

Ver ou imaginar: o que influencia mais as nossas características psicológicas?

Versão Final Após Defesa

Mariana Amaral Silva da Costa Rodrigues

Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em
Psicologia Clínica e da Saúde
(2º ciclo de estudos)

Ver ou imaginar: o que influencia mais as nossas características psicológicas?

Versão Final Após Defesa

Mariana Amaral Silva da Costa Rodrigues

Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em

Psicologia Clínica e da Saúde

(2º ciclo de estudos)

Orientadora: Prof^a. Doutora Carla Sofia Lucas do Nascimento

Co-orientador: Prof. Doutor Paulo Joaquim Fonseca da Silva Farinha Rodrigues

julho de 2024

Declaração de Integridade

Eu, Mariana Amaral Silva da Costa Rodrigues, que abaixo assino, estudante com o número de inscrição 12422 do 2º ciclo em Psicologia Clínica e da Saúde da Faculdade Ciências Sociais e Humanas, declaro ter desenvolvido o presente trabalho e elaborado o presente texto em total consonância com o **Código de Integridades da Universidade da Beira Interior**.

Mais concretamente afirmo não ter incorrido em qualquer das variedades de Fraude Académica, e que aqui declaro conhecer, que em particular atendi à exigida referência de frases, extratos, imagens e outras formas de trabalho intelectual, e assumindo assim na íntegra as responsabilidades da autoria.

Universidade da Beira Interior, Covilhã 17/07/2024

Dedicatória

Aos meus pais. À minha irmã. Aos meus avós. A todos aqueles que me apoiaram e auxiliaram no decorrer do desenvolvimento da presente Dissertação.

Agradecimentos

Em primeiro lugar, gostaria de expressar a minha maior gratidão pela pessoa que acompanhou cada etapa da presente Dissertação de Mestrado, que me apoiou e orientou, que se mostrou disponível e contribuiu para o meu crescimento pessoal, académico e profissional. A si, Professora Doutora Carla Nascimento, não chega o maior dos agradecimentos.

Ao Professor coorientador do presente trabalho, Professor Doutor Paulo Rodrigues, pelos conhecimentos partilhados e debate de ideias, e que tanto contribuiu para a qualidade e rigor desta investigação.

Aos meus pais, Sofia e Aurélio, que me encorajaram em cada etapa e me deram todo o amor e apoio necessários. Obrigada por terem acreditado em mim, sem nunca duvidar. Expresso a minha maior sorte por vos poder chamar de pais.

À minha irmã, Matilde, o meu grande amor, que me auxiliou durante a presente investigação, incentivando-me a acreditar nas minhas competências. Obrigada por todos os momentos em que acabámos a chorar, de tanto rir.

Aos meus Avós, por me distraírem da minha vida académica, contando-me histórias bonitas e partilhando as suas vivências.

Ao meu namorado e melhor amigo, David, que enxugou as minhas lágrimas, me fez esboçar os mais bonitos dos sorrisos, e me confortou. Quero agradecer pela paciência que tiveste e por teres sido um porto seguro no meio da tempestade. Foste um pilar crucial para mim ao longo deste percurso.

À Margarida e aos seus pais, a “minha família adotiva”, que sempre me trataram como se fosse de sangue.

À Carolina e à Andreia Tavares, por serem os meus pilares da Covilhã e por me ouvirem. Minhas companheiras de aventuras desde o dia um, a quem tenho o privilégio de chamar amigas. Agradeço por todos os conselhos e por todas as gargalhadas.

À Sara, por todas as horas de conversa e de desabafo.

À Diana, por todas as mensagens risonhas que trocámos.

Aos locais que autorizaram a recolha de dados, Grupo Humanitário de Dadores de Sangue da Covilhã e Hospital da Luz, na Covilhã. Sem as suas disponibilidades demonstradas, não seria possível realizar o presente projeto de investigação. Agradeço, ainda, a hospitalidade com que me receberam e o auxílio prestado.

Resumo

O presente estudo tem o intuito de analisar a possível relação entre a influência do contexto (ver ou imaginar um estímulo potencialmente ansiogénico) as características de personalidade e a ansiedade na amostra recolhida. Esta, é constituída por 90 sujeitos, (60.0%) do sexo feminino e (40.0%) do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 19 e 78 anos. Os dados foram recolhidos em duas instituições privadas da região da Cova da Beira. Para o efeito, foram utilizados um Questionário Sociodemográfico, o STAI e o NEO-FFI-20. Os resultados realçaram a não existência de diferenças estatisticamente significativas entre os sujeitos que observaram e os que imaginaram o estímulo ansiogénico, e entre os que realizaram a recolha de sangue de modo voluntário e de modo não voluntário. Averiguou-se uma correlação estatisticamente significativa entre Ansiedade-Estado e Conscienciosidade, Ansiedade-Estado e Neuroticismo, Ansiedade-Traço e Abertura à Experiência, e Ansiedade-Traço e Amabilidade, nos indivíduos da amostra. Verificou-se, ainda, que a Ansiedade-Estado não exibiu correlação estatisticamente significativa com a Extroversão. Em suma, o presente estudo realça a importância da contínua investigação de modo a auxiliar a compreensão das possíveis relações entre as variáveis em estudo.

Palavras-chave

Ansiedade-Estado; Ansiedade-Traço; Personalidade; Estímulo Visual; Perceção Visual

Abstract

This study aims to analyse the possible relationship between the influence of context (seeing or imagining a potentially anxiogenic stimulus), personality characteristics and anxiety in the sample collected. The sample consisted of 90 subjects, (60.0%) female and (40.0%) male, aged between 19 and 78. The data was collected in two private institutions in the Cova da Beira region. For this purpose, a Sociodemographic Questionnaire, the STAI and the NEO-FFI-20 were used. The results showed that there were no statistically significant differences between the subjects who observed and those who imagined the anxiogenic stimulus, and between those who collected blood voluntarily and non voluntarily. There was a statistically significant correlation between State-Anxiety and Conscientiousness, State-Anxiety and Neuroticism, Trait-Anxiety and Openness to Experience, and Trait-Anxiety and Amiability in the sample. It was also found that State-Anxiety did not show a statistically significant correlation with Extroversion. In short, this study emphasises the importance of continuing research in order to help understand the possible relationships between the variables under study.

Keywords

Anxiety-State;Anxiety-Trait;Personality;Visual Stimulus;Visual Perception

Índice

Introdução.....	1
Capítulo I – Fundamentação Teórica	5
1. Aspetos Psicológicos	5
1.1 Ansiedade.....	5
1.1.1 Definição de ansiedade.....	5
1.1.2 Sintomas de ansiedade	7
1.1.3 Perturbação de ansiedade	8
1.1.4 Etiologia e Epidemiologia	9
1.1.5 Consequências e Tratamento	13
1.1.6 Ansiedade-Traço e Ansiedade-Estado	14
1.2 Personalidade	16
1.2.1 Caracterização da personalidade	16
1.2.2 Etiologia da personalidade	18
1.2.3 Abordagem dos traços	19
1.2.4 Modelo Big Five	21
2. Aspetos Cognitivos.....	25
2.1 Conceito de estímulo	25
2.2 Perceção	26
2.2.1 Perceção visual	27
2.3 Atenção.....	31
2.4 Memória.....	33
2.5 Imagética.....	35
3. Relação entre os aspetos psicológicos e cognitivos	37
Capítulo II - Estudo Empírico.....	41
1. Metodologia	41
1.1 Apresentação do Estudo	41
1.2 Método.....	41
1.2.1 Procedimento	41
1.3 Participantes.....	42
1.4 Variáveis	44
1.5 Instrumentos	44
1.6 Preparação de dados.....	47
1.7 Análise Estatística.....	51
2. Resultados.....	52
2.1 Análise da Normalidade da Amostra.....	52

2.2 Análise da diferença entre a Ansiedade-Estado em função da exposição ou não ao estímulo ansiogénico	52
2.3 Análise da diferença entre a Ansiedade-Estado em função da exposição ao estímulo ansiogénico	53
2.4 Análise da Associação entre a Variável Ansiedade-Estado e as Dimensões do Modelo Big Five Conscienciosidade, Extroversão e Neuroticismo .	54
2.5 Análise da Associação entre a Variável Ansiedade-Traço e as Dimensões do Modelo Big Five Abertura à Experiência e Amabilidade	55
3. Discussão.....	56
4. Limitações e Contributos	62
5. Recomendações.....	63
6. Conclusão	64
Referências bibliográficas	73
Anexos	99

Lista de Tabelas

- Tabela 1 – Caracterização da amostra referente à variável Idade (N = 154)
- Tabela 2 – Caracterização da amostra referente à variável Sexo (N = 154)
- Tabela 3 – Caracterização da amostra referente à variável Habilitações Literárias (N = 154)
- Tabela 4 – Caracterização da amostra referente à variável Rendimento Médio Mensal (N = 154)
- Tabela 5 – Caracterização da amostra referente à variável Situação Profissional Atual (N = 154)
- Tabela 6 – Consistência interna do STAI
- Tabela 7 – Consistência interna do NEO-FFI-20
- Tabela 8 – Médias da variável Idade nos grupos
- Tabela 9 – Análise das Diferenças em Função da Idade
- Tabela 10 – Frequências da variável Sexo nos grupos
- Tabela 11 – Análise das Diferenças em Função do Sexo
- Tabela 12 – Frequências da variável Habilitações Literárias nos grupos
- Tabela 13 – Análise das Diferenças em Função das Habilitações Literárias
- Tabela 14 – Frequências da variável Situação Profissional Atual nos grupos
- Tabela 15 – Análise das Diferenças em Função da Situação Profissional Atual
- Tabela 16 – Frequências da variável Rendimento Médio Mensal nos grupos
- Tabela 17 – Análise das Diferenças em Função do Rendimento Médio Mensal
- Tabela 18 – Associações entre as variáveis sociodemográficas
- Tabela 19 – Caracterização dos dois grupos por frequência e percentagem (N = 90)
- Tabela 20 – Teste de Normalidade da Amostra
- Tabela 21 – Análise das Diferenças da Ansiedade-Estado em Função da Exposição ou Não ao Estímulo Ansiogénico
- Tabela 22 – Tamanhos de Efeitos da Ansiedade-Estado em Função da Exposição ou Não ao Estímulo Ansiogénico
- Tabela 23 – Análise das Diferenças da Ansiedade-Estado em Função da Exposição ao Estímulo Ansiogénico
- Tabela 24 – Tamanhos de Efeitos da Ansiedade-Estado em Função da Exposição ao Estímulo Ansiogénico
- Tabela 25 – Matriz de Correlação de Pearson entre Ansiedade-Estado e Conscienciosidade
- Tabela 26 – Matriz de Correlação de Pearson entre Ansiedade-Estado e Extroversão

Tabela 27 – Matriz de Correlação de Pearson entre Ansiedade-Estado e Neuroticismo

Tabela 28 – Matriz de Correlação de Pearson entre Ansiedade-Traço e Abertura à Experiência

Tabela 29 – Matriz de Correlação de Pearson entre Ansiedade-Traço e Amabilidade

Tabela 30 – Caracterização da amostra referente à variável Idade (N = 154)

Tabela 31 – Caracterização da amostra referente à variável Sexo (N = 154)

Tabela 32 – Caracterização da amostra referente à variável Habilitações Literárias (N = 154)

Tabela 33 – Caracterização da amostra referente à variável Rendimento Médio Mensal (N = 154)

Tabela 34 – Caracterização da amostra referente à variável Situação Profissional Atual (N = 154)

Tabela 35 – Análises das Diferenças entre Grupos em Função do Neuroticismo

Tabela 36 – Características Descritivas do fator Neuroticismo

Tabela 37 – Análise das Diferenças da Ansiedade-Estado em Função da Extroversão

Tabela 38 – Tamanhos de Efeitos da Ansiedade-Estado em Função da Extroversão

Lista de Acrónimos

APA	American Psychology Association
BU	Bottom-up
CLIE	Consentimento Livre, Informado e Esclarecido
DSM	Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais
DSM-5-TR	Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais Revisto
FFM	Five Factor Model
HPA	hipotálamo-hipófise-adrenal
OECD	Organization for Economic Cooperation and Development
QV	Qualidade de Vida
SNA	Sistema Nervoso Autónomo
SNC	Sistema Nervoso Central
SNS	Serviço Nacional de Saúde
SPSS	Statistical Package for the Social Science
TD	Top-down
UBI	Universidade da Beira Interior

Introdução

O presente estudo, elaborado no âmbito da Unidade Curricular Dissertação do 2º ciclo em Psicologia Clínica e da Saúde da Universidade da Beira Interior (UBI), apresenta-se em formato de dissertação, subdividido em 2 capítulos intitulados Fundamentação Teórica e Estudo Empírico. Encontra-se englobado no projeto “GAIN – Grupo de avaliação e intervenção neuropsicológica”, do Departamento de Psicologia e Educação da UBI.

O Capítulo I assenta na descrição de dois aspetos psicológicos - ansiedade e personalidade -, de seis aspetos cognitivos – estímulo, perceção (nomeadamente, perceção visual), atenção, memória e imagética -, bem como na relação entre os aspetos referidos. Referente ao primeiro construto, é fornecida uma definição acerca do mesmo e apresentados os seus sintomas. Quando estes persistem e se revelam excessivos, passam a denominar-se perturbação de ansiedade (APA, 2023). A ansiedade pode ser analisada por dois “ramos” que se complementam e interrelacionam (Gruda & Ojo, 2022; Spielberger, 1966): ansiedade-estado e a ansiedade-traço (Saviola et al., 2020). Para o construto personalidade, é fornecida contextualização teórica acerca das suas caracterização e etiologia e, ainda, dos traços que a compõem. O modelo Big Five perspetiva a personalidade como sendo uma hierarquia de traços englobados perante cinco domínios (Filho et al., 2012), capazes de especificar a personalidade (Benet-Martinez & Oliver, 1998), sendo estes Amabilidade (A), Conscienciosidade (C), Extroversão (E), Neuroticismo (N) e Abertura à experiência (O) (Costa & McCrae, 2000; Hao et al., 2024). No que concerne aos aspetos cognitivos, é abordado o construto de estímulo, que atua sobre os recetores sensitivos do Sistema Nervoso (Ishikawa, 2023). A presente dissertação concentrou-se nos estímulos visuais que nos possibilitam criar imagens mentais (Maia, 2011). Aqueles estímulos são percecionados através da perceção visual que corresponde ao conjunto de elementos que recebem informação do meio através do processamento visual (Rosa, 2012). Este último encontra-se associado à nossa capacidade atencional (Rosa, 2012) que pode ser analisada por dois mecanismos: os de *bottom-up* (BU) e os de *top-down* (TD) (Franco, 2024). Quando se recebe alguma informação por meio da visão, esta ativa a memória sensorial visual, sendo este um dos componentes que contribuem para o sistema da perceção visual (Olivers & Roelfsema, 2020). Ainda, torna-se relevante abordar a memória visual que contribui para a construção de imagens mentais e para a perceção de objetos no ambiente (Brady et al., 2011), assim como a imagética que aponta que as imagens equivalem a representações mentais de situações ou objetos que os órgãos sensitivos não estão, no momento, a detetar (Moulton & Kosslyn, 2009; Thomas,

2003), existindo maior consciência para as imagens visuais (Sternberg & Sternberg, 2012).

O Capítulo II debruça-se, primeiramente, acerca da metodologia e dos resultados obtidos. A metodologia descreve o estudo, o procedimento, os participantes, as variáveis em estudo, os instrumentos administrados utilizados na recolha de dados, a preparação de dados e a análise estatística de modo a poder investigar as hipóteses e os objetivos selecionados para este estudo. A presente Dissertação continua com a apresentação dos resultados. Após isto, é retratada a Discussão, onde é efetuada a comparação entre os resultados do presente estudo e a literatura revista. Posteriormente, e ainda no presente capítulo, exibem-se as limitações e contribuições do estudo, recomendações para futuras investigações e a conclusão do trabalho em questão.

Esta dissertação finaliza com a apresentação da bibliografia utilizada para sustentar cientificamente o estudo, assim como dos anexos.

Capítulo I – Fundamentação Teórica

1. Aspetos Psicológicos

Este capítulo pretende apresentar uma abordagem teórica dos aspetos psicológicos que foram considerados pertinentes para este estudo. Assim, serão abordadas as temáticas da ansiedade e da personalidade. No que diz respeito ao tópico da ansiedade, este tenta explicar de forma breve a definição de ansiedade, sintomas de ansiedade, as principais perturbações de ansiedade, epidemiologia e etiologia, consequências e tratamentos, culminando na análise da ansiedade-traço e da ansiedade-estado. No que concerne à personalidade, neste tópico, tentaremos apresentar os aspetos principais relacionados com caracterização, conceito, etiologia, traços de personalidade, terminando com o modelo teórico do Big Five.

1.1 Ansiedade

1.1.1 Definição de ansiedade

A ansiedade é um estado subjetivo emocional (Acar et al., 2023; Andrade & Gorenstein, 1998; Cunha et al., 2020; Xi, 2020) e de humor, composto por comportamentos de hipervigilância e de evitação (American Psychiatric Association [APA], 2023; Barbot & Carrasco, 2018), e estados repletos de tensão, angústia, incerteza, apreensão, medo, ameaça, nervosismo e preocupação (APA, 2024a; Brandão, 2004; Saviola et al., 2020; Serviço Nacional de Saúde [SNS], 2023; Spielberger, et al., 1971; Suzigan et al., 2024), que ativam o sistema nervoso autónomo (SNA) aquando da perceção de perigo ou ameaça (Acar et al., 2023; Ji et al., 2016; Spielberger, et al., 1971). Regularmente, é acompanhado de sensações físicas (APA, 2024a; Brandão, 2004) e psicológicas (Xi, 2020), resultantes de uma situação atual, da antecipação de um evento ou situação ameaçadora ou desagradável (APA, 2023; Cunha et al., 2020; Grillon, 2008; Saviola et al., 2020; SNS, 2023; Xi, 2020), ou da recordação do estímulo que esteve presente no passado (Graeff, 2007), desencadeando uma resposta orgânica de maior cautela e apreensão perante ameaças duvidosas, representando estas, possíveis perigos (Barbot & Carrasco, 2018; Grillon, 2008).

A ansiedade aparece devido ao medo, uma vez que este é considerado o responsável pelo processamento de estímulos que se associam a eventos perigosos do mundo exterior, sendo que até um determinado nível este considera-se necessário para

a perpetuação da sobrevivência do Homem (Souza et al., 2015). A referida resposta adaptativa provém do organismo e é considerada normativa, no quotidiano, ao experienciar eventos percecionados de perigo e *stress*, ativando comportamentos adaptativos (Saviola et al., 2020; SNS, 2023; Varela, 2006).

Em determinadas circunstâncias, quando um sujeito é exposto a um evento desagradável idêntico a um outro, do seu passado também ele percecionado como perigoso ou desagradável, o primeiro evento mencionado pode despoletar níveis elevados de ansiedade por relacionar os dois eventos (Guimarães et al., 2015). Neste contexto, quando o sujeito se encontra diante de um estímulo aversivo, este pode apresentar uma resposta de ansiedade agregada a sintomas somáticos que ocorreram por ativação do SNA (Guimarães et al., 2015).

A definição de ansiedade assenta, então, segundo alguns autores, na sensação que temos no momento em que manifestamos uma determinada resposta - de luta ou fuga - perante uma das experiências supramencionadas (Ji et al., 2016). Isto é, a ansiedade pode ser explicada pela maneira como o corpo se prepara para agir, quer seja para lutar contra eventos perigosos ou para evitar as ameaças que perceciona (Knowles & Olatunji, 2020).

Para outros autores, a ansiedade conceitua-se como unidimensional (Spielberger et al., 1970). Endler e Kocovski (2001) questionam a referida unidimensionalidade dado que consideram a ansiedade multidimensional agrupando as seguintes facetas: perigo físico, rotina diária, avaliação social e ambiguidade. Estes autores reportam, também, que, para que se averigue um acréscimo da ansiedade-estado, o evento perspetivado como perigoso, ao ser examinado, deve estar em concordância com alguma das facetas acima referidas.

As demonstrações de sinais e sintomas de ansiedade expressam-se através de 1) manifestações objetivas, podendo ser visualizadas ou 2) manifestações psíquicas ou subjetivas (Landeira-Fernandez, 2011; Leal, 2013). Referente às primeiras, verifica-se que correspondem a modificações endócrinas, com acréscimo de determinadas hormonas no sistema nervoso central (SNC), delineando o comportamento das emoções, bem como a alterações fisiológicas e autonómicas, lideradas pela ativação do SNA, originando diversas reações como sudorese, reforço da frequência cardíaca e hiperventilação (Leal, 2013). No que concerne às segundas, estas contemplam angústia e estado de desprazer seguido do pensamento de que, no futuro, algo pode correr mal (Landeira-Fernandez, 2011).

Quando a ansiedade ou o medo são persistentes e se tornam excessivos ou perduram para além de períodos desenvolvimentais adequados, passam a denominar-se perturbação de ansiedade (Craske & Stein, 2016; APA, 2023).

1.1.2 Sintomas de ansiedade

A ansiedade despoleta diversos sintomas como reações físicas, psicológicas e comportamentais não adaptativas (APA, 2024a; SNS, 2023; Xi, 2020), como pensamentos intrusivos sobre o futuro (APA, 2023; Xi, 2020), um sentimento pessoal desconfortável (APA, 2024a) e expressões corporais involuntárias desadaptativas que afetam a vida normal dos sujeitos, dificultando o seu dia-a-dia (Beyondblue, 2019).

Os sintomas físicos da ansiedade referem-se a aumento da pressão arterial (APA, 2024a; Suzigan et al., 2024), tremores, boca seca, respiração mais rápida, vontade repentina de defecar ou urinar, tensão muscular, sudorese, acréscimo de batimentos cardíacos por minuto, possível sensação de formigueliro, tonturas, sensação de falta de ar, aperto no peito, dores de cabeça, perda de apetite, problemas de estômago, falta de sono, arrepios, vômitos e outras alterações fisiológicas e bioquímicas diagnosticadas por meio de métodos adequados de investigação (APA, 2024a; Aragão et al., 2016; Canavarro, 2007; Lewis, 1979; SNS, 2023; Suzigan et al., 2024; Varela, 2006). Por sua vez, os sintomas psicológicos exibem uma sensação de apreensão de medo profundo, juntamente com constantes preocupações, irritabilidade, agitação e dificuldade em adormecer, uma vez que o indivíduo se encontra alerta e com uma exacerbação da focalização da atenção no medo (Aragão et al., 2016; Canavarro, 2007; SNS, 2023; Varela, 2006). Já os sintomas comportamentais assentam no evitamento dos estímulos ou da ameaça relativos ao perigo, quer seja por pensar acerca destes ou pela sua presença (SNS, 2023).

