0.305	-0.705
Segurança	3.11	1.00	1.00-5.00	-0.104	-0.797
Orgânico	3.06	0.804	1.00-5.00	-0.151	-0.214
Conveniência	3.40	0.909	1.00-5.00	-0.410	0.00814

Em relação às subescalas (ver Tabela F2), não se verificaram problemas de sensibilidade, sendo os valores de assimetria e curtose inferiores a 3 e 7, respectivamente.

	Nenhuma	1 vez no último mês	2 a 3 vezes no último mês	1 vez por semana	2 vezes por semana	3 a 4 vezes por semana	5 a 6 vezes por semana	1 vez por dia	2 a 3 vezes por dia	Mais de 4 vezes por dia
3. Salada de folhas verdes ou de alface com ou sem outros vegetais										
4. Outros vegetais - para além da salada, batata ou leguminosas - (e.g., cenoura, abóbora, beringela)										
5. Carne vermelha (e.g., carne de vaca, porco, vitela, borrego). Inclua carne vermelha que tenha consumido em sandes, lasanhas ou guisados										
6. Guloseimas e doces (e.g., donuts, queques, mil-folhas, bola de Berlim, bolachas, bolos, brownies, gomas, chocolates)										

	Nenhuma	1 vez no último mês	2 a 3 vezes no último mês	1 vez por semana	2 vezes por semana	3 a 4 vezes por semana	5 a 6 vezes por semana	1 vez por dia	2 a 3 vezes por dia	Mais de 4 vezes por dia
7. Snacks salgados processados (e.g., batatas fritas, chetoos, doritos)										
8. Comida tradicional portuguesa (e.g., bacalhau à brás, arroz de pato, polvo à lagareiro, bacalhau com natas, feijoada)										
9. Comida tradicional de outros países (e.g., indiana, chinesa)										
10. Comida vegetariana ou vegana										
11. Comida biológica ou orgânica										
12. Fast food (e.g., hamburques, pizzas, frango frito, kebab)										