Acredita-se que, no âmbito da presente Dissertação, se torna relevante fazer a distinção entre medo e ansiedade. A ansiedade, contrariamente ao medo, corresponde a um perigo estabelecido e conhecido, sendo verificada quando o estímulo se percebe potencialmente ameaçador (APA, 2023; Baptista et al., 2005; Brandão, 2004; Sylvers et al., 2011) e não pode ser evitado (Baptista et al., 2005), englobando determinadas reações comportamentais de alerta e defensivas (Suzigan et al., 2024). Segundo o DSM-5-TR (APA, 2023) e Suzigan e colaboradores (2024), a ansiedade recai sobre a antecipação de ameaça futura, enquanto o medo se caracteriza por ser a resposta ao nível das emoções perante uma ameaça iminente percebida ou real. Nesta linha, e segundo alguns autores, estas duas condições podem sobrepor-se (APA, 2023; Brunton et al., 2019): a ansiedade surge mais associada a vigilância e a tensão muscular de maneira a preparar o sujeito para uma eventual situação de perigo interno e comportamentos de fuga ou de prevenção; o medo está relacionado a momentos de excitação autonómica acrescida, por meio de um estímulo externo real, sendo fulcral para pensamentos de perigo instantâneo, iminente, para a fuga ou luta (APA, 2023; Baptista et al., 2005; Brunton et al., 2019; Suzigan et al., 2024).

Estes dois construtos, em diversas perturbações de ansiedade, encontram-se interligados e, por tal, são muitas vezes confundidos (APA, 2023; Brunton et al., 2019; Grogans et al., 2023). Em comum, o medo e a ansiedade apresentam-se como mecanismos que parecem funcionar como processos de aviso e/ou de alarme que permitiram ao Homem enfrentar, durante o seu percurso evolutivo, diversas situações e níveis de ameaças ambientais do quotidiano (Baptista et al., 2005).

1.1.3 Perturbação de ansiedade

A sintomatologia de ansiedade converte-se numa condição patológica (Ito et al., 2008; Saviola et al., 2020; Varela, 2006) no momento em que os sintomas manifestados por um indivíduo são exacerbados e interferem na sua qualidade de vida (QV) (Brunton et al., 2019; Craske & Stein, 2016; Saviola et al., 2020), equivalendo ao grupo de perturbações mentais mais comum nos dias de hoje (Kessler et al., 2010; Suzigan et al., 2024).

O diagnóstico de uma perturbação de ansiedade tem por base o conjunto de sinais e sintomas inscritos no Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais (DSM) (Suzigan et al., 2024). Tal como referido, na 5ª edição revista deste Manual (DSM-5-TR), se existir um medo desproporcional ou grave, com repercussões na vida diária, interferindo na capacidade de funcionamento normal de um sujeito, então estamos perante algum tipo de perturbação de ansiedade (APA, 2023; SNS, 2023). No que se refere a este campo, é possível enumerar e descrever algumas perturbações de ansiedade: (1) perturbação de ansiedade generalizada, (2) perturbação de stress pós-traumático, (3) perturbação de pânico e (4) fobias (APA, 2023; Guimarães et al., 2015; SNS, 2023; Suzigan et al., 2024). As perturbações de ansiedade divergem nas situações e nos objetos que provocam ansiedade, medo ou comportamentos de fuga (APA, 2023).

No que diz respeito à primeira, esta retrata-se por diversos tipos de sintomas de ansiedade persistentes e excessivos (APA, 2023; SNS, 2023; Suzigan et al., 2024) desproporcionais ao acontecimento no qual o indivíduo está inserido (Ito et al., 2008; Suzigan et al., 2024), manifestando-se em distintos domínios da sua vida nos quais percebe adversidade no controlo dos mesmos (APA, 2023), geralmente com sintomas físicos, tais como, palpitações, cólicas e tonturas (SNS, 2023). Ademais, o sujeito pode experienciar dificuldade de concentração, fadiga, tensão muscular, inquietação, irritabilidade e perturbação do sono (APA, 2023).

Referente à segunda perturbação supracitada, é visível a ansiedade física e intensa, no momento em que um determinado estímulo consegue reativar um trauma experienciado como ameaça à integridade de um sujeito - memória traumática -,

fazendo com que este sinta que está novamente perante a dita situação, revivendo-a (APA, 2023; SNS, 2023). Esta perturbação é capaz de despoletar memórias intrusivas, sistemáticas e involuntárias de um evento traumático, sonhos recorrentes associados à situação traumática, sofrimento psicológico prolongado ou intenso mediante a exposição a fatores que representem o evento traumático, reações dissociativas onde o indivíduo age ou sente do mesmo modo como se o acontecimento estivesse a ocorrer e reações fisiológicas externas ou internas (APA, 2023). Ocorre, ainda, evitação de estímulos que se encontrem relacionados com a situação traumática (APA, 2023).

Por sua vez, a perturbação de pânico manifesta-se por ataques de pânico que se apresentam sob a forma de crises repentinas e persistentes, de medo intenso e intensidade grave, rodeados de pensamentos automáticos, tais como, perda de controlo associados a sintomas físicos de ansiedade (APA, 2023; SNS, 2023; Suzigan et al., 2024).

No que concerne às fobias, estas representam-se por medo e ansiedade extremos ou irracionais, prevalentes e intensos, que sobressaem devido ao surgimento ou antecipação de uma circunstância temida, objeto fóbico (APA, 2023; Suzigan et al., 2024), fenómenos naturais (SNS, 2023), animais, alturas, sangue, agulhas, entre outros, existindo o evitamento, dessa mesma situação e/ou objeto (APA, 2023). Os sujeitos que exibem sinais e sintomas de fobia específica apresentam-se como ansiosos e apreensivos (APA, 2023; SNS, 2023). Quando o indivíduo está perante uma situação fóbica, esta induz, quase imediatamente, ansiedade, medo ou fuga até atingir um nível persistente e que não corresponde ao risco real (APA, 2023).

Só é diagnosticada perturbação de ansiedade quando sinais e sintomas apresentados e relatados por um sujeito não podem ser explicados por qualquer efeito fisiológico produzido pela utilização de uma substância/medicamento ou por outra condição médica ou perturbação mental (APA, 2023).

Quando o conjunto de sinais e sintomas pertencentes a qualquer um dos quadros anteriormente descritos se prolonga no tempo e não é tratado, pode incapacitar o sujeito de trabalhar e/ou de realizar tarefas do quotidiano (SNS, 2023). Para além disto, pode conduzir ao consumo abusivo de substâncias alcoólicas, bem como a outras questões de saúde mental (SNS, 2023).

1.1.4 Etiologia e Epidemiologia

A ansiedade pode surgir devido aos seguintes fatores: (1) psicológicos, (2) genéticos (SNS, 2023), (3) farmacológicos, (4) eventos de vida e (5) substâncias ilícitas (Xi, 2020). Perante esta diversidade, pode ocorrer que um sujeito não consiga identificar o predisponente (fator de efeito causal de longo prazo) e/ou o precipitante

(fator explicativo) da sua ansiedade visto que, com regularidade, traduz-se num compósito fatorial (SNS, 2023).

No que concerne aos fatores psicológicos, estes fracionam-se em distorções cognitivas, como catastrofização e generalização excessiva; e distorções de personalidade (Xi, 2020), tais como pessimismo e neuroticismo (APA, 2023). Neste contexto, podemos referir que as perturbações de ansiedade e/ou os seus sinais e sintomas podem ser desencadeados por uma interação complexa entre fatores cognitivos e personalísticos. No campo dos fatores cognitivos, a teoria das crenças irracionais proposta por Albert Ellis destaca que, pensamentos disfuncionais e distorções cognitivas, nas quais se encontram as previamente identificadas, podem aumentar a vulnerabilidade aos sinais e sintomas de ansiedade (Ellis, 2003). Esses padrões de pensamento negativos podem, ainda, levar os indivíduos a interpretar situações ambíguas como ameaçadoras, exacerbando, assim, os sintomas de ansiedade (Beck & Clark, 1997). Além disso, os traços de personalidade parecem, também, desempenhar um papel significativo. Algumas investigações sugerem que indivíduos com altos níveis de neuroticismo, caracterizado por uma tendência a experienciar intensamente emoções negativas, são mais propensos a desenvolver perturbações de ansiedade (Lahey, 2009). As distorções supramencionadas associadas aos sintomas físicos experienciados parecem potenciar a perceção do sujeito de um quadro de saúde deteriorado sendo, por vezes, considerado, por este, como grave (SNS, 2023). Ainda dentro dos fatores psicológicos, alguns estudos indicam que elevada ansiedade pode prejudicar a capacidade de concentração e de manter o foco, levando a dificuldades em tarefas que requerem atenção sustentada (Eysenck et al., 2007). Além disso, a ansiedade pode sobrecarregar a memória de trabalho, a capacidade de manter e manipular informações temporárias, devido à preocupação excessiva e aos pensamentos intrusivos (Shackman et al., 2006). Outros estudos referem que esta relação parece ser bidirecional, ou seja, da mesma forma que a ansiedade parece afetar as funções cognitivas, alterações percebidas ao nível de algumas funções cognitivas podem predispor os indivíduos a desenvolver alguns sinais e sintomas de ansiedade (Nesi et al., 2020). Neste âmbito, Joormann & D'Avanzato (2010) referem que indivíduos com dificuldades ao nível da regulação emocional ou controlo inibitório são mais propensos a ruminar sobre eventos stressantes, aumentando a vulnerabilidade à ansiedade. Além disso, um viés atencional, no qual os indivíduos ansiosos apresentam tendência em se focalizar mais em estímulos ameaçadores, pode perpetuar o ciclo de ansiedade, mantendo a atenção fixa em possíveis perigos (Bar-Haim et al., 2007).

Relativamente aos fatores genéticos, a literatura refere que parece existir alguma correlação com ansiedade, uma vez que descendentes de sujeitos com

perturbações deste cariz, manifestam maior propensão para experienciar sinais e sintomas de ansiedade comparativamente a outros indivíduos (Beyondblue, 2019). Na literatura existem alguns relatos de que a ansiedade pode ter uma base genética. Neste âmbito, alguns estudos de genética comportamental sugerem que cerca de 30-40% da variância das perturbações de ansiedade pode ser atribuída a fatores genéticos (Hettema et al., 2001). Outros estudos com gémeos revelam que a hereditariedade parece desempenhar um papel crucial no desenvolvimento de perturbações de ansiedade, sugerindo que os gémeos monozigóticos (idênticos) apresentam taxas de concordância mais altas para essas perturbações do que gémeos dizigóticos (fraternos) (Kendler et al., 2003). Para além destes estudos, é possível encontrar outros autores como Lesch e colaboradores (1996) que referem uma associação genética com a perturbação de ansiedade. Estes últimos identificaram várias variantes genéticas, tais como as dos genes relacionados ao sistema serotoninérgico (gene transportador de serotonina, 5-HTTLPR, entre outros), que estão associadas a um aumento da vulnerabilidade à ansiedade.

Outros estudos indicam que diversos fármacos parecem contribuir para a indução de sintomas de ansiedade. Estimulantes, incluindo metilfenidato e anfetaminas, são conhecidos por provocar sinais e sintomas de ansiedade e nervosismo (Meiners et al., 2022). Alguns corticosteroides, também parecem estar associados a efeitos psiquiátricos adversos, nos quais se inclui os sinais e sintomas de ansiedade e a insônia (Brown & Chandler, 2001). A literatura refere, ainda, que embora alguns antidepressivos, inibidores seletivos da recaptação de serotonina e inibidores da recaptação de serotonina e norepinefrina, sejam frequentemente prescritos para tratar ansiedade, estes podem inicialmente promover o aumento dos sintomas de ansiedade antes de alcançarem o efeito terapêutico desejado (Ferguson, 2001). Existem, ainda, estudos que relatam que alguns fármacos da família dos descongestionantes, como pseudoefedrina e fenilefrina, podem causar sinais e sintomas de agitação e de ansiedade (Dahlof et al., 1996).

Tal como referido anteriormente, a ansiedade pode surgir devido a diversos fatores sendo que um deles se prende com as diversas situações e distintos eventos de vida ameaçadores ou perturbadores que os sujeitos vivenciam (SNS, 2023; Xi, 2020) e que pode perdurar até muito depois da sua ocorrência (SNS, 2023). Nesta linha, a literatura refere que alguns eventos de vida stressantes como a perda de um ente querido, divórcio, desemprego ou abuso, estão significativamente associados a um aumento na probabilidade de desenvolvimento de perturbação de ansiedade (Kendler et al., 1995). A exposição a situações deste cariz pode desencadear respostas de ansiedade ao ativar o eixo hipotálamo-hipófise-adrenal (HPA), levando a uma

libertação prolongada de cortisol e outras catecolaminas, que afetam negativamente o funcionamento emocional e cognitivo (Kloet et al., 2005). Além disso, eventos de vida negativos podem interagir com vulnerabilidades genéticas e ambientais, exacerbando a predisposição para o surgimento de sinais e sintomas de ansiedade (Kessler et al., 1997).

Por fim, as substâncias ilícitas, segundo alguns autores, podem estar na origem de crises de ansiedade (SNS, 2023). De acordo com alguns estudos, o consumo de substâncias ilícitas como a cocaína, anfetaminas, e cannabis podem induzir estados de ansiedade aguda durante a intoxicação, bem como sintomas de abstinência que incluem ansiedade severa (Scala, 2014). Nesta linha, outros autores referem que o uso crônico de substâncias ilícitas pode alterar a neuroquímica cerebral, particularmente nos sistemas dopaminérgico e serotoninérgico, aumentando a vulnerabilidade para as perturbações de ansiedade (Volkow, 2004). Além disso, a comorbidade entre as perturbações associadas ao uso de substâncias e as perturbações de ansiedade parece ser comum, uma vez que se encontram estudos que referem que indivíduos com perturbação de ansiedade têm maior probabilidade de desenvolver dependência de substâncias, e vice-versa, criando um círculo vicioso que complica o tratamento e a recuperação (McHugh, 2015).

É na infância que assomam a maior parte das perturbações de ansiedade e, caso não sejam tratadas, assiste-se à sua persistência (APA, 2023; Craske & Stein, 2016; Marín et al., 2015; Suzigan et al., 2024). Numa fase posterior do ciclo de vida, os sintomas de ansiedade podem surgir devido a eventos stressantes (Craske & Stein, 2016) como o receio de restrições financeiras e problemas crónicos de saúde, sentimentos de solidão, bem como um decréscimo relativo às habilidades funcionais e sensoriais, podendo os sujeitos sentir-se excluídos e reflexivos acerca da iminência do término da vida (Alwahhabi, 2003). Segundo Guimarães e colaboradores (2015), a sintomatologia de ansiedade é vista como comum ao ser identificada em sujeitos com diferentes idades.

Segundo o SNS (2023), quase uma em cada dez pessoas pode sofrer com alguma perturbação de ansiedade no decurso da vida. A maioria das perturbações de ansiedade surgem com maior frequência em indivíduos do sexo feminino, em comparação com os do sexo masculino (APA, 2023; Craske & Stein, 2016; Jefferson, 2001; Suzigan et al., 2024), sendo a proporção de, cerca de, 2 para 1 (APA, 2023). Este tipo de perturbações é, abundantemente, encontrado entre os 35 e os 54 anos de idade (Craske & Stein, 2016). Na população idosa, a prevalência de sintomatologia de ansiedade é, aproximadamente, 20% (Himmelfarb & Murrell, 1984). Dados da *Organization for Economic Cooperation and Development* (OECD) referem que, em

estudos realizados em 2019, mais de 2,25 milhões de pessoas em Portugal apresentavam algum tipo de perturbação ao nível da saúde mental e, destas, as perturbações de ansiedade surgiam como sendo as mais frequentes, afetando cerca de 9% desta população (OECD, 2023).

1.1.5 Consequências e Tratamento

Aquando da intensificação de uma condição de ansiedade, esta poderá afetar as atividades sociais, ocupacionais (Craske & Stein, 2016) e pessoais de um sujeito e, deste modo, é fundamental proceder-se a uma avaliação psiquiátrica e clínica do sujeito (Suzigan et al., 2024). A ansiedade acarreta inúmeras consequências que variam tendo em conta o modo como os sujeitos lidam com esta, adotando comportamentos que se podem catalogar em negativos e positivos (Xi, 2020). Nos primeiros, os sujeitos encaram os estímulos de uma maneira exageradamente ameaçadora comparativamente ao que eles realmente são, inferiorizando as suas aptidões para os gerir (Beck et al., 1985). No que concerne aos segundos, estes promovem desenvolvimentos físico e mental, bem como crescimento pessoal (Pozzi et al., 2015).

Os sinais e sintomas de ansiedade podem levar ao desenvolvimento de uma perturbação mental (Xi, 2020) quando se apresentam como não controlados em relação ao evento e/ou situação que despoletou tal síndrome ou quando não existe um objeto, por exemplo, para onde a sua atenção pode ser reconduzida (Andrade & Gorenstein, 1998), podendo, no pior dos casos, induzir suicídios (Xi, 2020). A ansiedade patológica pode estar associada à falta de concentração, distorções cognitivas, problemas de sono, agitação (Beck et al., 1985), morte precoce, maior risco de doença cardíaca e abuso de álcool (Meier et al., 2016). Assim, pode comprometer a qualidade de vida de um sujeito (Beck et al., 1985).

A perturbação de ansiedade e/ou a síndrome de ansiedade podem ser trabalhadas através de duas formas principais: terapia farmacológica e psicoterapia (Craske & Stein, 2016; Suzigan et al., 2024). A terapia farmacológica consegue exercer uma função essencial, sendo que a toma de fármacos deve ser praticada por curtos períodos (inferior a 12 semanas) com recurso, por exemplo a benzodiazepínicos (Zuardi, 2017). Segundo este último autor, caso seja necessário um processo terapêutico farmacológico mais longo deve pensar-se noutras substâncias alternativas mas, em qualquer dos casos (tratamentos por curtos períodos ou mais longos), em conjugação com a abordagem psicoterapêutica. Por outro lado, a psicoterapia é capaz de contribuir para que o sujeito entenda a forma como os seus hábitos de atuação e de pensamento conseguem estimular ou agravar a ansiedade, podendo envolver técnicas de relaxamento (SNS, 2023), através da terapia cognitivo-comportamental (Craske &

Stein, 2016; Suzigan et al., 2024). A combinação destes dois processos terapêuticos consagra-se bastante vantajosa para o sujeito (Craske & Stein, 2016), permitindo-lhe aprimorar os seus bem-estar e humor (Ballard et al., 2022) e protegendo os indivíduos de sintomatologia de ansiedade (Creaven et al., 2017). De acordo com estes últimos autores, a perturbação de ansiedade que não é alvo de tratamento adequado, apresenta propensão para se tornar uma doença crónica.

Para além do previamente mencionado, é importante rever a higiene do sono e incorporar atividades diárias que proporcionem alívio de tensão ou alterar a focalização das preocupações do sujeito (SNS, 2023). De notar que existe uma probabilidade de recidiva quando são perspetivadas novas ameaças que possam induzir sofrimento e perda funcional (SNS, 2023).

1.1.6 Ansiedade-Traço e Ansiedade-Estado

A ansiedade pode ser analisada, segundo a literatura, por dois “ramos” que se complementam e interrelacionam (Gruda & Ojo, 2022; Spielberger, 1966), sendo estes ansiedade-estado e ansiedade-traço (Endler & Kocovski, 2001; Saviola et al., 2020). Estas duas noções foram introduzidas pela primeira vez por Cattell e Scheier, em 1961, e posteriormente elaboradas e analisadas por Spielberger, em 1972 (Neiva, 2010). A distinção de frequência, duração e intensidade dos episódios relativos de ansiedade-estado conseguem ser explicadas pelos distintos níveis de ansiedade-traço (Jolliffe et al., 2023; Meijer, 2001). Na presença de eventos ameaçadores, sujeitos que pontuem alto em instrumentos de avaliação de ansiedade-traço demonstram, geralmente, ansiedade-estado, também ela, elevada (Spielberger et al., 1970).

A ansiedade-traço apresenta-se, segundo alguns autores, como um traço personalístico de ligeira estabilidade (Clark & Watson, 1991; Cox, et al., 2000; Gruda & Ojo, 2022; Leal et al., 2017; Meijer, 2001; Saviola et al., 2020; Spielberger et al., 1983; Vagg et al., 1980), referente à propensão de um indivíduo para vivenciar uma síndrome de ansiedade durante o seu percurso vital (Spielberger, 1972; Spielberg et al., 1983; Vagg et al., 1980; Xi, 2020). Isto ocorre devido à exposição a eventos percecionados como perigosos, quer a nível psicológico quer a nível físico (Souza et al., 2009).

Segundo Elwood e colaboradores (2012), a ansiedade-traço corresponde há predisposição de um sujeito para exibir uma grande excitação fisiológica, enquanto apresenta comportamentos de análise e/ou de fuga de situações indutoras de ansiedade e/ou eventos percecionados como ameaçadores. Esta tipologia de ansiedade pode estar associada a uma predisposição de síndrome de ansiedade do indivíduo, bem como à possibilidade de resposta comportamental e fisiológica em qualquer tipo de situação considerada perigosa ou ameaçadora (Spielberger, 1966).

De acordo com diversos estudos, a ansiedade-traço é um fator de vulnerabilidade para a progressão de perturbações de ansiedade (Knowles & Olatunji, 2020), encontrando-se inserida num *continuum* no qual um sujeito que apresente um nível elevado de ansiedade-traço está mais predisposto a perspetivar uma circunstância como ameaçadora e, conseqüentemente, vivencia um período de estado de ansiedade mais elevado, comparativamente com indivíduos com ansiedade-traço baixa (Leal et al., 2017; Meijer, 2001; Spielberger, 1966, 1971).

Diversas investigações propõem que sujeitos que apresentem um nível elevado de ansiedade-traço analisam e reagem a estímulos percebidos como ameaçadores de forma distinta em comparação com sujeitos que possuem um nível baixo na ansiedade-traço (Knowles & Olatunji, 2020). Ainda, a ansiedade-traço encontra-se relacionada a um viés atencional que ocorre por percepção do sujeito face a um determinado estímulo ameaçador, potenciando a retenção da informação percebida na sua memória (Mitte, 2008). Quando o índice de ansiedade-traço é alto, a habilidade de encobrir informações que consigam provocar distração, mesmo em circunstâncias que não sejam stressantes, está prejudicada (Pacheco-Unguetti et al., 2011).

Resumindo, sujeitos que apresentem um nível de ansiedade-traço elevado privilegiam informações ameaçadoras face às não ameaçadoras, tendo problemas em se ajustar a informações novas (Knowles & Olatunji, 2020). Ainda se conhece pouco sobre os mecanismos relativos à ansiedade-traço, bem como sobre a sua forma de medida mais adequada (Knowles e Olatunji, 2020).

A ansiedade-estado (estado psicofisiológico) representa uma reação emocional de transição (Clark & Watson, 1991; Cox, et al., 2000; Gruda & Ojo, 2022; Meijer, 2001; Saviola et al., 2020; Spielberger, 1966; Vagg et al., 1980; Souza et al., 2009) e aumento imediato de ansiedade definido por nervosismo, apreensão, tensão, hiperexcitação (Clark & Watson, 1991; Cox, et al., 2000; Spielberger, 1966), incremento da ativação do SNA - por meio da respiração realizada com maior velocidade e profundidade -, pressão arterial elevada, ritmo cardíaco aumentado, entre outros (Souza et al., 2009; Spielberger, 1966). Este construto encontra-se associado, de forma direta, a uma circunstância emocional ansiogénica presente numa determinada situação (Leal et al., 2017; Spielberger et al., 1983; Vagg et al., 1980), atual ou futura (Gruda & Ojo, 2022), provocando reações emocionais, quer em termos fisiológicos quer em termos psicológicos (Leal et al., 2017; Spielberger, 1966; Spielberger, 1972; Spielberg et al., 1983; Xi, 2020).

Assim, indivíduos com níveis mais elevados de ansiedade-traço respondem com maiores níveis de ansiedade-estado em circunstâncias stressantes em comparação com indivíduos com níveis mais baixos de ansiedade-traço. Presumivelmente, esta diferença

entre estes “ramos” de ansiedade não seria tão pronunciada sob condições neutras ou tranquilizadoras (Meijer, 2001).

De acordo com Brandes e Bienvenu (2006), certos fatores de risco parecem contribuir para o desenvolvimento de uma perturbação de ansiedade. De entre estes fatores de risco, alguns autores referem os diferentes traços de personalidade, que parecem estar associados a diversas perturbações de ansiedade (Karsten et al., 2012).

1.2 Personalidade

1.2.1 Caracterização da personalidade

A personalidade é um dos construtos da psicologia que se encontra menos bem delineado (Hansenne, 2005), não existindo consenso relativamente à sua definição (Ferraz & Pereira, 2002). Consequentemente, corrobora-se a existência de diversas conceções perante este tópico, por diversos teóricos (Ferraz & Pereira, 2002). Considera-se uma construção da psicologia que tenciona clarificar a gama de comportamentos humanos ao nível de determinadas características mensuráveis, estáveis (Vinciarelli & Mohammadi, 2014) e inatas (Leontiev, 2014) do indivíduo, podendo abranger inúmeros aspetos da vida do indivíduo (Ferraz & Pereira, 2002).

As definições de personalidade modificam-se consoante as culturas e no decorrer do tempo (Lizarraga, 1998). Segundo diversos autores, a palavra personalidade tem a sua origem na maneira como o sujeito age perante diversas interações interpessoais (Hansenne, 2003; Singer, 1984). Posto isto, este construto é entendido como sendo um padrão de processos cognitivos e de comportamentos intrínsecos (Allport, 1961; Cloninger, 2003; Queiroz, 1997; Lizarraga, 1998; Magalhães & Gomes, 2007), relativamente estáveis (Queiroz, 1997), onde se inserem sentimentos, cultura, comportamentos, tomadas de decisão, emoções e pensamentos (Lopes et al., 2003; Sisto, 2004). Ademais, estes fatores internos provocam solidez do comportamento de um sujeito no decurso da sua vida, bem como uma diferenciação do seu comportamento para com o de outros quando se encontram inseridos no mesmo contexto (Queiroz, 1997).

A conceção de personalidade difere de autor para autor. Para Eysenck (1970), a personalidade assenta numa organização moderadamente duradoura e estável do temperamento, do carácter, e dos elementos físicos e intelectuais de um indivíduo, determinando a forma como este se ajusta ao meio ambiente: (1) o “temperamento” espelha as emoções, ou seja, o sistema comportamental afetivo; (2) o “carácter” caracteriza-se pela vontade (sistema comportamental volitivo), de maneira relativamente estável e perdurável; (3) os “aspetos físicos” dizem respeito à

configuração neuroendócrina e corporal do indivíduo; e (4) os “aspectos intelectuais” correspondem à inteligência, isto é, o sistema comportamental cognitivo.

Por sua vez, Carver e Sheier (2000 cit in Hansenne, 2005), afirmam que a personalidade é uma organização ativa, dinâmica, e cuja base é fisiológica. É composta por padrões de resposta consistentes e recorrentes, que prenunciam a forma como o sujeito se comporta perante determinada situação (Hansenne, 2005). Na perspectiva de Lizarraga (1998), a personalidade expressa-se através de aparências ou sinais externos e de ações que a pessoa manifesta e que possibilitam a previsão de elementos intrapsíquicos, direcionando-se para disposições ou conteúdos internos. De acordo com Bergner (2020), o construto em análise representa o aglomerado de estilos e características que um sujeito expressa, sendo que estas se traduzem em comportamentos pelos quais os indivíduos divergem do padrão de sujeito societal considerado normativo, e em disposições que equivalem às inclinações pessoais ou tendências naturais. Segundo a *American Psychological Association* (APA, 2024b), o conceito de personalidade abarca os comportamentos e as características persistentes que permitem que uma pessoa se adapte à vida, englobando interesses, capacidades, valores, características individuais, padrões e impulsos, relativos a emoções e auto-conceito.

Apesar de existirem múltiplas teorias, estas não conseguiram, até ao momento, explicar de forma total o construto personalidade, sendo crucial considerar as abordagens existentes dado que, cada uma delas, contém informação diferenciada sobre o mesmo (Lizarraga, 1998). Ademais, constata-se a existência de diferentes pontos de vista no que se refere aos componentes e estrutura que exercem influência sobre a personalidade (Ribeiro, 2013). No entanto, as teorias concordam que a personalidade exhibe propensão para ser única, específica e estável, particularizando o sujeito, atribuindo-lhe identidade (Sisto, 2004) e auxiliando-o no delinear do seu comportamento (APA, 2024b).

No que concerne a este tópico, a psicologia debruça-se sobre a definição, estrutura, formas adaptativas, processos dinâmicos, natureza, construções de traços, desenvolvimento e variações ao nível de divergências individuais estáveis e duradouras (APA, 2024b). Alguns autores explicam que estas atribuições erróneas a uma elevada “sensibilidade à ansiedade” podem estar associadas a memórias orientadas para o medo, predispondo, assim, a recuperação das mesmas em determinadas situações, levando ao surgimento de sintomas de ansiedade (Manfro et al., 2008). Nestas situações, o sujeito pode sentir perda de confiança em si mesmo, autocriticando-se pelo seu aparente fracasso em controlar os seus sinais e sintomas vegetativos, cognitivos e

comportamentais, o que leva a uma autoavaliação negativa do próprio (Baum et al., 2012).

1.2.2 Etiologia da personalidade

Na perspectiva de Singer (1984), é devido às expressões não verbais e verbais, e aos comportamentos explicitados em público que emerge a personalidade.

Este construto forma-se na infância e continua a desenvolver-se até à idade adulta (Hansenne, 2005), sendo o sistema nervoso e o seu funcionamento uma estrutura imprescindível na sua formação (Leontiev, 2014). Durante este percurso, e segundo alguns autores, não ocorrem variações da personalidade, à exceção da vivência de acontecimentos que possam induzir stress, como é o caso de acidentes graves ou doença prolongada (Hansenne, 2005). O mesmo autor considera que a personalidade é relativamente estável ao longo da vida, apesar de que podem existir alterações da mesma.

Por sua vez, Leontiev (2014) afirma que a personalidade não é abordada quando se fala de crianças ou de recém-nascidos uma vez que esta não é formada apenas por fatores genéticos, apesar de ser visível a presença de traços individuais nos estágios inaugurais da ontogénese. Deste modo, é possível concluir que a personalidade possui uma evolução tardia do desenvolvimento ontogenético e sócio-histórico do Homem (Leontiev, 2014).

Os indivíduos são caracterizados de diversas formas no que se refere à sua personalidade, sendo uma delas através do ambiente social e das interações estabelecidas neste ao longo da sua vida (Leontiev, 2014; Peixoto & Meneses, 2018). O meio onde estamos inseridos é um dos pilares fundamentais para o culminar dos traços de personalidade (Peixoto & Meneses, 2018; Sisto & Oliveira, 2007) dado que se caracterizam por serem ligeiramente estáveis no que diz respeito à sua atuação; todavia, está presente a hipótese de alteração devido à convivência com o meio (Sisto & Oliveira, 2007). Neste âmbito, alguns autores consideram que os traços de personalidade vão ser preservados como características inerentes ao indivíduo (Leontiev, 2014).

De acordo com diversos autores, as teorias iniciais da personalidade, ao não incluírem fatores ambientais, estão a promulgar uma definição incompleta da noção personalidade, uma vez que os fatores supramencionados atuam como estímulo e reforço para o indivíduo (Cloninger, 1999, 2003). Por outro lado, as teorias mais atuais acreditam que os traços de personalidade surgem devido às vivências do sujeito (Dantas, 2006).

Para além do fator ambiental, inúmeros autores proclamam que o desenvolvimento da personalidade é influenciado pela genética. Cattell (cit in

Cloninger, 2003) concluiu que, geralmente, um terço da personalidade é estabelecido em termos genéticos e a restante percentagem é fixada devido a influências do ambiente e do meio social. Já Eysenck (cit in Cloninger, 2003) considerava as influências situacionais e ambientais na nossa personalidade, mas acreditava que estas eram baixas, adicionando que as dimensões e os traços são definidos principalmente pelo fator hereditário; no entanto, os estudos referem a presença de um componente genético maior no neuroticismo e na extroversão em relação ao psicoticismo.

Segundo alguns autores, quer as influências ambientais quer as genéticas contribuem para a mudança e/ou estabilidade nos traços de personalidade (Bleidorn et al., 2021), sendo que é pouco conhecido o poder que ambas exercem neste construto (Wagner et al., 2020).

1.2.3 Abordagem dos traços

A personalidade é constituída por dimensões que são os elementos estruturais básicos (Almiro & Simões, 2011), decompostas em fatores de predisposição, que vão determinar a personalidade persistente e constante, bem como a interligação dos seus traços (Almiro & Simões, 2011).

Segundo Hansenne (2003), os traços de personalidade assentam em construções teóricas cuja base é composta de correlações entre as diversas respostas que os indivíduos tenham o hábito de manifestar. O mesmo autor refere, ainda, que a presença dos traços de personalidade consegue ser validada de forma empírica e que estes não são apenas um hábito, mas são passíveis de serem determinados e observados, não possuindo natureza unicamente lógica. Para Allport (cit in Hansenne, 2003), os traços de personalidade são a melhor unidade para explorar a personalidade, uma vez que consistem em predisposições para responder da mesma maneira perante estímulos distintos. Deste modo, atestam a estabilidade dos comportamentos durante o ciclo de vida e nas diversas situações que possam surgir, exercendo especial influência no modo como os acontecimentos experienciados são percebidos (Cattell & Mead, 2008; Kandler et al., 2014). Ainda, segundo Allport (1961), os traços de personalidade definem-se como padrões de sentimentos, comportamentos, pensamentos e esforços, permitindo diferenciar os indivíduos. Assim, consagra-se que estes traços têm a capacidade de predizer, de modo poderoso e estável, resultados que decorrerão ao longo da vida mediante determinados acontecimentos (Soto, 2021). Já para Cloninger (2003), os traços de personalidade podem ser entendidos como sendo um agrupamento focal de características passíveis de serem conferidas a um sujeito no seio de grupos distintos. De acordo com Catell (cit in Hansenne, 2003), os traços são entidades permanentes e herdadas, que evoluem durante a vida.

Para Eysenck, um exemplo de traço é o neuroticismo na dimensão Neuroticismo-Estabilidade Emocional, sendo aquele também intitulado por fator de segunda ordem (Hansenne, 2003). De acordo com diversas investigações, as dimensões e os traços que Eysenck sugeriu encontram-se estáveis durante todo o ciclo vital, mesmo que o indivíduo tenha experiências ambientais e sociais diferentes (Cloninger, 2003).

Apesar de todas estas concepções, é possível afirmar que os traços de personalidade exibem uma descrição detalhada da personalidade (Cloninger, 1999, 2003), assentando na qualidade e no conjunto das características relativas às emoções e aos comportamentos que são demonstrados quando o indivíduo contacta com o ambiente (Sousa, 2012; Thomas & Castro, 2012). Caracterizam-se por serem estáveis na medida em que possibilitam a previsão de comportamentos (Soto, 2019, 2021), tendo o poder de serem alterados ao longo da vida, de modo a manifestar maior maturidade psicológica; apesar disto ainda pouco se conhece acerca da sua mudança (Bleidorn et al., 2021).

Segundo diversos autores podemos abordar o construto traço de personalidade por diversas formas.

Cattell apresenta a distinção entre dois tipos de traços: traços comuns e os traços únicos (Cattell & Mead, 2008; Kandler et al., 2014). Os primeiros podem ser mensuráveis em todos os sujeitos, divergindo mais em intensidade do que na sua forma; por seu lado, os traços únicos correspondem a traços concretos de um sujeito (Cattell & Mead, 2008; Kandler et al., 2014). Ainda, Cattell diferencia entre traços fontes e traços de superfície. Os traços fontes caracterizam-se por serem traços base e são compostos por outros três tipos de traços: traços ligados ao temperamento e às emoções, traços dinâmicos e traços conectados à habilidade (Cattell & Mead, 2008; Kandler et al., 2014). Os traços de superfície têm no seu cerne características da personalidade e que estão correlacionadas entre si, sendo fixadas por mais do que uma fonte (Cattell & Mead, 2008; Kandler et al., 2014). Por sua vez, Allport (cit in Hansenne, 2003) diferenciou traços comuns que se encontram na população de uma determinada cultura, e traços individuais que correspondem a traços que diferem de sujeito para sujeito.

Surge, assim, a abordagem dos traços, que se debruça principalmente sobre o estudo dos comportamentos de um indivíduo com o fim de o entender, fundamentando-se em fatores, quer ambientais quer hereditários (Nunes et al., 2009). Esta abordagem considera que os sujeitos constroem a sua identidade ativamente, gerem racionalmente os acontecimentos modernos, possuem controlo consciente sobre a sua própria vida e arquitetam planos para o futuro (Giddens, 1991; Schultz & Schultz,

2003). Estes últimos autores reportam, ainda, que os comportamentos dos adultos emocionalmente saudáveis não são motivados por conflitos da sua infância e que, no decurso do processo desenvolvimental, edificamos e praticamos um estilo de vida que se caracteriza por ser idiossincrático, no qual o presente e o futuro possuem uma influência sobre nós maior do que o passado.

1.2.4 Modelo Big Five

Este modelo tem a sua origem em duas bases distintas: a psicolexical e a de medida (Gomes & Golino, 2012). Assim, e como citado por estes últimos autores, Goldberg (1992, 1993) surge como um dos principais representantes da primeira (psicolexical) adotando a terminologia "Big Five". Já o segundo, tem como principais autores Costa e McCrae (1992) e utilizam a denominação de "Five Factor Model" (FFM), para este modelo.

Estruturalmente, o modelo Big Five perspetiva a personalidade como sendo uma hierarquia de traços englobados perante cinco domínios (Filho et al., 2012; Gosling et al., 2003; Trentini et al., 2009), capazes de especificar a personalidade (Benet-Martinez & Oliver, 1998). As teorias correntes de traços, sendo uma delas a do Big Five (ou modelo dos cinco fatores), referem que os traços de personalidade se consideram como sendo padrões moderadamente duradouros de sentimentos, ações e pensamentos, mantendo a sua consistência perante contextos diversos (Allemand et al., 2008), bem como a sua estabilidade temporal (Bleidorn et al., 2021).

Este modelo integra a personalidade, descreve-a (Bighetti, 2010; Lima & Simões, 2003) e compara-a com outras (Lima & Simões, 2003; Sadowski & Cogburn, 1997), de maneira simplificada (Silva & Nakano, 2011), sendo apontado por diversos autores como o melhor modelo, atualmente, para este fim (Bartholomeu et al., 2010; Lima & Simões, 2003; Peixoto & Meneses, 2018). Ainda, tem em conta a relação, exibida pelo traço, entre as vivências de um sujeito e a sua herança biológica (Costa & McCrae, 1998), permitindo estudar o desenvolvimento de características (Costa et al., 2019) e prever comportamentos perante certas situações (Lima & Simões, 2003). Posto isto, considera-se um instrumento fundamental para validar o conceito/a noção de personalidade (Sadowski & Cogburn, 1997).

A teoria do Big Five assenta em cinco grandes domínios/fatores sendo estes: Amabilidade (A), Conscienciosidade (C), Extroversão (E), Neuroticismo (N) e Abertura à experiência (O) (Cabrera-Paniagua & Rubilar-Torrealba, 2021; Costa & McCrae, 2000; Hao et al., 2024; McCrae & Costa, 2004; Northup et al., 2022; Robert & Yoon, 2021), classificados por meio de cinco escalas de domínios, cada uma composta por seis facetas (Lima & Simões, 2003), que possibilitam o entendimento da personalidade

(Costa & McCrae, 2000; McCrae & Costa, 2004). Na perspectiva de Cabrera-Paniagua e Rubilar-Torrealba (2021), estes domínios salientam que cada sujeito pode experienciar reações distintas perante o mesmo evento, condicionando sentimentos, pensamentos e comportamentos do mesmo.

Este modelo apresenta algumas contestações; no entanto, segundo Costa e McCrae (1992 cit in Peixoto & Menezes, 2018) os cinco grandes fatores que o integram possuem características positivas, tais como a universalidade e a estabilidade permitindo que os mesmos sejam analisados tendo em conta o nível cultural e o sexo. Cada um deles apresenta um *continuum*, segundo o qual o sujeito encontra-se numa posição dessa “linha” de pontuação para cada um dos diversos traços (Benet-Martinez & Oliver, 1998).

Começando pela Amabilidade/Socialização (A), esta debruça-se acerca da qualidade relacional, isto é, o quão acessível o sujeito se encontra para se relacionar com outros (Cabrera-Paniagua & Rubilar-Torrealba, 2021; Costa & McCrae, 2000; Palma, 2012; Trentini et al., 2009), num *continuum* desde a compaixão até à contrariedade nas ações, nos sentimentos e nos pensamentos (Lima & Simões, 2003). Segundo este traço, um sujeito consagra-se prestável, generoso e altruísta, confiando nos demais (Cabrera-Paniagua & Rubilar-Torrealba, 2021). Quando o sujeito obtém pontuação elevada nesta dimensão, este pode ser caracterizado como sendo um indivíduo que consente a opinião de terceiros, que deixa os seus sentimentos falarem mais alto, que manifesta empatia, simpatia, generosidade, preocupação em relação aos outros, bem como sinceridade e frontalidade na interação interpessoal (Cangussú & Ferreira, 2015; Silva et al., 2007; Sisto & Oliveira, 2007), cuidadoso e altruísta, que exprime sentimentos de amor, agradabilidade social, apoio emocional (Bartholomeu et al., 2010), bondade, que é prestável, sentimental, reto, com predisposição para perdoar, crédulo e de confiança (Lima & Simões, 2003). Por outro lado, ao pontuar baixo, o sujeito pode ser identificado como egoísta, hostil, invejoso, indiferente relativamente a outros (Bartholomeu et al., 2010), pouco simpático, não cooperativo e rude (Palma, 2012).

A Conscienciosidade/Realização (ou Escrupulosidade) (C), mede o grau de motivação, persistência e organização no comportamento para executar uma atividade dirigida a uma meta (Cabrera-Paniagua & Rubilar-Torrealba, 2021; Lima & Simões, 2003). É composto por dois polos: um onde prevalecem indivíduos caracterizados como sendo mais descuidados e preguiçosos e outro onde predominam indivíduos identificados como sendo mais escrupulosos e de confiança (Lima & Simões, 2003). Para além disto, está associada ao nível de perseverança, organização e controlo (Chew & Dillon, 2014; Costa & McCrae, 2000; Palma, 2012; Trentini et al., 2009),

confiabilidade, responsabilidade (Cabrera-Paniagua & Rubilar-Torrealba, 2021) e orientação para determinadas atividades (Sadowski & Cogburn, 1997). Ao obter valores elevados nesta dimensão, é possível caracterizar um indivíduo como confiável, habilitado para enfrentar diversas situações, motivado para um objetivo, trabalhador, decidido, organizado, ponderado e cauteloso no que concerne aos seus pensamentos, e acata padrões de comportamento e normas sociais (Cangussú e Ferreira, 2015; Silva et al., 2007; Sisto & Oliveira, 2007).

Segundo Lima & Simões (2003), a dimensão Extroversão (E) avalia a habilidade de um sujeito para demonstrar alegria, nível de atividade, sociabilidade, exigência de estimulação, força e porção (quantidade) das relações com outros (Chew & Dillon, 2014; Lima & Simões, 2003), comunicação das pessoas, bem como a sua interação com terceiros (Chew & Dillon, 2014; Peixoto & Meneses, 2018). Ademais, associa-se aos níveis de sociabilidade e de afetividade positiva presentes num sujeito (Cabrera-Paniagua & Rubilar-Torrealba, 2021; Costa & McCrae, 2000; Palma, 2012), sendo uma pessoa otimista e assertiva (Cabrera-Paniagua & Rubilar-Torrealba, 2021). Um sujeito que apresente pontuações elevadas na Extroversão está propenso a vivenciar emoções positivas, a ser sociável, ativo, amigável, assertivo, afetuoso, disponível para novos desafios e sentimentos positivos em relação aos próprios (Cangussú & Ferreira, 2015; Silva et al., 2007; Sisto & Oliveira, 2007), otimista e falante (Bartholomeu et al., 2010).

Neuroticismo (N) representa o *continuum* do ajustamento à flutuação das emoções (Cabrera-Paniagua & Rubilar-Torrealba, 2021; Lima, 1997). Está relacionado com a possibilidade de um indivíduo experimentar estados emocionais negativos, bem como ao grau de adaptação e instabilidade emocional do mesmo (Brandes & Bienvenu, 2006; Costa & McCrae, 2000; Palma, 2012). Como resultado, o indivíduo tem uma inclinação para ver a sociedade de forma negativa (Cabrera-Paniagua & Rubilar-Torrealba, 2021; Chew & Dillon, 2014), sendo pouco tolerante a situações com níveis de stress significativos, ficando inseguro e nervoso (Cabrera-Paniagua & Rubilar-Torrealba, 2021). Numa extremidade, encontram-se sujeitos inclinados para a desigualdade das emoções, respostas de *coping* desadaptativas, desejos e necessidades exageradas, e ideias utópicas; na outra extremidade observam-se indivíduos resistentes, satisfeitos consigo mesmos, tranquilos, calmos, não emotivos e seguros (Lima, 1997). Ao avaliar este traço de personalidade, e quando o sujeito apresenta pontuações elevadas nesta dimensão em questão, é verificada uma tendência, por parte do indivíduo, para sentir maior desconforto junto de terceiros, experienciar sofrimento emocional e exibir características que podem estar associadas à depressão, ansiedade, impulsividade, dependência (Cangussú & Ferreira, 2015; Lopes et al., 2014; Nunes, 2005; Silva et al., 2007; Sisto & Oliveira, 2007), hostilidade, afeto negativo e positivo,

nervosismo, instabilidade emocional, vulnerabilidade, tristeza, temor, melancolia e auto-crítica (Bartholomeu et al., 2010). Contrariamente, uma pontuação mais baixa reflete sujeitos mais estáveis em termos emocionais, com níveis de ansiedade mais baixos (Cangussú & Ferreira, 2015; Silva et al., 2007; Sisto & Oliveira, 2007), autocontrolados e pouco impulsivos (Nunes & Hutz, 2002).

Por último, a Abertura à Experiência (O) está associada ao valor que um indivíduo confere a experiências novas e às suas ações de exploração (Chew & Dillon, 2014; Peixoto & Meneses, 2018). Nos dois polos deste domínio situam-se ou indivíduos pragmáticos, convencionais, sem disposição para as artes e com poucos interesses, ou indivíduos originais, criativos, curiosos e sem apreciação pelo igual (não tradicional) (Lima & Simões, 2003). Este domínio abarca criatividade, imaginação, curiosidade e os indivíduos exibem flexibilidade de pensamento e abertura para novas experiências (Bartholomeu et al., 2010; Cabrera-Paniagua & Rubilar-Torrealba, 2021). Pontuar alto nesta dimensão pode caracterizar o indivíduo como sendo uma pessoa curiosa, criativa, que atribui importância ao que sente, que aprecia a beleza, que consegue reposicionar valores da sociedade e que preza ter sempre algo para fazer (Cangussú & Ferreira, 2015; Silva et al., 2007; Sisto & Oliveira, 2007).

É de referir que não se constata concordância, em termos gerais, relativamente ao modelo em questão (Peixoto & Meneses, 2018), bem como no que se refere aos constituintes e/ou características, traços e fatores de cada dimensão da personalidade. Por outro lado, existe concordância no que se refere à análise do indivíduo, tendo por base os cinco fatores (Costa & McCrae, 1998; Palma, 2012).

Uma das limitações deste modelo recai sobre a pouca particularidade constatada no que se refere à definição dos cinco traços (Briggs, 1992). Uma outra limitação assenta no facto de não existir fundamentação teórica que consiga esclarecer o porquê da constituição global da personalidade se dever às cinco dimensões descritas (Goldberg, 1993; Palma, 2012).

2. Aspetos Cognitivos

Este capítulo pretende apresentar uma abordagem teórica dos aspetos cognitivos que foram considerados pertinentes para este estudo. Assim, será abordado o conceito de estímulo, bem como algumas noções básicas relativas à perceção com ênfase na perceção visual, atenção, memória e imagética.

2.1 Conceito de estímulo

O ambiente que nos rodeia é sistematicamente alterado e, para conseguirmos acompanhar as mudanças que se sucedem e enfrentarmos os seus desafios, é necessário que tenhamos compreensão acerca do mesmo (Brosch et al., 2010). Segundo alguns autores, este entendimento é produzido por uma representação mental interna dos estímulos aos quais temos acesso direto no nosso ambiente e é auxiliada através da incorporação veloz de imensas informações provenientes de estímulos adquiridos categoricamente, sendo que uns são identificados como mais importantes que outros no que diz respeito à nossa sobrevivência e bem-estar (Favela & Machery, 2023; Frings et al., 2023; O'Neil, 1965).

Alguns autores explicam a noção de estímulo referindo-se a este como um fenómeno que atua sobre os recetores sensitivos do Sistema Nervoso, na interação estímulo-resposta, devido à atuação dos seus atributos pulsionais que providenciam, de forma indireta, informação acerca do objeto (Favela & Machery, 2023; Ishikawa, 2023; O'Neil, 1965). Posto isto, os autores referem que as informações oriundas dos estímulos podem ser consideradas como ilusórias ou verídicas (O'Neil, 1965; Rosa, 2012).

Ao identificar um determinado estímulo verificamos a existência de um padrão concreto de qualidades relativas a sensações gerais que compõe o seu carácter e que nos possibilitam reconhecer o mesmo (Favela & Machery, 2023). Através destes dois parâmetros, conseguimos depreender aquilo que observamos (Maia, 2011). Assim, é expectável que exista concordância entre os estímulos e as sensações que originam, devido à eficácia e precisão do trabalho cooperativo e integrado dos órgãos dos sentidos (Alexandre & Tavares, 2007; Frings et al., 2023).

Diante da imensidão de estímulos existentes, a presente Dissertação concentrou-se nos estímulos visuais. A grande maioria das investigações no campo das neurociências recorre à apresentação de estímulos visuais a um indivíduo (Müller, et al., 2003; Peirce, 2009) com o intuito de analisar a atividade cerebral consequente da exibição do estímulo e as suas aptidões de interação com esse mesmo estímulo (Müller, et al., 2003; Peirce, 2009; Verwey, 2024).

O estímulo visual permite-nos criar imagens, fazendo deste um estímulo essencial dado que, para conhecermos algo é preciso que, primeiro, o consigamos ver (Maia, 2011). O sistema visual dispõe de capacidade restrita no que se refere ao processamento, visto que um evento possui variados objetos que disputam lugar na representação neuronal e esta ocorre devido à tal capacidade limitada (Pessoa et al., 2002).

De referir, ainda, que alguns autores consideram quando falam de estímulos visuais e não só, relativos por exemplo ao medo a um determinado estímulo, que estes se podem dividir em estímulo de medo e estímulo temido (Rosa, 2012). Para este último autor, o estímulo de medo relevante ou *fear-relevant stimulus* pode ser caracterizado como um determinado estímulo que tem a capacidade de desencadear uma resposta de medo em indivíduos saudáveis e deste fazem parte, entre outros: cobras, aranhas e faces ameaçadoras. No que concerne ao estímulo temido ou *feared stimulus*, segundo Rosa (2012), este pode ser descrito como um estímulo que provoca uma resposta fóbica em indivíduos com uma fobia específica.

2.2 Perceção

Tal como já referido, o meio que nos rodeia está repleto de estímulos que o ser humano consegue perceber. A ativação do sistema humano relativo às sensações é muitas vezes regulada pelo conjunto desses estímulos que se encontram no ambiente circundante (Schreuder et al., 2016). Assim, surgem as sensações, que aludem à forma como as informações do mundo são captadas e detetadas pelos órgãos dos sentidos, envolvendo a consciência básica das experiências sensoriais como o som, o odor, a cor, a forma, o sabor, a temperatura, a pressão, a dor, a tensão muscular, entre outras (Busse et al., 2017). A ocorrência constante de sensações representa a perceção humana, estando fundamentada nos sentidos (Alexandre & Tavares, 2007). De acordo com estes últimos autores, cada indivíduo tem perceções que se distinguem a partir dos aspetos físicos de um estímulo, decifrando-o mediante vivências passadas que estejam relacionados com este, permitindo que o cérebro seja capaz de adquirir conhecimento e/ou reconhecimento acerca de um estímulo.

Segundo Brosch e colaboradores (2010), a perceção é a modificação do estímulo proximal numa tarefa subjetiva, identificável e acessível, que se torna numa ativação de uma dada categoria mental. Ao se investigar a perceção, conclui-se que esta se debruça sobre o entendimento de como a informação oriunda das nossas sensações é modificada num sistema organizativo referente ao mundo, tornando-se necessário ter em consideração as vivências diárias e o meio que nos rodeia (Maia, 2011). Assim, no

ato perceptivo interagem recíproca e ativamente dois componentes, aquilo que é percebido e o que se interpreta do mesmo, estabelecendo uma relação entre si com o auxílio dos nossos sentidos, devido à ligação estabelecida instantaneamente com o que nos rodeia, mesmo antes de se iniciarem as reflexões verbais que conseguimos efetivar (Maia, 2011).

A categorização das percepções ajusta a forma como apreendemos os estímulos do meio envolvente, sendo que aquela faculta uma definição do mundo à nossa volta (Brosch et al., 2010). Na perspectiva dos mesmos autores, ao colocarmos um estímulo numa determinada categoria, estamos a aglomerá-lo com outros atributos idênticos, com conseqüente diminuição da multiplicidade de informação proveniente do exterior. De referir que, certas categorias de estímulos evidenciam maior importância para a nossa sobrevivência e o nosso bem-estar, sendo que estes estímulos potenciam percepções que se caracterizam por serem rápidas e adaptativas (Brosch et al., 2010). Ao entender como decorrem os processos de percepção, estamos a expandir a nossa compreensão de parâmetros do quotidiano, da criatividade e da comunicação (Sakamoto & Lucio, 2017).

O estudo da percepção pode ser subdividido de várias formas. Uma delas prende-se com a relação entre a percepção e os sentidos e surge categorizada em percepção visual, percepção auditiva, percepção olfativa, percepção háptica e percepção gustativa (Galotti, 2017). Para este estudo concentramo-nos na percepção visual.

2.2.1 Percepção visual

A visão é um dos elementos do sistema sensorial que se desenvolve primeiro e é o sentido que consegue captar um conjunto maior de informações (Alexandre & Tavares, 2007). Segundo estes últimos autores, uma outra característica deste sentido prende-se com a capacidade de paralelismo, isto é, mesmo tendo a atenção focada num determinado ponto visual, o que lhe circunvizinha, num raio bastante largo, também é alvo do sistema visual.

A percepção visual corresponde ao conjunto de elementos que recebem informação do meio através do processamento efetuado pelo sistema visual (Barbot & Carrasco, 2018; Maia, 2011; Rosa, 2012). Ao observarmos um determinado objeto, conseguimos constatar as suas características mais proeminentes (Rosa, 2012). Esta informação fica retida na memória sensorial, que desaparece quando deixamos de observar o estímulo (Maia, 2011). Ao ser observado novamente, este estímulo acarreta diversas sensações que se encontram armazenadas na nossa memória (Gomez-Marin & Sheldrake, 2023).

Ainda neste tópico, é importante abordar o modelo da percepção visual humana e, para tal, é necessário conhecer as diversas fases de processamento no sistema de percepção humano (Alexandre & Tavares, 2007; Robinson-Riegler & Robinson-Riegler, 2011). Segundo estes últimos autores, o sistema de percepção humano fraciona-se em três fases: 1) processamento paralelo, 2) percepção de padrões a imagem formada, e 3) processamento sequencial dirigido.

No que diz respeito à primeira fase, esta debruça-se acerca daquilo que o sujeito deve prestar atenção, sendo as informações, principalmente, de cariz transitório (Robinson-Riegler & Robinson-Riegler, 2011). Uma vasta gama de neurónios opera, paralelamente, para processar a informação visual de modo a compreender as características de fragmentos da imagem visual que percecionam, tais como cor, orientação dos contornos, padrões de movimento e textura (Alexandre & Tavares, 2007; Foley & Matlin, 2010; Robinson-Riegler & Robinson-Riegler, 2011). Na segunda fase verifica-se a presença de processos ativos responsáveis pela separação veloz do campo visual em padrões simples e regiões (Alexandre & Tavares, 2007). Esta segunda fase abarca mecanismos *bottom-up* (BU) e *top-down* (TD), mecanismos mnésicos, movimentos orientados pela visão com o objetivo de identificar e dar relevância aos estímulos (Foley & Matlin, 2010; Robinson-Riegler & Robinson-Riegler, 2011). Por fim, na terceira etapa, deparamo-nos com imagens na nossa memória visual por meio da atenção ativa (Foley & Matlin, 2010), permitindo que os mecanismos mnésicos auxiliem na resposta às questões da visão (Robinson-Riegler & Robinson-Riegler, 2011). Na presente fase, aquilo que se encontra em memória durante um intervalo temporal possibilitará edificar ou esclarecer os estímulos visuais (Alexandre & Tavares, 2007; Robinson-Riegler & Robinson-Riegler, 2011).

Alguns autores referem, ainda, que as experiências prévias constituem um fator relevante na percepção visual, dado que só conseguimos entender aquilo que já possuímos em memória (Foley & Matlin, 2010). Assim, conforme vamos obtendo informações recentes, a percepção e a memória sofrem modificações (Alexandre & Tavares, 2007). Posto isto, estes últimos autores, referem que a percepção visual provém da interação que ocorre entre informações internas, suportadas pelo conhecimento já adquirido, e informações externas, assimiladas pelo sistema visual.

No campo da Psicologia, existem diversas teorias referentes à percepção visual sendo de destacar: o gestaltismo, o construtivismo e o ecológico (Santos & Mesquita, 1991). Os modelos tradicionais contemplam a percepção visual como indireta e divulgada pela imagem retiniana (Foley & Matlin, 2010; Santos & Mesquita, 1991). Portanto, abordar o tema da percepção visual significa ter em conta os estímulos visuais que sofrem projeção na nossa retina, tendo como objetivo compreender o modo como

os indivíduos alcançam uma determinada percepção, fundamentando-se nas unidades relativas às sensações (Foley & Matlin, 2010; Santos & Mesquita, 1991).

Dos diversos paradigmas referidos anteriormente, passamos a explicar um pouco melhor os três indicados. A Teoria da Gestalt é uma abordagem que conceptualiza a percepção como um todo, onde a totalidade das experiências perceptivas completam as suas partes individuais (Maia, 2011). Esta teoria surgiu em 1912 com os trabalhos de Wertheimer, Köhler e Koffka (King & Stott, 2020). A teoria da Gestalt propõe que o ato de perceber envolve dois eixos principais relacionados com as experiências individuais: 1) físico, já que a percepção envolve os órgãos sensoriais, os quais captam diversos estímulos; e 2) subjetivo, pois a informação recebida dos estímulos é interpretada e pode ser influenciada por aspetos culturais, individuais e sociais (Sakamoto & Lucio, 2017; King & Stott, 2020). Os proponentes desta teoria sustentam que os princípios perceptivos destacam que o nosso conhecimento do mundo provém diretamente dos nossos sentidos (Sakamoto & Lucio, 2017). De acordo com a teoria da Gestalt, os elementos de um todo estruturam-se de acordo com certas leis. Assim, para Wertheimer (1923), os princípios organizativos perceptivos recaem sobre 1) Continuidade - tendência para percecionar os elementos conectados como uma linha ou padrão contínuo numa única direção; 2) Simplicidade - percepção de imagens da forma mais simples e clara possível, descrita pelos gestaltistas como "boa forma", sendo estável e simétrica, sem se transformar em algo mais complexo; 3) Complementação - capacidade perceptiva de completar imagens incompletas; 4) Proximidade - tendência de percecionar elementos próximos uns dos outros, espacial ou temporalmente, como uma unidade; 5) Figura/Fundo - tendência para percecionar uma figura principal do seu fundo ou plano de fundo; e 6) Semelhança - tendência de agrupar elementos similares como se estivessem ligados (Maia, 2011; Wagemans, et al., 2012). A teoria gestaltista assenta, assim, numa postura inata e determinista, mencionando que percecionar se debruça sobre conceder significado a uma dada condição externa, caótica e inacessível, segundo normas organizativas inatas (King & Stott, 2020). O Gestaltismo demonstra uma enorme contribuição no que concerne ao estudo da tarefa perceptiva (Santos & Mesquita, 1991). Apesar disto, esta teoria é colocada em causa por alguns autores que referem que a validade ecológica da referida teoria aparece como restrita (Santos & Mesquita, 1991). As suas demonstrações e os seus princípios são admissíveis a representações bidimensionais extremamente simples, expressando-se num baixo valor em ocorrências na nossa vida diária que envolvam o ato de percecionar (Gordon, 1989). De acordo com Santos e Mesquita (1991), o método perceptivo pode ser encarado como uma tarefa organizada e dinâmica, que permite conferir um significado a um determinado estímulo que não se encontra estruturado.

Outra das teorias clássicas relativas à percepção visual é a construtivista (Hagen, 1980), denominada, também, como empiricismo (Gordon, 1989) ou abordagem cognitivista da percepção (Katz, 1983). A teoria construtivista traduz-se no reconhecimento de leis organizativas, que permitem fixar a percepção de figuras como sendo unidades completas e coerentes, num fundo não estruturado (Santos & Mesquita, 1991). Esta teoria adota uma posição probabilística e interpretativa, afirmando que o ato de perceber recai sobre a interpretação de uma conjuntura caótica, externa e inacessível (Goldhaber, 2021; Santos & Mesquita, 1991). Esta foi perspectivada como um dos paradigmas gerais da percepção visual, e foi proposta por Herman von Helmholtz (1821-1894, cit in Santos & Mesquita, 1991). Para os defensores desta abordagem, de cariz construtivo e indireto, os estímulos visuais não se encontram organizados nem possuem significado e são considerados mutáveis (Goldhaber, 2021). As imagens projetadas na retina e as sensações provenientes destas, não constituem elementos suficientes para proporcionar uma percepção completa (Goldhaber, 2021; Santos & Mesquita, 1991). Desta forma, a tarefa perceptiva fundamenta-se num processo de probabilidades de inferência, submetido a experiências passadas e a associações já elaboradas pelo indivíduo (Goldhaber, 2021; Santos & Mesquita, 1991).

Alguns autores referem que ambas as abordagens, até agora apresentadas, se consideram inconsistentes e apresentam disparidades, sendo a principal limitação a apropriação dos resultados adquiridos às questões perceptivas, bem como a validade ecológica dos seus resultados (Santos & Mesquita, 1991).

Para tentar colmatar uma das duas limitações apresentadas, o modelo ecológico de James Gibson constata-se testável de forma empírica e com coerência teórica, estabelecendo que a percepção é uma atividade automática e direta que possibilita a aquisição de informação (Bingham 2021; Santos & Mesquita, 1991). Esta abordagem viabiliza a solução das disparidades internas exibidas pela Teoria da Gestalt e pela Teoria do Construtivismo (Heras-Escribano, 2021; Santos & Mesquita, 1991). James Gibson, tendo como suporte uma reavaliação da interação entre o estímulo e o ser vivo, da sua natureza e das suas características, coloca em causa as visões contemporâneas e tradicionais referentes à percepção visual (Bingham 2021; Santos & Mesquita, 1991). Estes autores sugerem que a abordagem ecológica se pode caracterizar por ser explicativa, uma vez que questiona a terminologia, os resultados empíricos, os fundamentos, a relevância dos problemas, as conceptualizações e os modelos experimentais dos paradigmas clássicos relativos à percepção visual. O paradigma ecológico, interdependente e relativista, possibilita ultrapassar as controvérsias apontadas ao gestaltismo e ao construtivismo (Bingham 2021; Heras-Escribano, 2021; Santos & Mesquita, 1991).

Uma outra abordagem que surgiu foi a computacional, cujo autor mais relevante é David Marr (Santos & Mesquita, 1991). Os pontos fulcrais desta abordagem que se encontra relacionada com o paradigma ecológico assentam na separação de mediatizações da cognição ou das sensações, na defesa de um parecer integracionista da atividade perceptiva visual, e na reavaliação da função do estímulo (Bingham 2021; Heras-Escribano, 2021). Os assuntos centrais deste modelo conseguem enquadrar-se no estádio computacional da abordagem defendida por Marr (Santos & Mesquita, 1991). Assim, segundo este último autor, numa tentativa de tornar este paradigma universal, Marr integra conteúdos relativos à Inteligência Artificial, Neurofisiologia e Psicologia Experimental. Deste modo, perceber passou a ser analisado como uma forma de agregação profunda de tratamento de conteúdos que, subsequentemente, criará representações (Bingham 2021; Santos & Mesquita, 1991). Para o autor deste modelo, representação de um estímulo é uma técnica que possibilita especificar determinadas informações ou entidades do mesmo (Marr, 1985, p. 29). Esta definição fixa-se como diferente e, de certa forma, mais precisa em comparação com as definições da teoria construtivista, segundo Marr (cit in Gordon, 1989) referindo a existência de três níveis de entendimento relativos ao processamento de informações: 1) implementação numa base física, 2) representação do algoritmo, e 3) teoria computacional (Warren, 2012). Marr formulou, assim, uma abordagem determinista e discriminou os estádios de entendimento da tarefa perceptiva, declinando a intervenção de sequências da percepção, pelo menos nas etapas primárias de processamento e negando a diminuição da explanação de questões no que concerne ao estádio neurofisiológico (Santos & Mesquita, 1991; Warren, 2012). Desta forma, ultrapassou algumas fraquezas do paradigma construtivista, quando este refere uma intervenção comum de atos cognitivos na tarefa perceptiva e do modelo gestaltista quando este teoriza sobre o desempenho das conceções organizativas tendo como suporte técnicas neurofisiológicas (Eysenck & Groome, 2023; Santos & Mesquita, 1991). Rematando, o autor da abordagem computacional sugere que esta é capaz de se descrever como ascensional, operando deterministicamente (Santos & Mesquita, 1991; Warren, 2012).

2.3 Atenção

A capacidade atencional do ser humano é limitada e, por tal, torna-se difícil processar tudo o que se vê, pois caso contrário poderia ocorrer uma sobrecarga de informação (Rosa, 2012). Na perspetiva de Rao (2003) e De Weerd (2003), o construto atenção corresponde a um mecanismo através do qual somos capazes de processar, de modo ativo, um certo número de informações no meio de tantas outras que são

captadas pelos nossos sentidos e que, posteriormente, podem ser ou não retidas na memória, por meio de processos inconscientes e/ou conscientes (Sternberg & Sternberg, 2012).

Alguns autores consideram que se pode analisar a atenção por duas linhas: a atenção endógena ou voluntária e a atenção exógena ou reflexiva (Landry et al., 2023; Rosa, 2012). A primeira é mais lenta e voluntária, o que indica que a dirigimos ativamente para um determinado estímulo com o intuito de identificar e processar o mesmo de forma mais eficaz (Fernández et al., 2022; Landry et al., 2023). Já a segunda, é mais rápida e automática, levando a que o indivíduo direcione a sua atenção para uma área visual específica na qual os estímulos se caracterizam pela sua natureza de novidade, incongruência e/ou saliência (Fernández et al., 2022; Landry et al., 2023).

Para além desta análise, os modelos atencionais podem ainda ser analisados tendo em conta dois mecanismos: os de *bottom-up* (BU) e os de *top-down* (TD) (Fang et al., 2014; Franco, 2024; Pessoa et al., 2002; Rosa, 2012). Segundo alguns autores o primeiro mecanismo BU orienta-se por estímulos e não depende de tarefas, fundamentando-se nas características de um cenário visual (Franco, 2024; Rosa, 2012; Sternberg & Sternberg, 2012). Por sua vez, o segundo mecanismo depende de tarefas e está associado ao processamento cognitivo sob manipulação de compensações, do conhecimento anterior, expectativas, distribuição de recursos, entre outros (Franco, 2024; Sternberg & Sternberg, 2012). De acordo com Franco (2024), o mecanismo de BU ocorre de forma espontânea, rápida e involuntária. Este tipo de processamento de atenção visual remove anomalias, tais como objetos ou outros estímulos, nos seus espectros de contraste, forma, cor e localização (Rosa, 2012). Por sua vez, Franco (2024) refere que o mecanismo de TD ocorre em circuito fechado, voluntário e lento. Neste âmbito, quando o sujeito se foca na tarefa, debruça-se sobre informações que considera importantes quer seja para a adequação do seu comportamento e/ou para atingir as suas metas na tarefa em questão (Borji, 2019). Segundo diversos autores, o mecanismo de BU exerce influência sob o TD, promovendo a melhoria dos processos atencionais (Franco, 2024; Rosa, 2012).

A capacidade atencional e de concentração varia tendo em conta diversos aspetos dos quais se destacam: 1) excitação, 2) *expertise* para a tarefa, 3) ansiedade e 4) dificuldade de tarefa (Sternberg & Sternberg, 2012). Referente ao primeiro tópico, em diversas situações a excitação consegue promover o aumento da capacidade atencional, e em situações de maior cansaço e/ou sonolência ocorre o efeito contrário (MacLean et al., 2009). Relativamente ao segundo ponto, quanto mais prática e conhecimento tivermos ao executar uma tarefa, melhor será a nossa atenção na realização da mesma (Silva et al., 2020). Referente ao terceiro ponto, a ansiedade (estado ou traço) restringe

a nossa capacidade atencional, ou seja, níveis elevados de ansiedade podem potenciar uma diminuição da capacidade atencional para a tarefa (Eysenck & Byrne, 1992). Por fim, caso a atividade que estivermos a executar seja nova ou percecionada como difícil para o sujeito, esta vai requerer maiores níveis de atenção quando comparada com tarefas percecionadas, pelo sujeito, como mais fáceis ou rotineiras (Silva et al., 2020; Sternberg & Sternberg, 2012).

2.4 Memória

Durante o nosso ciclo vital, vamos acumulando conhecimento das diferentes sensações, por meio de (re)interpretação, cada vez que nos relembramos de algo (Damásio, 1994; Maia, 2011).

Quando se recebe alguma informação por meio da visão, esta ativa a memória sensorial visual, sendo este um dos componentes que contribuem para o sistema da percepção visual (Olivers & Roelfsema, 2020; Pearson & Brascamp, 2008). A memória sensorial visual ocorre por um processo automático que se encontra, muitas vezes, fora do controlo do indivíduo, uma vez que o surgimento de um estímulo que pode ativar tal processo mnésico não é algo que possa ser manipulado pelo sujeito (Maia, 2011). Segundo este último autor, a manutenção da imagem em memória é um processo mais fácil uma vez que estas apresentam codificação verbal e codificação de imagem.

Existem diversos modelos de memória sendo que alguns investigadores sugeriram um modelo composto por estruturas descritas por William James (1970): memória primária – engloba informações temporárias que se utilizam no momento – e memória secundária – retém dados durante um longo período ou de modo permanente (Waugh & Norman, 1965). Ademais, a memória, pode ser descrita como sendo um processo mental responsável por codificar, armazenar e recuperar informações (Maia, 2011). Alguns autores consideram que a memória pode ser dividida em diferentes sistemas, a saber: 1) memória sensorial; 2) memória de curto prazo, identificada por alguns autores como sendo memória de trabalho; e 3) memória de longo prazo (Baddeley, 2021).

No que concerne à memória sensorial, esta é considerada como sendo o primeiro estágio do processamento da informação, no qual os estímulos ambientais são brevemente retidos pelos sistemas sensoriais específicos antes de serem transferidos para outros sistemas de memória (Baddeley et al., 2020; Eysenck & Groome, 2023). Esse tipo de memória é caracterizado por uma grande capacidade de armazenamento, mas com uma duração muito curta, geralmente de menos de um segundo para memória icónica (visual) e alguns segundos para memória ecoica (auditiva) (Sperling,

1960; Cowan, 2021a). A memória sensorial atua, assim, como um *buffer* que permite que as informações sejam mantidas por tempo suficiente com o intuito de facilitar a percepção contínua de diversos estímulos (Baddeley et al., 2020; Eysenck & Groome, 2023). Alguns estudos indicam, ainda, que a qualidade da memória sensorial pode ter uma influência significativa na eficiência do processamento subsequente e na formação de memórias mais duradouras (Wolff et al., 2021).

A memória de trabalho é explicitada como sendo crucial para a manipulação temporária de informação durante a execução de tarefas cognitivas complexas (Cowan, 2021b). Por sua vez, a memória de longo prazo armazena informações por períodos mais prolongados e pode ser subdividida, segundo alguns autores, em memória explícita ou declarativa e implícita ou não declarativa (Baddeley, 2021; Cowan, 2021b). De acordo com alguns autores a memória de trabalho opera como um sistema de processamento temporário e ativo das informações, promovendo a facilitação da codificação e da transferência das mesmas para a memória de longo prazo, onde estas podem ser armazenadas e posteriormente recuperadas (Baddeley, 2012; Galera & Souza, 2010).

Segundo o Modelo de Baddeley (2000, 2007), a memória de trabalho é composta por quatro subsistemas funcionais: 1) executivo central, 2) *sketchpad* visuoespacial, 3) *loop* fonológico, e 4) *buffer* episódico. O executivo central é responsável pela supervisão e coordenação das atividades cognitivas dos “sistemas escravos”, alocando recursos atencionais e integrando informações de diversas fontes, permitindo que o sistema de memória de trabalho opere seletivamente sobre os estímulos (Baddeley, 2012; Galera & Souza, 2010). O *sketchpad* visuoespacial é especializado no armazenamento e manipulação de informações visuais e espaciais, desempenhando um papel crucial na navegação e na formação de imagens mentais (Logie, 2016; Galera & Souza, 2010). Por sua vez, o *loop* fonológico opera com informações verbais e auditivas, sendo composto por um armazém fonológico que mantém as informações por curtos períodos e um processo de repetição subvocal que ajuda a manter essas informações ativas (Baddeley, 2012; Galera & Souza, 2010). Por fim, o *buffer* episódico integra informações de diferentes modalidades facilitando a interface entre a memória de trabalho e a memória de longo prazo (Baddeley, 2000, 2012; Galera & Souza, 2010).

Torna-se de alguma relevância, neste trabalho, abordar um outro aspecto mnésico particular que se prende com a memória visual. A memória visual é vista por alguns autores como sendo um componente da memória de trabalho e tem como função armazenar e manipular informações visuais e espaciais (Luck & Vogel, 2013). Este tipo de memória é crucial para tarefas como a navegação, a construção de imagens

mentais, bem como para a percepção de objetos no ambiente que nos rodeia (Brady et al., 2011). No modelo de memória de trabalho de Baddeley, anteriormente explicitado, o *sketchpad* visuoespacial é o subsistema responsável por esses processos (Logie, 2016). Algumas investigações têm explorado a complexidade da memória visual, demonstrando que ela não retém apenas informações sobre formas e cores, mas também sobre localização e movimento (Luck & Vogel, 2013). Além disso, a interação entre a memória visual e outros tipos de memória, como a memória episódica, parece ser fundamental para a criação de representações detalhadas e integradas de experiências passadas (Brady et al., 2011).

2.5 Imagética

Alguns autores consideram que a representação do conhecimento envolve não apenas informações semânticas, mas também informações de representação visual e de informação imagética (Gonçalves et al., 2016). Segundo as teorias que suportam a noção de imagética, a totalidade de imagens que experienciamos são capazes de ser armazenadas tal e qual como cópias de imagens físicas (Sternberg & Sternberg, 2012). Ainda referente a esta abordagem, as imagens consagram-se na representação mental de objetos ou situações que os órgãos dos sentidos não estão, no momento, a detetar (Moulton & Kosslyn, 2009; Sternberg & Sternberg, 2012; Thomas, 2003), existindo maior concordância para imagens visuais (Sternberg & Sternberg, 2012). Assim, e de acordo com Moulton e Kosslyn (2009) e Thomas (2003), parece que podemos perceber algo que o indivíduo não experienciou ou que não existe fora da sua mente. Imagens, de acordo com Damásio (1995), apresentam-se como, provavelmente, o componente primordial dos nossos pensamentos, sem ter em conta a maneira sensorial em que são produzidas. Estas últimas são utilizadas para solucionar problemas ou responder a questões que abarcam objetos visualizados, criando conseqüentemente uma imagem dos mesmos (Kosslyn et al., 2006 cit in Sternberg & Sternberg, 2012). De acordo com Reisberg e colaboradores (1986) e Schienle e colaboradores (2008), há sujeitos com maior capacidade para elaborar imagens mentais do que outros. A investigação refere, ainda, que a utilização de imagens mentais consegue auxiliar a capacidade mnésica do indivíduo (Sternberg & Sternberg, 2012).

As imagens de diferentes modalidades sensoriais são designadas de imagens perceptivas, podendo ser entendidas como uma representação mental, uma configuração espacial ou temporal de símbolos, considerados fundamentais para o desenvolvimento cognitivo e para o processamento da informação que permitem a compreensão do mundo que nos rodeia (Santos, 2000). Por outro lado, existem as imagens evocadas,

que aludem a representações mentais que são ativadas a partir de experiências anteriores, de memórias ou de conhecimentos (Maia, 2011).

Diferentemente das imagens perceptivas que, tal como referimos anteriormente, são baseadas diretamente na percepção sensorial, as imagens evocadas são formadas internamente, a partir de processos cognitivos e da memória (Santos, 2000), com o auxílio de conhecimentos e memórias prévios (Holmes & Mathews, 2010). Tanto as imagens perceptivas quanto as imagens evocadas são consideradas, por alguns autores, como concepções cognitivas (Maia, 2011; Santos, 2000). Estas formam-se através do domínio de representações disposicionais ou pela gestão de recetores sensoriais que processam estímulos externos ao cérebro (Maia, 2011). Dessa forma, surgem representações neuronais organizadas topograficamente, promovendo o surgimento de imagens conscientes (Santos, 2000). Assim, alguns autores referem que se pode afirmar que a memória tem a capacidade de influenciar a percepção (Maia, 2011).

Existem duas formas diferentes de representações mentais. Uma é centrada no observador, em que o sujeito guarda a forma como o objeto lhe parece, priorizando a aparência do objeto em vez da estrutura real, o que altera a representação (Sternberg & Sternberg, 2012). A outra é centrada no objeto, em que o indivíduo guarda a representação do mesmo independentemente da sua aparência, não alterando assim a sua representação (McMullen & Farah, 1991). Assim, e segundo alguns autores, a percepção parece poder traduzir-se no desenvolvimento de construtos perceptivos, uma vez que a visão tem a capacidade de produzir um conjunto de ideias universais que podem ser aplicadas a diferentes situações com objetos idênticos (Arnheim, 2004 cit in Maia, 2011).

3. Relação entre os aspetos psicológicos e cognitivos

Diferentes causas, tais como personalísticas, ambientais e biológicas, estipulam a maneira como um sujeito se comporta, tendo em conta uma determinada circunstância (Junior et al., 2014). Segundo estes últimos autores, torna-se necessário considerar que o modo como se lida com determinada ocorrência é influenciado, parcialmente, pela personalidade.

De acordo com um estudo de Britto e Benetti (2010), cerca de 50% da amostra analisada pontuava acima da média no fator Neuroticismo, sendo que este se encontra vinculado a instabilidade emocional e maior sofrimento. Esta mesma investigação enfatiza que, através da análise dos traços personalísticos, se consegue averiguar a presença de características das emoções dos indivíduos, entre elas, a ansiedade. Por sua vez, e segundo outros autores, sujeitos neuróticos parecem apresentar um nível elevado de ansiedade-traço e possuem uma tendência maior de resposta a eventos que consideram como sendo ameaçadores à sua auto-estima em comparação com sujeitos com pontuação mais baixa de ansiedade-traço (Junior et al., 2014; Spielberger et al., 1971). Mesmo em situações de pouco e/ou nenhum stress extremo, indivíduos neuróticos estão mais inclinados para se encontrarem num estado permanente de preocupação quando comparados com os não neuróticos (Spielberger et al., 1971). No estudo de revisão da literatura levado a cabo por Martins e Lopes (2010) apenas 5% dos documentos analisados apresentavam algum tipo de associação entre uma perturbação de personalidade e perturbação de ansiedade. De realçar que, na literatura, não existe um número relevante de estudos que comprovem uma correlação entre estas duas variáveis (Junior et al., 2014).

Existem uma série de condições que podem contribuir para uma maior probabilidade de surgimento e/ou desenvolvimento de sinais e sintomas de ansiedade, bem como perturbações de ansiedade, tais como dependência e sensibilidade à crítica, amplificação das taxas de imaturidade, neuroticismo e outros traços de personalidade (Junior et al., 2014). Segundo Savoia e colaboradores (2010) o traço de personalidade mais frequente em indivíduos diagnosticados com Fobia Social é a introversão. Na perspectiva de Bienvenu e colaboradores (2009), agorafobia e/ou perturbações de pânico podem ter como indícios o facto de a pessoa ser dependente, tímida e evitante. Há que realçar o facto de que, segundo alguns autores, as perturbações de personalidade induzem desconforto emocional, sendo a ansiedade a emoção prevalente (Junior et al., 2014)

No que concerne à ansiedade, é recorrente existir uma ligação entre viés atencional e a ansiedade, dado que se reconheceu a intromissão da ansiedade nos processos atencionais quando, por exemplo, indivíduos ansiosos expressaram a

percepção de uma redução das suas capacidades de atenção, promovendo um aumento do erro nas tarefas realizadas (Melo et al., 2012). Segundo estes últimos autores, a presença de perturbações de ansiedade pode promover a deturpação de dados relativos a ameaças o que potencia a sobreestimulação atencional por hipervigilância. Em consequência, verifica-se uma deterioração acentuada no que concerne ao processamento da informação devido à ativação de recordações alarmantes dos sujeitos com níveis mais elevados de ansiedade (Puliaficio & Kendall, 2006). Um modelo de processo seletivo é encontrado em sujeitos com diagnóstico de ansiedade (Williams et al., 1996). Na perspetiva destes últimos autores, o referido modelo atua beneficiando a codificação de dados alarmantes.

Sujeitos com elevados níveis de ansiedade-estado avaliados pelo STAI (Spielberger et al., 1983) demonstraram uma maior deslocação de recursos atencionais para estímulos visuais (Mercado et al., 2006). O viés atencional surge, assim, na literatura, como relacionado com estímulos percebidos pelo sujeito como sendo de alto risco (Ruiz-Caballero & Bermúdez, 1997). Deste modo, viés atencional para estímulos considerados negativos é envolvido nas condições ansiógenas, o que resulta em mais ansiedade, funcionando em círculo vicioso (Kristensen, 2005; Mathews & MacLeod, 1986; Mohlman & Gorman, 2005). Alguns estudos corroboram a ideia de que estados de emoção ansiosos direcionam as capacidades de atenção para estímulos considerados alarmantes (Mogg et al., 1990). Dessa forma, a ansiedade é vista como um método adaptativo de sobrevivência (Cloninger, 1994).

Posto isto, o presente estudo tenciona compreender se o contexto onde os sujeitos se inserem (ver/imaginar, bem como a doação voluntária ou não voluntária de sangue) aumenta os níveis de ansiedade-estado, perante um estímulo ansiogénico visual ou um estímulo ansiogénico imagético (agulhas). Posteriormente, formulámos hipóteses que consideramos pertinentes tendo em conta a literatura previamente apresentada, que passamos a apresentar.

Hipótese 1: Os níveis de ansiedade-estado são mais elevados no grupo que observa o estímulo ansiogénico do que no grupo que o imagina.

Hipótese 2: O grupo de recolha de sangue de modo não voluntário exhibe maiores níveis de ansiedade-estado do que o grupo em que a recolha é voluntária.

Hipótese 3: Indivíduos que pontuam mais alto em ansiedade-estado exibem menor pontuação na escala Conscienciosidade.

Hipótese 4: Indivíduos com pontuações mais elevadas na escala Extroversão exibem maiores níveis na escala ansiedade-estado.

Hipótese 5: Há uma associação positiva entre indivíduos que pontuam elevado nas escalas ansiedade-estado e Neuroticismo.

Objetivo específico 1: Indivíduos com menores níveis de ansiedade-traço possuem maiores níveis de Abertura à Experiência.

Objetivo específico 2: Indivíduos com menores níveis de ansiedade-traço possuem maiores níveis de Amabilidade.

Capítulo II - Estudo Empírico

1. Metodologia

Esta secção é elaborada com o propósito de descrever a metodologia utilizada no presente estudo. Para tal, será exibida uma visão breve e geral da investigação em questão. Posteriormente, será apresentada uma análise das características sociodemográficas dos participantes do estudo. Seguidamente, serão explicitados os instrumentos administrados na recolha de dados, assim como os procedimentos estatísticos utilizados para a sua análise.

1.1 Apresentação do Estudo

A revisão de literatura corroborou a existência de diversos estudos em relação aos construtos de ansiedade e de personalidade. Contrariamente, os construtos estímulo e percepção foram mais exigentes no que concerne à sua pesquisa, tendo-nos deparado com um número mais exíguo de estudos com a relação entre as variáveis em análise, requerendo mais aprofundamento acerca do tema.

O presente estudo fundamenta-se numa investigação empírica e *quasi-experimental*, de natureza quantitativa, de tipologia transversal, descritiva e exploratória, apresentando um design de investigação intra-sujeitos e correlacional. Baseia-se na recolha e no tratamento estatístico e sistemático de dados, com a finalidade de estabelecer relações entre as variáveis referenciadas nas hipóteses e nos objetivos previamente apresentados.

1.2 Método

1.2.1 Procedimento

O presente estudo enquadra-se no projeto de investigação “GAIN – Grupo de avaliação e intervenção neuropsicológica”, aprovado pela Comissão de ética da Universidade da Beira Interior (CE-UBI-Pj-2023-004). Após a aprovação do projeto, foi solicitada autorização para recolha de dados às Instituições Grupo Humanitário de Dadores de Sangue da Covilhã e Hospital da Luz, na Covilhã, através de envio de um *email* com a apresentação do projeto de investigação, os principais objetivos, Consentimento Livre, Informado e Esclarecido (CLIE) e apresentação dos instrumentos que necessitavam de ser preenchidos pelos participantes. A autorização foi concedida

por ambas as entidades e, previamente ao preenchimento do protocolo por parte dos participantes, foi-lhes apresentado os objetivos do estudo e a garantia do CLIE.

A recolha de dados decorreu em formato presencial, de fevereiro a maio de 2024. Os critérios de inclusão na amostra assentam em: a) o/a participante ter idade igual ou superior a 18 anos; e b) o/a participante se encontrar na sala de espera de um dos locais acima referenciados, independentemente do propósito pelo qual lá se encontra.

1.3 Participantes

A amostra do presente estudo foi selecionada tendo em conta o critério de significância e a técnica é não probabilística, por conveniência. É constituída por 154 participantes, com idade média de 42.45 ($DP = 13.91$), compreendida entre os 18 anos e os 79 anos (ver tabela 1).

Tabela 1

Caracterização da amostra referente à variável Idade (N = 154)

	Idade
N Válido	154
Média	42.45
Mediana	44
Desvio Padrão	13.91
Mínimo	18
Máximo	79

Oitenta e sete (87) participantes (56.5%) são sexo feminino e os restantes participantes (43.5%) do sexo masculino (ver tabela 2).

Tabela 2

Caracterização da amostra referente à variável Sexo (N = 154)

	Sexo	N	%	% válida
Válido	Feminino	87	56.5	56.5
	Masculino	67	43.5	43.5
	Total	154	100.0	100.0

A variável habilitações literárias engloba 1 participante (0.6%) que é analfabeto, 3 participantes (1.9%) que possuem escolaridade até ao 4º ano, 4 participantes (2.6%) até ao 6º ano, 20 participantes (13.0%) até ao 9ºano, 56 participantes (36.4%) até ao 12º ano, 44 participantes (28.6%) possuem diploma de licenciatura, 22 participantes (14.3%) com diploma de mestrado e 4 participantes (2.6%) doutorados (ver tabela 3).

Tabela 3*Caracterização da amostra referente à variável Habilitações Literárias (N = 154)*

	Habilitações Literárias	N	%	% válida
Válido	Sem habilitações	1	0.6	0.6
	Até ao 4 ^o	3	1.9	1.9
	Até ao 6 ^o	4	2.6	2.6
	Até ao 9 ^o	20	13.0	13.0
	Até ao 12 ^o	56	36.4	36.4
	Licenciatura	44	28.6	28.6
	Mestrado	22	14.3	14.3
	Doutoramento	4	2.6	2.6
	Total	154	100.0	100.0

No que concerne ao rendimento médio mensal, a receita do agregado familiar de 10 participantes (6.5%) é inferior a 750 euros (baixo), de 60 participantes (39.0%) entre 750 euros e 1500 euros, de 78 participantes (50.6%) entre 1500 euros e 3000 euros, de 5 participantes (3.2%) entre 3000 euros e 6000 euros, e de 1 participante (0.6%) superior a 6000 euros (ver tabela 4).

Tabela 4*Caracterização da amostra referente à variável Rendimento Médio Mensal (N = 154)*

	Rendimento Médio Mensal	N	%	% válida
Válido	Baixo	10	6.5	6.5
	Baixo-médio	60	39.0	39.0
	Médio	78	50.6	50.6
	Médio-alto	5	3.2	3.2
	Alto	1	0.6	0.6
		Total	154	100.0

Referente à situação profissional atual, 7 participantes (4.5%) não se encontram empregados, 22 participantes (14.3%) são estudantes, 22 participantes (14.3%) trabalham por conta própria, 93 participantes (60.4%) trabalham por conta de outrem e 10 participantes (6.5%) são reformados (ver tabela 5).

Tabela 5*Caracterização da amostra referente à variável Situação Profissional Atual (N = 154)*

	Situação Profissional	N	%	% válida
Válido	Desempregado	7	4.5	4.5
	Estudante	22	14.3	14.3
	Conta própria	22	14.3	14.3
	Conta de outrem	93	60.4	60.4

Reformado	10	6.5	6.5
Total	154	100.0	100.0

1.4 Variáveis

No presente estudo são encontradas variáveis dependentes, tais como Ansiedade-Estado, Ansiedade-Traço, Abertura à Experiência, Amabilidade, Conscienciosidade, Extroversão e Neuroticismo; e, ainda, uma variável independente, o contexto em que o sujeito se encontra: exposto fisicamente ao estímulo, ou em situação no qual imagina o mesmo.

1.5 Instrumentos

De modo a recolher os dados para o presente estudo, foram administrados três instrumentos: Questionário Sociodemográfico, STAI e NEO-FFI-20.

Questionário Sociodemográfico

Com o intuito de recolher informação demográfica acerca dos participantes da presente investigação foi formulado, pela equipa de investigação, um questionário sociodemográfico. Este, engloba questões que se debruçam sobre idade, sexo, habilitações literárias, rendimento médio líquido mensal do agregado familiar, situação profissional atual e, ainda, se o participante está prestes a efetuar algum exame, análises clínicas ou doação de sangue.

Inventário de Ansiedade Traço-Estado (STAI-Y)

O STAI, desenvolvido por Spielberger e colaboradores (Aker & Çoban, 2023; Barnes et al., 2002; Spielberger et al., 1970), caracteriza-se por ser uma ferramenta relevante, de rastreio (Yang et al., 2023), em modalidade de autorrelato, composto por 40 itens (Aker & Çoban, 2023; El-Heis et al., 2024; Nakamura et al., 2023), frequentemente utilizado em ambientes clínicos (Yang et al., 2023; Oishi et al., 2024) para avaliar a ansiedade (Bieling et al., 1998; Chuquilín-Arista et al., 2020; Knowles & Olatunji, 2020; Oishi et al., 2024; Spielberger, 1989; Yang et al., 2023). Segundo Bieling e colaboradores (1998), o instrumento pode avaliar, ainda, a depressão.

O STAI fraciona-se em dois subtestes: STAI-1 e STAI-2 (Aker & Çoban, 2023; Chuquilín-Arista et al., 2020; El-Heis et al., 2024), cada um contendo 20 itens (Qu et al., 2021). O primeiro avalia a ansiedade-estado e o segundo a ansiedade-traço (Andrade et al., 2001; Aker & Çoban, 2023; Barnes et al., 2002; Bieling et al., 1998; Brown et al., 2011; Nakamura et al., 2023; Oishi et al., 2024; Quintão et al., 2013; Spielberger et al., 1971). Para responder ao STAI-1, o participante deve considerar a forma como se sente no momento presente; por outro lado, para preencher o STAI-2, o indivíduo deve indicar como se sente de forma geral. A totalidade das afirmações de cada subteste deve catalogada com resposta tipo Likert de 4 pontos (Aker & Çoban, 2023; Barnes et al., 2002; Bieling et al., 1998; Brown et al., 2011 Chuquilín-Arista et al., 2020; El-Heis et al., 2024; Nakamura et al., 2023; Oishi et al., 2024; Qu et al., 2021; Quintão et al., 2013; Spielberger et al., 1971), que variam de (1) “Quase nunca” a (4) “Quase sempre” (Barnes et al., 2002; Brown et al., 2011; Qu et al., 2021), tendo em conta a intensidade da ansiedade percebida pelo sujeito (Chuquilín-Arista et al., 2020). As pontuações obtidas no inventário podem variar entre 20 (baixa ansiedade) e 80 (alta ansiedade) (Aker & Çoban, 2023; Oishi et al., 2024), sendo que os valores mais elevados indicam maiores níveis de ansiedade (Aker & Çoban, 2023).

O STAI, traduzido para a versão portuguesa por Santos e Silva (1997), caracteriza-se por ser um instrumento com alta consistência interna e facilidade de aplicação, cotação e interpretação (Yang et al., 2023), alta validade de construto (Spielberger et al., 1970), boa confiabilidade teste-reteste (Bieling et al., 1998; Spielberger et al., 1970), bem como altas validades convergente e discriminante, tendo em conta outras medidas de ansiedade e conceitos associados (Spielberger, 1983). Encontra-se traduzido para diversos idiomas (Barnes et al., 2002; Bieling et al., 1998).

De modo a determinar a consistência interna do presente instrumento, procedeu-se à avaliação do Alfa de Cronbach. O valor obtido foi comparado com o encontrado por Santos e Silva (1997). Deste modo, é possível observar que o valor da consistência interna do presente estudo é mais elevado, consagrando-se bom (ver tabela 6).

Tabela 6

Consistência interna do STAI

Dimensão	α Santos & Silva (1997)	α da Presente Investigação (N = 154)
STAI-1	.77	.93
STAI-2	.73	.94

Inventário de Personalidade dos Cinco Factores NEO – forma reduzida (NEO-FFI-20)

Este questionário corresponde a uma versão reduzida do NEO-PI-R, sendo que este último tem na sua base a Teoria dos Traços (Costa & McCrae, 1992). Este foi criado por Costa e McCrae (1992) e aferido para Portugal por Lima (1997). O NEO-FFI-20 consagra-se numa versão reduzida (Magalhães et al., 2014; Pedroso-Lima et al., 2014) e foi adaptado para a população portuguesa por Bertoquini e Ribeiro (2006).

O instrumento em questão é constituído por 20 itens, que são alvo de classificação por parte dos participantes, devendo estes indicar o valor que melhor os descreve em cada um dos itens, consoante uma escala tipo Likert (de 0 a 4 pontos: (0) “Discordo Fortemente”, (1) “Discordo”, (2) “Neutro”, (3) “Concordo” e (4) “Concordo Fortemente”) (Bertoquini & Ribeiro, 2006).

Este questionário avalia cinco dimensões da personalidade dos inquiridos, sendo estas: Neuroticismo (N), Extroversão (E), Abertura à Experiência (O), Amabilidade (A) e Conscienciosidade (C), previamente explicitadas (Bertoquini & Ribeiro, 2006). A primeira dimensão mencionada é composta pelos itens 1, 6, 11 e 16; a segunda por 2, 7, 12 e 17; a terceira pelos 3, 8, 13 e 18; a quarta pelos 4, 9, 14 e 19; e a quinta por 5, 10, 15 e 20 (Bertoquini & Ribeiro, 2006). Alguns destes itens cotam-se de modo inverso, sendo estes 1, 3, 11, 13, 14, 18 e 19 (Bertoquini & Ribeiro, 2006). Segundo a mesma fonte, a pontuação obtida em cada dimensão varia entre 0 a 16 pontos, sendo que quanto maior o valor daquela, mais significativa é a presença do traço em questão na personalidade do indivíduo.

De acordo com Bertoquini e Ribeiro (2006), o NEO-FFI-20 exibiu um valor de α de Cronbach entre .70 e .76 (ver tabela 7). Após efetuar a análise da consistência interna para o instrumento em análise, é possível constatar que os seus valores no presente estudo se encontram abaixo do esperado, na totalidade das suas dimensões, em comparação com os do estudo de Bertoquini e Ribeiro (2006). Na tabela 7 são apresentados os valores do alfa obtidos, sendo possível concluir que o instrumento não exhibe, neste estudo, boa consistência interna.

Tabela 7

Consistência interna do NEO-FFI-20

Dimensão	Itens do Questionário	α Bertoquini & Ribeiro (2006)	α da Presente Investigação (N = 154)
Neuroticismo	1, 6, 11, 16	.71	.47
Extroversão	2, 7, 12, 17	.71	-.11
Abertura à Experiência	3, 8, 13, 18	.72	.23
Amabilidade	4, 9, 14, 19	.70	.48
Conscienciosidade	5, 10, 15, 20	.76	-.01

1.6 Preparação de dados

Previamente à análise estatística, ocorreu a preparação dos dados constituintes dos três grupos, que teve como objetivo o seu emparelhamento. Inicialmente, utilizou-se o Excel [*Microsoft® Excel® para Microsoft 365 MSO (versão 2405 Build 16. o. 17628. 20006) 64-bit*] para limpar os dados e prepará-los para os utilizar no *IBM Statistical Package for the Social Science (SPSS)*, versão 29.0.1.0 (171).

Com o último software mencionado, iniciámos a análise e o emparelhamento a partir de uma amostra aleatória de cada um dos grupos. No que concerne à variável numérica contínua *Idade*, o emparelhamento foi testado utilizando o teste ANOVA, de modo a assegurar a não existência de diferenças estatisticamente significativas nas idades entre os grupos (ver tabela 8). Referente às restantes variáveis – *Sexo* (ver tabela 11), *Habilitações Literárias*, *Situação Profissional Atual* (ver tabela 15) e *Rendimento Médio Mensal* (ver tabela 17) -, estas consagram-se categoriais e, deste modo, utilizou-se o teste Qui-Quadrado, de modo a testar a igualdade de distribuição entre aquelas. Após esta análise, constatou-se que, de entre as variáveis investigadas, a *Habilitações Literárias* exibia diferenças estatisticamente significativas. Com a intenção de alterar esta situação e ajustar os grupos para que as diferenças supramencionadas não se verificassem, procedeu-se ao processo iterativo, isto é, um procedimento que se repete muitas vezes. Calculou-se, novamente, o Qui-Quadrado para a variável mencionada e esta exibiu um valor de prova equivalente à não existência de diferenças estatisticamente significativas (ver tabela 13). Neste momento, todos os dados se encontravam emparelhados e foi possível proceder à sua análise estatística. Assim, foram criados três grupos, a saber: *Análises Clínicas*, *Sala de Espera* e *Doar Sangue*.

Referente à variável *Idade*, a média do grupo *Análises Clínicas* é de, aproximadamente, 44 anos, do grupo *Sala de Espera* é de 44 anos e do grupo *Doar Sangue* é 41 anos (ver tabela 8). $F(2) = 0.57$, $p = .569$, demonstrando que não existem diferenças estatisticamente significativas (ver tabela 9).

Tabela 8

Médias da variável Idade nos grupos

Grupos	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>
Análises Clínicas	30	44.13	14.52
Sala de Espera	30	43.70	14.49
Doar Sangue	30	40.67	12.07

Tabela 9*Análise das Diferenças em Função da Idade*

Grupos	df	F	Sig.
Entre Grupos	2	.57	.569
Nos grupos	87		
Total	89		

A totalidade dos grupos é composta pelo mesmo número de participantes femininos (N = 18) e masculinos (N = 12) em cada grupo (ver tabela 10), com $p = 1.000$ (ver tabela 11).

Tabela 10*Frequências da variável Sexo nos grupos*

Grupos	Feminino		Masculino		Total	
	n	%	n	%	n	%
Análises Clínicas	18	33.3	12	33.3	30	33.3
Sala de Espera	18	33.3	12	33.3	30	33.3
Doar Sangue	18	33.3	12	33.3	30	33.3
Total	54	100.0	36	100.0	90	100.0

Tabela 11*Análise das Diferenças em Função do Sexo*

Teste de Análise das Diferenças	Valor	df	Significância Assintótica (Bilateral)
Qui-quadrado de Pearson	.00 ^a	2	1.000
Razão de verossimilhança	.00	2	1.000
Associação Linear por Linear	.00	1	1.000
N de Casos Válidos	90		

a. o células (,0%) esperavam uma contagem menor que 5. A contagem mínima esperada é 12,00.

Nas seguintes tabelas (ver tabela 12; ver tabela 13) é possível observar uma distribuição entre os grupos, para a *Habilitações Literárias*, sem diferenças estatisticamente significativas, com valor de prova de .151.

Tabela 12*Frequências da variável Habilitações Literárias nos grupos*

Habilitações Literárias	Análises Clínicas	Sala de Espera	Doar Sangue	Total
Até ao 4º	n	2	0	2
	%	100.0	0.0	100.0

Até ao 6 ^o	<i>n</i>	0	0	1	1
	%	0.0	0.0	100.0	100.0
Até ao 9 ^o	<i>n</i>	1	0	4	5
	%	20.0	0.0	80.0	100.0
Até ao 12 ^o	<i>n</i>	10	8	11	29
	%	34.5	27.6	37.9	100.0
Licenciatura	<i>n</i>	13	12	7	32
	%	40.6	37.5	21.9	100.0
Mestrado	<i>n</i>	4	8	6	18
	%	22.2	44.4	33.3	100.0
Doutoramento	<i>n</i>	0	2	1	3
	%	0.0	66.7	33.3	100.0
Total	<i>n</i>	30	30	30	90
	%	33.3	33.3	33.3	100.0

Tabela 13

Análise das Diferenças em Função das Habilitações Literárias

Teste de Análise das Diferenças	Valor	<i>df</i>	Significância Assintótica (Bilateral)
Qui-quadrado de Pearson	16.95 ^a	12	0.151
Razão de verossimilhança	19.27	12	0.082
Associação Linear por Linear	0.05	1	0.818
N de Casos Válidos	90		

a. 12 células (57,1%) esperavam uma contagem menor que 5. A contagem mínima esperada é ,33.

Referente à variável *Situação Profissional Atual*, observa-se uma distribuição aproximadamente igualitária nos grupos em questão (ver tabela 14), com $p = .776$ (ver tabela 15).

Tabela 14

Frequências da variável Situação Profissional Atual nos grupos

Situação Profissional Atual	Desempregado		Estudante		Conta própria		Conta de outrem		Reformado		Total	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Análises Clínicas	1	20.00	4	33.30	5	33.30	16	31.40	4	57.10	30	33.30
Sala de Espera	2	40.00	4	33.30	7	46.70	15	29.40	2	28.60	30	33.30
Doar Sangue	2	40.00	4	33.30	3	20.00	20	39.20	1	14.30	30	33.30
Total	5	100.00	12	100.00	15	100.00	51	100.00	7	100.00	90	100.00

Tabela 15

Análise das Diferenças em Função da Situação Profissional Atual

Teste de Análise das Diferenças	Valor	<i>df</i>	Significância Assintótica (Bilateral)
Qui-quadrado de Pearson	4.82a	8	.776

Razão de verossimilhança	4.89	8	.769
Associação Linear por Linear	0.26	1	.608
N de Casos Válidos	90		

a. 9 células (60,0%) esperavam uma contagem menor que 5. A contagem mínima esperada é 1,67

Tendo em conta as tabelas seguintes, é possível constatar que, relativamente à *Rendimento Médio Mensal*, não existem diferenças estatisticamente significativas ($p = .366$) nos grupos, com distribuição aproximadamente igual (ver tabela 16; ver tabela 17).

Tabela 16

Frequências da variável Rendimento Médio Mensal nos grupos

Grupos	Baixo		Baixo-médio		Médio		Médio-alto		Alto		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Análises Clínicas	1	50.0	10	34.5	18	34.0	1	20.0	0	0.0	30	33.3
Sala de Espera	0	0.0	8	27.6	18	34.0	4	80.0	0	0.0	30	33.3
Doar Sangue	1	50.0	11	37.9	17	32.1	0	0.0	1	100.0	30	33.3
Total	2	100.0	29	100.0	53	100.0	5	100.0	1	100.0	90	100.0

Tabela 17

Análise das Diferenças em Função do Rendimento Médio Mensal

Teste de Análise das Diferenças	Valor	df	Significância Assintótica (Bilateral)
Qui-quadrado de Pearson	8.72 ^a	8	.366
Razão de verossimilhança	10.33	8	.242
Associação Linear por Linear	0.00	1	1.000
N de Casos Válidos	90		

a.9 células (60,0%) esperavam uma contagem menor que 5. A contagem mínima esperada é ,33.

O total das variáveis exibe distribuição normal entre si, com $p = .151$, demonstrando, assim, não existir diferenças estatisticamente significativas (ver tabela 18).

Tabela 18

Associações entre as variáveis sociodemográficas

Teste de Análise das Diferenças	Valor	df	Significância Assintótica (Bilateral)
Qui-quadrado de Pearson	16.95 ^a	12	.151

Razão de verossimilhança	19.27	12	.082
Associação Linear por Linear	.05	1	.818
N de Casos Válidos	90		

a. 12 células (57,1%) esperavam uma contagem menor que 5. A contagem mínima esperada é .33.

Para o presente estudo foram emparelhados 90 participantes, sendo a sua distribuição aproximadamente igualitária nas variáveis sociodemográficas estudadas, isto é, 30 participantes (33.3%) em cada um dos três grupos presentes na amostra, com o propósito de compreender de onde provém a informação da amostra. Para o grupo *Análises Clínicas*, os dados foram recolhidos no Hospital da Luz; para o grupo *Doar Sangue*, os dados foram recolhidos no Grupo Humanitário de Dadores de Sangue da Covilhã; e para o grupo *Sala de Espera*, os dados foram recolhidos em ambas as instituições previamente indicadas. Ainda, neste estudo foram comparados os 30 participantes (33.3%) do grupo *Sala de Espera* que imaginaram o estímulo ansiogénico (*Imaginar*) com os 60 participantes da junção dos grupos *Análises Clínicas* e *Doar Sangue* (66.7%) que observaram o estímulo ansiogénico (*Observar*) (ver tabela 19).

Tabela 19

Caracterização dos dois grupos por frequência e percentagem (N = 90)

Grupos	n	%	% válida
Válido Imaginar	30	33.3	33.3
Observar	60	66.7	66.7
Total	90	100.0	100.0

1.7 Análise Estatística

Ulteriormente à preparação dos dados, procedeu-se à análise estatística através do software *IBM SPSS*. Apesar do número total de participantes, realizou-se o teste de normalidade com o propósito de averiguar a existência de uma distribuição aproximadamente normal. Desde modo, e considerando o Teorema do Limite Central, procedeu-se à execução de testes paramétricos dado que estes possuem maior robustez (Marôco, 2011).

Num segundo momento efetuou-se uma análise de frequências tendo como objetivo descrever as características sociodemográficas dos participantes. De seguida, realizou-se um teste *t* de *Student* para amostras independentes de modo a analisar se os níveis de ansiedade-estado variavam entre os dois Grupos que foram expostos ao Estímulo Ansiogénico. Foi, também, efetuado um teste *t* de *Student* para amostras independentes de modo a analisar se os níveis de ansiedade-estado variavam entre o

grupo que é exposto ao estímulo ansiogénico e o grupo que o imagina. Por último, com o propósito de verificar a relação entre a 1) ansiedade-estado e as dimensões Conscienciosidade, Extroversão e Neuroticismo e a 2) ansiedade-traço e as dimensões Abertura à Experiência e Amabilidade, procedeu-se a análises de correlação bivariada através do coeficiente de Pearson. Estas foram pensadas tendo em conta as informações obtidas pela revisão da literatura.

A totalidade dos dados foram processados e publicados num poster apresentado nas 3^{as} Conferências Internacionais de Psicologia Clínica e da Saúde da Universidade da Beira Interior (ver anexo III).

2. Resultados

2.1 Análise da Normalidade da Amostra

Com o propósito de testar a anormalidade das variáveis dependentes, optou-se pela utilização do teste Kolmogorov-Smirnov (ver tabela 20).

Tabela 20

Teste de Normalidade da Amostra

Variáveis	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estatística	<i>gl</i>	<i>Sig.</i>
STAI_Traço	0.11	154	.000
STAI_Estado	0.14	154	.000
NEO_neuroticismo	0.12	154	.000
NEO_extroversão	0.12	154	.000
NEO_abertura_a_experiência	0,09	154	.006
NEO_amabilidade	0.15	154	.000
NEO_conscienciosidade	0.12	154	.000

a. Correlação de Significância de Lilliefors

2.2 Análise da diferença entre a Ansiedade-Estado em função da exposição ou não ao estímulo ansiogénico

Considerando o estudo da Hipótese 1, os resultados mostram que não existem diferenças estatisticamente significativas nos níveis de ansiedade-estado entre os indivíduos que observam o estímulo ansiogénico (grupos *Análises Clínicas* e *Doar Sangue*) ou que o imaginam (grupo *Sala de Espera*). No entanto, indivíduos que observam o estímulo ansiogénico ($M = 33.00$; $DP = 11.66$) apresentam maiores níveis

de ansiedade-estado do que os indivíduos que o imaginam ($M = 31.03$; $DP = 8.52$), $t(88) = -.82$, $p = .207$, $d' = 10.724$ (ver tabela 21; ver tabela 22).

Tabela 21

Análise das Diferenças da Ansiedade-Estado em Função da Exposição ou Não ao Estímulo Ansiogénico

Variável	Grupo	N	Média	DP	Erro de média padrão
STAI_Estado	Imaginar	30	31.03	8.52	1.56
	Observar	60	33.00	11.66	1.51

Tabela 22

Tamanhos de Efeitos da Ansiedade-Estado em Função da Exposição ou Não ao Estímulo Ansiogénico

Variável	Padronizador ^a	Estimativa de ponto	Intervalo de Confiança 95%	
			Inferior	Superior
STAI_Estado	d de Cohen	10.724	-.18	.26
	Correção de Hedges	10.817	-.18	.25
	Delta do vidro	11.656	-.17	.27

a. O denominador usado na estimativa dos tamanhos dos efeitos.

O d de Cohen usa o desvio padrão agrupado.

A correção de Hedges usa o desvio padrão agrupado, além de um fator de correção.

O delta de Glass usa o desvio padrão de amostra do grupo de controle (ou seja, o segundo) grupo.

2.3 Análise da diferença entre a Ansiedade-Estado em função da exposição ao estímulo ansiogénico

De acordo com as tabelas seguintes (ver tabela 23 e 24), os resultados $t(53.56) = 1.50$, $p = .070$, $d' = 11.535$ mostram que não existem diferenças estatisticamente significativas nos níveis de ansiedade-estado entre indivíduos que efetuam análises clínicas e que doam sangue. Indivíduos que recolhem sangue de modo não voluntário (*Análises Clínicas*) ($M = 35.23$; $DP = 13.09$) apresentam maiores níveis de ansiedade-estado comparativamente a indivíduos que recolhem sangue de modo voluntário (*Doar Sangue*) ($M = 30.77$; $DP = 9.73$).

Tabela 23

Análise das Diferenças da Ansiedade-Estado em Função da Exposição ao Estímulo Ansiogénico

Variável	Grupos	N	Média	DP	Erro de média padrão
STAI_Estado	Análises Clínicas	30	35.23	13.09	2.39
	Doar Sangue	30	30.77	9.73	1.78

Tabela 24

Tamanhos de Efeitos da Ansiedade-Estado em Função da Exposição ao Estímulo Ansiogénico

Variável		Padronizador ^a	Estimativa de ponto	Intervalo de Confiança 95%	
				Inferior	Superior
STAI_Estado	d de Cohen	11.535	.39	-.13	.90
	Correção de Hedges	11.686	.38	-.12	.89
	Delta do vidro	9.733	.46	-.06	.98

a. O denominador usado na estimativa dos tamanhos dos efeitos.

O d de Cohen usa o desvio padrão agrupado.

A correção de Hedges usa o desvio padrão agrupado, além de um fator de correção.

O delta de Glass usa o desvio padrão de amostra do grupo de controle (ou seja, o segundo) grupo.

2.4 Análise da Associação entre a Variável Ansiedade-Estado e as Dimensões do Modelo Big Five Conscienciosidade, Extroversão e Neuroticismo

No que concerne à dimensão Conscienciosidade, esta demonstrou-se correlacionada de forma negativa com a ansiedade-estado ($r = -.282$; $p = .007$), sendo a correlação considerada desprezível. Por meio da presente correlação, é possível concluir que quanto mais elevados surgem os níveis de ansiedade-estado, menores serão as pontuações registadas na dimensão Conscienciosidade (ver tabela 25).

Tabela 25

Matriz de Correlação de Pearson entre Ansiedade-Estado e Conscienciosidade

Variável		STAI_Estado	NEO_conscienciosidade
STAI_Estado	Correlação de Pearson	1	-.282**
	Sig. (2 extremidades)		.007
	N	90	90

** . A correlação é significativa no nível 0,01 (2 extremidades).

A dimensão Extroversão apresenta-se correlacionada de modo negativo com a ansiedade-estado ($r = -.188$; $p = .076$), sendo aquela consagrada desprezível. De acordo com a presente correlação, é possível concluir que quanto mais elevados surgem os níveis de ansiedade-estado, menores serão as pontuações registadas de extroversão (ver tabela 26).

Tabela 26

Matriz de Correlação de Pearson entre Ansiedade-Estado e Extroversão

Variável		STAI_Estado	NEO_extroversão
STAI_Estado	Correlação de Pearson	1	-.188
	Sig. (2 extremidades)		.076
	N	90	90

Referente à variável Neuroticismo, encontramos uma correlação positiva desprezível ($r = .218$; $p = .039$). Os resultados indicam que quanto mais elevados surgem os níveis de ansiedade-estado, maiores serão as pontuações registadas de neuroticismo (ver tabela 27).

Tabela 27

Matriz de Correlação de Pearson entre Ansiedade-Estado e Neuroticismo

Variável		STAI_Estado	NEO_neuroticismo
STAI_Estado	Correlação de Pearson	1	.218*
	Sig. (2 extremidades)		.039
	N	90	90

*. A correlação é significativa no nível 0,05 (2 extremidades).

2.5 Análise da Associação entre a Variável Ansiedade-Traço e as Dimensões do Modelo Big Five Abertura à Experiência e Amabilidade

Relativamente à correlação entre ansiedade-traço e a dimensão Abertura à Experiência, esta revela-se positiva moderada ($r = .566$; $p = .000$). Através dos resultados, é possível constatar que indivíduos com maiores níveis de ansiedade-traço exibem maiores níveis de abertura à experiência (ver tabela 28).

Tabela 28

Matriz de Correlação de Pearson entre Ansiedade-Traço e Abertura à Experiência

Variável		STAI_Traço	NEO_abertura_a_experiência
STAI_Traço	Correlação de Pearson	1	.566**
	Sig. (2 extremidades)		.000
	N	90	90

** . A correlação é significativa no nível 0,01 (2 extremidades).

Os resultados apresentados na tabela 29 indicam que a ansiedade-traço se encontra correlacionada negativamente com a dimensão Amabilidade ($r = -.512$; $p =$

.000), sendo esta correlação moderada. Assim, quanto menores forem os níveis de ansiedade-traço exibidos por um indivíduo, maiores os níveis de amabilidade.

Tabela 29

Matriz de Correlação de Pearson entre Ansiedade-Traço e Amabilidade

Variável	STAI_Traço	NEO_amabilidade
STAI_Traço	Correlação de Pearson	1
	Sig. (2 extremidades)	-.512**
	N	.000
		90
		90

** . A correlação é significativa no nível 0,01 (2 extremidades).

3. Discussão

O presente estudo tenciona compreender se o contexto onde os sujeitos se inserem (doação de sangue voluntária ou não voluntária) influencia os níveis de ansiedade-estado, perante um estímulo ansiogénico visual ou um estímulo ansiogénico imagético. Ainda, pretende analisar os níveis de ansiedade-estado em função dos grupos presentes no estudo, compreender se se verifica uma relação entre os níveis de ansiedade-estado e Extroversão, Conscienciosidade e Neuroticismo, bem como perceber se existe uma associação entre a ansiedade-traço e as dimensões Abertura à Experiência e Amabilidade.

No que concerne à Hipótese 1, atualmente, não é conhecida muita evidência empírica acerca das ligações que existem entre emoções e imagens mentais, apesar de estas serem comuns na psicologia quer clínica quer experimental (Holmes & Mathews, 2005; Holmes & Mathews, 2010). De referir que, no presente estudo, não conseguimos comprovar de forma objetiva que os sujeitos da amostra imaginavam o estímulo ansiogénico, quando não se encontravam na sua presença física.

As imagens mentais consagram-se, na sua maioria, representações sensório-perceptivas (Holmes & Mathews, 2010), armazenando-se na memória prospetiva e possibilitando simular acontecimentos futuros (Holmes & Mathews, 2005; Holmes & Mathews, 2010; Moulton & Kosslyn, 2009) com o auxílio de conhecimentos e memórias prévias (Holmes & Mathews, 2010). A imagem alcançada é originada por meio de imagens sensoriais e revela-se prioritária comparativamente às referentes no processamento de situações de perceção equivalentes (Holmes & Mathews, 2010). O facto de se conseguir simular, de modo mental, resultados negativos em formato imagem, é capaz de explicar a sua prevalência em muitos dos estados emocionais desadaptativos e em alguns quadros psicopatológicos (Holmes & Mathews, 2010). A memória de trabalho exhibe capacidade de retenção e informação (Smith et al., 2018).

As imagens conseguem ativar o sistema nervoso periférico, potenciando respostas somáticas que se exibem como luta ou fuga (Ji et al., 2016). Para além deste sistema, têm o poder de ativar o SNA, por meio de emoções com excitação elevada, tais como o medo (Ji et al., 2016). A variação da ansiedade está associada a imagens mentais (Holmes & Mathews, 2005; Ji et al., 2016), sentimentos e sensações corporais, angustiantes e indesejáveis (Holmes & Mathews, 2010).

O Homem percebe o mundo por meio de informações sensoriais, sendo que uma das modalidades de recolha ocorre por meio do processamento visual (Barbot & Carrasco, 2018). De certa forma, este processamento parece estar associado à avaliação e discriminação de propriedades visuais dos estímulos (Olofsson & Polich, 2007). No estudo de Marín e colaboradores (2015), sujeitos que evidenciaram baixa ansiedade-estado exibiram propensão para estímulos ameaçadores.

A atenção seletiva corresponde à propensão de um sujeito para prestar atenção a estímulos ameaçadores ou perigosos, identificando-os (Barbot & Carrasco, 2018; Cisler e Koster, 2010), simultaneamente com estímulos neutros (Cisler e Koster, 2010). Perante estímulos que sejam percebidos como ameaçadores, este tipo de atenção pode ser contemplado na etiologia, bem como na manutenção da ansiedade (Hakamata et al., 2010). O processo atencional modifica o modo como a informação visual é, por nós, percebida (Barbot & Carrasco, 2018).

A ansiedade pode levar à hipervigilância atencional (Macleod et al., 2019). Eysenck e Derakshan (2011) mencionam que os sujeitos manifestam dificuldades em desviar a atenção de estímulos ameaçadores (Marín et al., 2015). Tendo isto em consideração, a ansiedade parece conseguir influenciar os elementos atencionais gerindo o processamento de estímulos que sejam percebidos como ameaça (Cisler & Koster, 2010).

Diversos autores referem que a ansiedade-estado se encontra relacionada a vieses atencionais (Dennis et al., 2008) que correspondem a um processamento preferencial de estímulos ameaçadores (Marín et al., 2015). Por seu lado, outros mencionam que em sujeitos com elevada ansiedade-estado, ocorre uma supressão do viés de atenção no que se refere a estímulos percebidos como ameaçadores (Marín et al., 2015), em ambientes que envolvam stress (Helfinstein et al., 2008). Existem evidências empíricas de que existe uma ligação entre a atenção para o processamento de conteúdo ameaçador e ansiedade (Derryberry & Reed, 2002). A ansiedade-estado e a carga emocional da informação visual impactam a nossa atenção e, conseqüentemente, o modo como percebemos a informação visual é alterado (Barbot & Carrasco, 2018).

Na presente investigação, e tendo em conta a literatura revista, hipotetizou-se que indivíduos que observam a recolha/doação de sangue manifestam níveis mais elevados de ansiedade-estado do que aqueles que imaginam tal situação. Do nosso ponto de vista, seria de esperar que, perante a observação de um estímulo potencialmente ansiogénico, qualquer indivíduo manifestaria mais ansiedade-estado comparativamente com aquele que o imagina, tal como nos casos de Ansiedade Social ou Perturbação de Stress-Pós Traumático, uma vez que, ao observar o dito estímulo, o sujeito consegue percecioná-lo tendo em conta a sua forma e o seu tamanho. Os resultados obtidos revelaram a não existência de diferenças estatisticamente significativas entre os grupos, apesar de que o grupo que observa o estímulo ansiogénico exibe valor de média mais elevado. Desta forma, é possível referir que os resultados não vão ao encontro do esperado e que a Hipótese 1 é refutada.

A literatura vigente e referente à Hipótese 2 assenta, maioritariamente, na ansiedade social tendo por base estudos tais como os de Handy e Cnaan (2007).

O ato de voluntariar para entidades sem fins lucrativos tem vindo a crescer de modo significativo, o que potencia um aumento do interesse por este assunto (Jardim & Silva, 2018). Numa fase inicial, o indivíduo imagina-se no cenário do ato voluntário, prevendo prováveis vivências negativas e, conseqüentemente, pode assistir-se a um aumento da ansiedade (MacDougall & McCann, 2020). Contrariamente, a experiência global de voluntariado consegue exercer resultados positivos referentes ao bem-estar e humor dos indivíduos, existindo um senso de gratificação para com terceiros (Ballard et al., 2022). Segundo o mesmo autor, o voluntariado pode contribuir para que os sujeitos se sintam calmos, felizes, generosos e distraídos face a potenciais situações ou estímulos stressores. As experiências de voluntariado contribuem para o desenvolvimento de valores pessoais, auxílio a terceiros (Ballard et al., 2022), bem como sentido de propósito, habilidades de liderança, conexão social e relações profissionais interpessoais. Na sua totalidade, os aspetos referenciados parecem funcionar como fatores protetores para os indivíduos que apresentem sintomatologia de ansiedade (Creaven et al., 2017).

De acordo com Handy e Cnaan (2007), indivíduos que manifestam níveis elevados de ansiedade consagram-se não voluntários dado que a ansiedade por si experienciada é um fator impeditivo, do ponto de vista psicológico, para o ato de voluntariado.

Na presente investigação hipotetizou-se que os participantes que procederam à recolha de sangue de modo não voluntário (recolha de sangue para análises clínicas e não para doação) expressariam níveis mais elevados de ansiedade-estado do que os participantes da amostra de recolha de sangue voluntariamente. Isto porque se

perspetivou que voluntários para qualquer tipo de atividades exibem menores níveis de ansiedade-estado do que sujeitos que executam, com carácter de obrigatoriedade, uma determinada tarefa. Ainda, o facto de um sujeito se submeter a um procedimento de análises clínicas remete para ou um método de despiste patológico ou um método de confirmação do seu estado geral de saúde. Ou seja, sujeitos que se submetem a análises clínicas provavelmente experienciam sentimento de ansiedade-estado face à espera dos resultados. Por outro lado, a recolha de sangue voluntária, por doação do mesmo, supõe que o indivíduo é saudável, não existindo a hipótese de poder receber alguma notícia que não lhe agrade. Após a análise estatística, neste estudo, averiguou-se que não existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos. No entanto, o grupo de recolha voluntária obteve uma média mais baixa de sintomatologia de ansiedade-estado, em comparação com o grupo de recolha não voluntária. Deste modo, refuta-se a Hipótese 2.

Devido ao facto de a literatura encontrada acerca da ansiedade-estado e da ansiedade-traço ser escassa, este estudo apresenta, também, um cariz quase-exploratório. Deste modo, a literatura analisada para as próximas hipóteses e objetivos assenta, sobretudo, na ansiedade como um todo, isto é, englobando os dois parâmetros anteriormente referidos. Consequentemente, a presente discussão debruça-se, predominantemente, na análise da ansiedade como um todo, discutindo a ansiedade-estado e a ansiedade-traço. É importante ter este fator em atenção aquando da interpretação dos resultados.

No que concerne à dimensão Conscienciosidade, esta assenta em características de emocionalidade positiva (McCrae & John, 1992). Sujeitos que exibem pontuação elevada na dimensão Conscienciosidade revelam propensão para autodisciplina, habilidades de *coping*, níveis mais elevados de controlo em ambientes ansiogénicos, orientação para a realização (Penley & Tomaka, 2002), organização e capacidade para o trabalho (Chew & Dillon, 2014). Esta encontra-se negativamente correlacionada com a ansiedade (Chew & Dillon, 2014; Karsten et al., 2012), especialmente quando os sujeitos pontuam baixo na dimensão em questão (Kaplan et al., 2015; Kotov et al., 2010; Veen et al., 2016). Em concordância, o estudo de Kotov e colaboradores (2007) revela uma fraca associação negativa entre a dimensão em questão e a sintomatologia de ansiedade.

Expectámos que um sujeito com controlo sobre as suas emoções e com habilidades para enfrentar desafios de modo racional, exibiria menor pontuação na escala ansiedade-estado. Os resultados do presente estudo reportam que quanto mais elevados forem os níveis de ansiedade-estado, menor a pontuação exibida pelo sujeito

na escala conscienciosidade, sendo estes corroborados por outros estudos como os de Asghari e colaboradores (2013). Assim, a Hipótese 3 é corroborada.

No que concerne à dimensão Extroversão, esta traduz-se na tendência de uma pessoa para ser ativa, extrovertida e desfrutar da companhia de terceiros (Chew & Dillon, 2014). Sujeitos que possuem pontuações elevadas no fator extroversão são propensos a ser alegres e a chamar a atenção (Chew & Dillon, 2014). A literatura refere que a Extroversão se encontra associada à ansiedade, de modo negativo (Brandes & Bienvenu, 2006; Kaplan et al., 2015; Kotov et al., 2007). Por sua vez, na perspetiva de Chew e Dillon (2014), Karsten e colaboradores (2012) e Kotov e colaboradores (2007), a ansiedade encontra-se correlacionada positivamente com a dimensão Extroversão. No presente estudo, os resultados revelam que os dois construtos (ansiedade-estado e extroversão) em questão se encontram correlacionados de modo negativo. Este resultado vai ao encontro das nossas expectativas uma vez que a dimensão extroversão envolve características que não nos parecem ser compatíveis com as da sintomatologia de ansiedade-estado. Esperávamos que, em sujeitos que se demonstrassem alegres, bem-dispostos e comunicativos, vigorasse um baixo nível de ansiedade-estado. Assim, corrobora-se a Hipótese 4.

Após a revisão de literatura, postulou-se a hipótese de que pontuações mais elevadas na escala neuroticismo exibem maiores níveis na escala ansiedade-estado. De facto, averigua-se propensão por parte de um indivíduo com maiores pontuações na dimensão neuroticismo para ser emocional, sensível, vivenciar emoções negativas (Brandes & Bienvenu, 2006; Chew & Dillon, 2014), experienciar sintomatologia de ansiedade (Armstrong & Rimes, 2016; Kotov et al., 2010), níveis elevados de autocrítia, preocupação, baixa autoestima (Armstrong & Rimes, 2016), irritabilidade e tendência a controlar mal os seus impulsos (Chew & Dillon, 2014). Assim, existe uma correlação positiva entre a dimensão Neuroticismo e ansiedade (Asghari et al., 2013; Brandes & Bienvenu, 2006; Chew & Dillon, 2014; Kaplan et al., 2015; Karsten et al., 2012; Kotov et al., 2007; Kotov et al., 2010; Veen et al., 2016; Zhang et al., 2024). Ainda, foi encontrado que a dimensão em questão consegue evoluir para ansiedade-estado (Veen et al., 2016).

Na nossa opinião, e tendo em conta o acima apresentado, os resultados encontrados foram ao encontro do esperado uma vez que, o neuroticismo parece ser composto por diversas facetas sendo uma delas a ansiedade (Costa & McCrae, 1992). Tais relatos levaram-nos a perspetivar que, independentemente do contexto (imaginar ou observar) e do estímulo ansiogénico, os níveis de ansiedade-estado e de neuroticismo exibiram uma correlação positiva. No entanto, esperávamos que a

correlação fosse mais forte do que a encontrada, o que talvez possa ser explicado pela multidimensionalidade do neuroticismo. Deste modo, corrobora-se a Hipótese 5.

A Abertura à Experiência corresponde à procura de curiosidade intelectual e à participação em diversas experiências novas para o indivíduo (Chew & Dillon, 2014). Esta dimensão parece causar elevada discórdia na literatura. Por um lado, diversos autores referem que a Abertura à Experiência está pouco associada à ansiedade (Karsten et al., 2012; Kotov et al., 2007); outros autores referem que exibe propensão para sintomatologia de ansiedade (Zhang et al., 2024) e outros que um elevado nível de abertura à experiência estava negativamente associado com ansiedade (Chew & Dillon, 2014; Veen et al., 2016). Visto que a Abertura à Experiência parece ser um fator protetor contra o stress do quotidiano (Veen et al., 2016), objetivou-se que a ansiedade-traço se exibe numa expressão menor quando relacionada com maiores níveis de Abertura à Experiência. Considerámos pertinente para o estudo analisar, não apenas a ansiedade-estado como também a ansiedade-traço, visto que nos interessou explorar esta segunda vertente abordada na literatura, contribuindo para a corroboração ou refutação da mesma. Os resultados obtidos mostram uma correlação positiva entre os dois construtos em análise. Esta constatação não vai ao encontro das nossas suposições uma vez que, tendo sempre como base a teoria científica, debatemos que, possivelmente, um indivíduo que seja ansioso pode não exibir uma disposição significativa para experiências novas.

No que concerne à dimensão Amabilidade, esta traduz-se numa dimensão de emocionalidade positiva, promovendo a saúde mental (McCrae & John, 1992) e exibindo bons princípios, compaixão, cooperação e fuga de conflito (Chew & Dillon, 2014). Apresenta-se associada negativamente à ansiedade (Chew & Dillon, 2014; Kaplan et al., 2015; Karsten et al., 2012) ou então exibe uma fraca correlação com esta (Kotov et al., 2007). Na presente investigação objetivou-se correlacionar a ansiedade-traço com a dimensão Amabilidade de modo a investigar o valor da sua correlação na amostra em estudo. O resultado obtido revela que elevados níveis de ansiedade-traço estão associados a baixa pontuação na escala Amabilidade. Esta constatação vai ao encontro do esperado uma vez que um sujeito que seja menos ansioso do ponto de vista personalístico, pode apresentar-se como mais cooperativo, afável e caridoso. Chegámos a esta conclusão partindo do princípio de que uma pessoa que apresente menos sintomas de ansiedade poderá estar predisposta a não exibir uma postura tão egocêntrica como uma pessoa ansiosa e, conseqüentemente, volta a sua atenção para os demais, auxiliando-os.

4. Limitações e Contributos

A investigação em análise exibe algumas limitações que emergiram no decurso do seu desenvolvimento e que devem ser consideradas. Em primeiro lugar, devo mencionar que, num dos locais de recolha de dados (Hospital da Luz), houve necessidade de o investigador recolher as informações dos questionários junto dos participantes. Esta ocorrência pode ter despoletado, nestes, sentimentos de aconchego e, conseqüentemente, diminuir os seus níveis de ansiedade-estado, manipulando, assim, os resultados. Nesta linha, o facto de os dados terem sido recolhidos em apenas duas instituições e o facto de a amostra ser de conveniência, não probabilística, impede a generalização dos resultados a outros indivíduos e estrita a representatividade da amostra.

Ainda, devo reportar como limitação o tamanho do efeito que se demonstra pequeno mostrando que se deveria aumentar o número de participantes do estudo. Apesar de a amostra inicial contar com 154 participantes, perante o seu emparelhamento, ocorreu uma redução do número daqueles, o que pode ter impactado negativamente os resultados encontrados.

O presente estudo exibe um cariz de alguma forma exploratório e descritivo. Deste modo, apesar da existência de literatura para formular hipóteses e efetuar uma previsão de resultados, esta é escassa o que reforça a necessidade de se investir em recolher dados neste âmbito. Foram encontrados artigos relativos à associação entre ansiedade e as dimensões do Big Five mas, relativamente à ansiedade-estado e ansiedade-traço, individualmente, e as dimensões mencionadas, o número daqueles foi escasso.

Uma outra limitação recai sobre a exclusiva utilização de questionários de autorrelato sujeitos ao fenómeno da desejabilidade social. Esta, tem no seu cerne o facto de o participante responder tendo em conta, não o que considera ser a resposta que melhor se adequa à questão, mas sim a resposta desejável em termos sociais (Bou Malham & Saucier, 2016). Este tipo de resposta consagra um modo de distorção da mesma que compromete a validade dos questionários de autorrelato, tais como os aplicados no estudo, nomeadamente em situações nas quais o sujeito se encontra motivado a manifestar uma boa impressão, potenciando uma interpretação dos resultados ambígua dado que as respostas podem ser dadas de modo preciso ou de modo socialmente desejável (Bou Malham & Saucier, 2016). No entanto, quando a resposta providenciada vai ao encontro de uma resposta socialmente desejável, significa que o entrevistado se encontra, provavelmente, a prestar atenção ao questionário, respondendo de forma cuidada (Bou Malham & Saucier, 2016).

As diferenças de *alfa de Cronbach* no instrumento NEO-FFI-20 administrado, comparativamente ao estudo validado para a população portuguesa, devem ser, também, consideradas como limitação desta dissertação uma vez que os valores obtidos se encontram abaixo do esperado para as suas dimensões. Este fator pode ter implicações nos resultados obtidos por via desse instrumento. No entanto, não nos foi possível compreender a razão de a consistência interna ser tão baixa.

Aquando da interpretação dos resultados da presente investigação, é fundamental identificar as limitações acima apresentadas, considerando que estas podem influenciar a generalização das conclusões obtidas, bem como a sua validade. As limitações têm o potencial de considerar a requisição de abordagens complementares e estudos futuros de modo a providenciar uma melhor compreensão do que se pretende investigar.

O presente estudo contribui de modo significativo para uma área da saúde e da psicologia pouco estudada, apesar dos resultados alcançados e das limitações previamente mencionadas. Devido a este estudo exibir uma vertente exploratória e ao seu potencial perspectivado, esta investigação oportuniza a evolução científica. Ainda, permitiu compreender a complexidade de temas psicológicos e como estes podem ser estudados por meio de diversos instrumentos e com diversas populações-alvo.

5. Recomendações

Para investigações futuras, recomenda-se que se desenvolvam estudos com uma amostra mais representativa da população, com recolha de dados em diversas instituições. É importante que um estudo seja efetuado com uma amostra representativa visto que, por exemplo, esta permite calcular, com uma maior validade e robustez a generalização dos resultados. Na presente investigação, e apontando como uma recomendação, sugere-se que se averigue a consistência interna do instrumento NEO-FFI-20 e se efetue revisão de literatura que possa divergir de modo significativo dos valores encontrados por Bertoquini e Ribeiro (2006).

A literatura existente acerca do tema deste estudo debruça-se, consideravelmente, sobre a variável ansiedade e as cinco dimensões do Modelo Big Five. No entanto, na revisão teórica efetuada, poucos foram os estudos que abordaram os construtos ansiedade-estado e ansiedade-traço associados às dimensões previamente mencionadas. Por tal, recomenda-se o incentivo à investigação de ambos os elementos da ansiedade em associação com Abertura à Experiência, Amabilidade, Conscienciosidade, Extroversão e Neuroticismo de modo a termos melhores descritores

das relações entre as variáveis que considerem, inclusivamente, a sua multidimensionalidade e, assim, oportunizar a evolução científica.

Por último, constatou-se que os resultados do presente estudo oportunizam uma melhor compreensão acerca da temática investigada e podem ter implicações no que se refere à prática do Psicólogo Clínico e da Saúde uma vez que características de ansiedade e de personalidade, e suas associações, estão presentes em muitas psicopatologias referenciadas no DSM, cada vez mais encontradas na atualidade. Por tal, é necessário que haja constante investigação dos seus parâmetros – tal como o presente estudo - contribuindo, assim, para a evolução científica e para uma intervenção melhor fundamentada do ponto de vista científico.

6. Conclusão

O presente estudo tenciona ser um contributo para aumentar a compreensão da ansiedade-estado e das características personalísticas mediante um determinado contexto (ver ou imaginar um estímulo ansiogénico). A análise dos resultados deste estudo revelou que perante um estímulo ansiogénico visual e um estímulo ansiogénico imagético, não existem diferenças estatisticamente significativas. O mesmo resultado foi encontrado aquando da análise de ansiedade-estado em sujeitos que recolhem sangue de modo voluntário e em indivíduos que recolhem sangue de modo não-voluntário. Foi, ainda, observada uma associação positiva entre a ansiedade-estado e Neuroticismo e uma associação negativa entre o mesmo construto de ansiedade e Conscienciosidade e Extroversão. Por fim, constatou-se que a ansiedade-traço se encontra associada positivamente com Abertura à Experiência e negativamente com Amabilidade. De realçar que o presente estudo está constrangido pelo facto de o valor da consistência interna do NEO-FII-20 não ser bom. Apesar disto, as conclusões foram retiradas como se a consistência interna deste instrumento exibisse um bom valor. Assim, torna-se imperativo referir que as conclusões deste estudo podem estar sujeitas a distorção em consequência da não validade de determinados dados.

O objetivo deste trabalho ficou aquém das nossas expectativas uma vez que pretendíamos analisar a relação entre as diversas variáveis em estudo com o ver ou imaginar um estímulo ansiogénico. Não nos foi possível analisar e discutir com a relevância e a importância que gostaríamos visto que o número reduzido da amostra inviabilizou esse importante debate.

A parcial escassez de investigação neste campo permite constatar a complexidade do tema sendo, deste modo, difícil delinear como é que as características

personalísticas e os dois ramos de ansiedade se encontram relacionados e como é que estas variáveis se distinguem ou se relacionam aquando da observação e/ou da imaginação de um determinado estímulo percebido por alguns como sendo ansiogénico. O presente estudo evidenciou-se fundamental para a expansão da literatura existente e, ainda, contribuiu com resultados mais atualizados acerca da temática em questão.

Referências bibliográficas

- Acar, G., Adiloglu, S., & Aktas, A. (2023). Age, gender, and systemic condition effects on anxiety in oral surgery patients: An analysis of different assessment tools. *Journal of Oral and Maxillofacial Surgery, Medicine, and Pathology*, 36(4), 593-597. <https://doi.org/10.1016/j.ajoms.2023.11.005>
- Aker, N., & Çoban, S. A. (2023). The Effect of Listening to Music Presurgery on the Anxiety Level of Individuals who are Planned for Urological Surgery: Randomized Controlled Study. *Journal of PeriAnesthesia Nursing*, 39(3), 468-474. <https://doi.org/10.1016/j.jopan.2023.10.005>
- Alexandre, D. S., & Tavares, J. M. R. S. (2007, June). Factores da percepção visual humana na visualização de dados. In CMNE 2007-Congresso de Métodos Numéricos em Engenharia, XXVIII CILAMCE-Congresso Ibero Latino-Americano sobre Métodos Computacionais em Engenharia, Porto, PT.
- Allemand, M., Zimprich, D., & Hendricks, A. (2008). Age differences in five Personality Domains, across Life Span. *Developmental Psychology*, 44(3), 758- 770. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.44.3.758>
- Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. Holt, Reinhart & Winston.
- Almiro, P. A., & Simões, M. R. (2011). Questionário de Personalidade de Eysenck – Forma Revista (EPQ-R): Breve revisão dos estudos de validade concorrente. *Biological Science*, 42, 101-120. https://doi.org/10.21631/rpp42_101
- Alwahhabi, F. (2003). Anxiety Symptoms and Generalized Anxiety Disorder in the Elderly: A Review. *Harvard Review of Psychiatry*, 11(4), 180-193. <http://dx.doi.org/10.1080/10673220303944>
- American Psychiatric Association. (2023). *DSM-5-TR – Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais* (5ª ed., text rev.). Climepsi Editores.
- American Psychological Association. (2024a). *Anxiety*. Acedido em 21 de fevereiro de 2024 em <https://www.apa.org/topics/anxiety/index>
- American Psychological Association. (2024b). *Personality*. Acedido em 10 de março de 2024 em <https://www.apa.org/topics/personality>

- Andrade, L. H. S. G., & Gorenstein, C. (1998). Aspectos gerais das escalas de avaliação e ansiedade. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 25(6), 285-290.
- Andrade, L. H. S. G., Gorenstein, C., Filho, A. H. V., Tung, T. C., & Artes, R. (2001). Psychometric properties of the Portuguese version of the State-Trait Anxiety Inventory applied to college students: factor analysis and relation to the Beck Depression Inventory. *Brazilian Journal of Medical and Biological Research*, 34(3), 367-374. <https://doi.org/10.1590/S0100-879X2001000300011>
- Aragão, M., Mascarenhas, T., Costa, J., Corrêa, R., & Brito, L. (2016). Ansiedade, depressão e estresse em mulheres com dor pélvica crônica. *Revista de Pesquisa em Saúde*, 16(2), 85-89.
- Armstrong, L., & Rimes, K. A. (2016). Mindfulness-based cognitive therapy for neuroticism (stress vulnerability): A pilot randomized study. *Behavior therapy*, 47(3), 287-298. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2015.12.005>
- Asghari, A., bte Elias, H., & bte Baba, M. (2013). Personality traits and examination anxiety: Moderating role of gender. *Alberta Journal of Educational Research*, 59(1), 45-54. <https://doi.org/10.55016/ojs/ajer.v59i1.55655>
- Baddeley, A. (2000). The episodic buffer: a new component of working memory?. *Trends in Cognitive Sciences*, 4(11), 417-423. [https://doi.org/10.1016/S1364-6613\(00\)01538-2](https://doi.org/10.1016/S1364-6613(00)01538-2)
- Baddeley, A. (2012). Working Memory: Theories, Models, and Controversies. *Annual Review of Psychology*, 63, 1-29. <http://www.doi.10.1146/annurev-psych-120710-100422>
- Baddeley, A. (2021). *Memory: A Very Short Introduction*. Oxford University Press.
- Baddeley, A., Eysenck M. W., & Anderson, M. C. (2020). *Memory* (3^a ed.). Routledge.
- Ballard, P. J., Daniel, S. S., Anderson, G., Koehler, A. N., Caballero Quinones, E., Strahley, A., & Nicolotti, L. M. (2022). An exploratory feasibility study of incorporating volunteering into treatment for adolescent depression and anxiety. *Frontiers in Psychology*, 13, 840881. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.840881>
- Baptista, A., Carvalho, M., & Lory, F. (2005). O medo, a ansiedade e as suas perturbações. *Psicologia*, 19(1/2), 267-277. <https://doi.org/10.17575/rpsicol.v19i1/2.407>

- Bar-Haim, Y., Lamy, D., Pergamin, L., Bakermans-Kranenburg, M. J., & van IJzendoorn, M. H. (2007). Threat-related attentional bias in anxious and nonanxious individuals: A meta-analytic study. *Psychological Bulletin*, 133(1), 1-24. <http://www.doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.1>
- Barbot, A., & Carrasco, M. (2018). Emotion and anxiety potentiate the way attention alters visual appearance. *Scientific reports*, 8(1), 5938. <https://doi.org/10.1038/s41598-018-23686-8>
- Barnes, L. L. B., Harp, D., & Jung, W. S. (2002). Reliability generalization of scores on the Spielberger State-Trait Anxiety Inventory. *Educational and Psychological Measurement*, 62(4), 603–618. <https://doi.org/10.1177/0013164402062004005>
- Bartholomeu, D., Machado, A. A., Spigato, F., Bartholomeu, L. L., Cozza, H. F. P., & Montiel, J. M. (2010). Traços de personalidade, ansiedade e depressão em jogadores de futebol. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, 3(1), 98-114. <https://doi.org/10.31501/rbpe.v3i1.9294>
- Baum, A., Revenson, T., & Singer, J. (2012). *Handbook of health psychology* (2^a ed.). New York: Taylor & Francis.
- Beck, A. T., & Clark, D. A. (1997). An information processing model of anxiety: Automatic and strategic processes. *Behaviour Research and Therapy*, 35(1), 49-58. [http://www.doi.org/10.1016/S0005-7967\(96\)00069-1](http://www.doi.org/10.1016/S0005-7967(96)00069-1)
- Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. Basic Books.
- Benet-Martínez, V., & John, O. P. (1998). *Los Cinco Grandes* across cultures and ethnic groups: Multitrait-multimethod analyses of the Big Five in Spanish and English. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(3), 729–750. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.3.729>
- Bergner, R. M. (2020). What is personality? Two myths and a definition. *New Ideas in Psychology*, 57, Article 100759. <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2019.100759>
- Bertoquini, V., & Ribeiro, J. L. P. (2006). Estudo de formas reduzidas do NEO-PI-R. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 11, 85–102.

- Beyond Blue. (2019). *Anxiety*. Acedido a 20 de fevereiro de 2024 em <https://www.beyondblue.org.au/the-facts/anxiety>
- Bieling, P. J., Antony, M. M., & Swinson, R. P. (1998). The State-Trait Anxiety Inventory, Trait version: structure and content re-examined. *Behaviour Research and Therapy*, 36(7-8), 777-788. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(98\)00023-0](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(98)00023-0)
- Bienvenu, O. J., Stein, M. B., Samuels, J. F., Onyike, C. U., Eaton, W. W., Nestadt, G. (2009). Personality disorder traits as predictors of subsequent first-onset panic disorder or agoraphobia. *Comprehensive Psychiatry*, 50(3), 209-214. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2008.08.006>
- Bighetti, C. (2010). *Escala de Depressão (EDEP) e a sua relação com medidas de personalidade e habilidades sociais*. [Tese de Doutorado]. Universidade São Francisco, Itatiba.
- Bingham, G. P. (2021). Time for Space and the Stability of Prospective Control: Reaching-to-Grasp Gibson. *I-Percepção*, 12(6). <https://doi.org/10.1177/20416695211054533>
- Bleidorn, W., Hopwood, C. J., Back, M. D., Denissen, J. J. A., Hennecke, M., Hill, P. L., Jokela, M., Kandler, C., Lucas, R. E., Luhmann, M., Orth, U., Roberts, B. W., Wagner, J., Wrzus, C., & Zimmermann, J. (2021). Personality Trait Stability and Change. *Personality Science*, 2(1). <https://doi.org/10.5964/ps.6009>
- Borji, A. (2019). Saliency prediction in the deep learning era: Successes and limitations. *IEEE transactions on pattern analysis and machine intelligence*, 43(2), 679-700. <http://www.doi.10.1109/TPAMI.2019.2935715>
- Bou Malham, P., & Saucier, G. (2016). The conceptual link between social desirability and cultural normativity. *International Journal of Psychology*, 51(6), 474-480. <https://doi.org/10.1002/ijop.12261>
- Brady, T. F., Konkle, T., & Alvarez, G. A. (2011). A review of visual memory capacity: Beyond individual items and toward structured representations. *Journal of Vision*, 11(5), 4. <https://doi.org/10.1167/11.5.4>
- Brandão, M. L. (2004). *As Bases Biológicas do Comportamento: Introdução à Neurociência*. EPU.

- Brandes, M., & Bienvenu, O. J. (2006). Personality and anxiety disorders. *Current Psychiatry Reports*, 8(4), 263-269. <https://doi.org/10.1007/s11920-006-0061-8>
- Briggs, S. R. (1992). Assessing the Five-Factor Model of personality description. *Journal of Personality*, 60(2), 253-293. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00974.x>
- Britto, R., & Benetti, S. P. C. (2010). Ansiedade, depressão e característica de personalidade em homens com disfunção sexual. *Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar*, 13(2), 243-258. <https://doi.org/10.57167/Rev-SBPH.13.442>
- Brosch, T., Pourtois, G., & Sander, D. (2010). The perception and categorisation of emotional stimuli: A review. *Cognition and Emotion*, 24(3), 377-400. <https://doi.org/10.1080/02699930902975754>
- Brown, E. S., & Chandler, P. A. (2001). Mood and cognitive changes during systemic corticosteroid therapy. *Primary Care Companion to The Journal of Clinical Psychiatry*, 3(1), 17-21. <http://www.doi.10.4088/pcc.v03n0104>
- Brown, L. A., Forman, E. M., Herbert, J. D., Hoffman, K. L., Yuen, E. K., Goetter, E. M. (2011). A Randomized Controlled Trial of Acceptance-Based Behavior Therapy and Cognitive Therapy for Test Anxiety: A Pilot Study. *Behavior Modification*, 35(1), 31-53. <https://doi.org/10.1177/0145445510390930>
- Bruton, L. L., Hilal-Dandan, R., & Knollmann, B. C. (2019). *As Bases Farmacológicas da Terapêutica de Goodman e Gilman* (13ª ed.). McGraw Hill.
- Busse, L., Cardin, J., Chiappe, M., Halassa, M., McGinley, M., Yamashita, T. & Saleem, A. (2017). Sensation during Active Behaviors. *Journal of Neuroscience*, 37(45) 10826-10834. <https://doi.org/10.1523/jneurosci.1828-17.2017>
- Cabrera-Paniagua, D., & Rubilar-Torrealba, R. (2021). A novel artificial autonomous system for supporting investment decisions using a Big Five model approach. *Engineering Applications of Artificial Intelligence*, 98. <https://doi.org/10.1016/j.engappai.2020.104107>
- Canavarro, M. C. (2007). Inventário de Sintomas Psicopatológicos–BSI In M. Simões, C. Machado, M. Gonçalves, & L. Almeida (Eds.), *Avaliação Psicológica: instrumentos validados para a população portuguesa* (Vol. 3). Coimbra: Quarteto.

- Cangussú, M., & Ferreira, M. (2015/2016). Habilidades Sociais e Personalidade. Aspectos correlacionais que influenciam no comportamento de risco social dos adolescentes. *Revista Iniciação Científica*, 130-134.
- Cattell, H. E., & Mead, A. D. (2008). The sixteen personality factor questionnaire (16PF). *The SAGE handbook of personality theory and assessment*, 2, 135-159.
- Chew, K. H. P., & Dillon, D. B. (2014). Statistics anxiety and the Big Five personality factors. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 112(1), 1177-1186. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.1282>
- Chuquilín-Arista, F., Álvarez-Avellón, T., & Menéndez-González, M. (2020). Prevalence of Depression and Anxiety in Parkinson Disease and Impact on Quality of Life: A Community-Based Study in Spain. *Journal of Geriatric Psychiatry and Neurology*, 33(4), 207-213. <https://doi.org/10.1177/0891988719874130>
- Cisler, J. M., & Koster, E. H. W. (2010). Mechanisms of attentional biases towards threat in anxiety disorders: an integrative review. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 203-216. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.003>
- Clark, L. A., & Watson, D. (1991). Tripartite Model of Anxiety and Depression: Psychometric Evidence and Taxonomic Implications. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(3), 516-336.
- Cloninger, C. R. (1994). The genetic structure of personality and learning: a phylogenetic model. *Clinical Genetics*, 46(1), 124-137. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2004.10.003>
- Cloninger, S. C. (2003). *Teorias de la Personalidad* (3ª ed.). México: Pearson Educación.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1998). Six approaches to the explication of facet-level traits: Examples from Conscientiousness. *European Journal of Personality*, 12(2), 117- 134. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0984\(199803/04\)12:2<117::AID-PER295>3.0.CO;2-C](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0984(199803/04)12:2<117::AID-PER295>3.0.CO;2-C)
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (2000). *Manual Profissional - NEO PI-R, Inventário de Personalidade NEO Reviso* (1ª ed.). Lisboa: CEGOC-TEA Lda.

- Costa, P. T., McCrae, R. R., & Löckenhoff, C. E. (2019). Personality across the life span. *Annual Review of Psychology*, 70(1), 423-448. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010418-103244>
- Cowan, N. (2021a). Sensory memory: Characteristics and functions. *Frontiers in Psychology*, 12, 731.
- Cowan, N. (2021b). *Working Memory Capacity*. Routledge.
- Cox, B. J., Enns, M. W., & Larsen, D. K. (2000). Assessment of Physiological Hyperarousal in Patients with Mood and Anxiety Disorders. *WILEY-LISS*, 12, 109-110.
- Craske, M. G., & Stein, M. B. (2016). Anxiety. *Lancet*, 388, 3048-3059. [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)30381-6](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(16)30381-6)
- Creaven, A., Healy, A., and Howard, S. (2017). Social connectedness and depression. *Journal of Social and Personal Relationships*. 36, 1400–1417. <https://doi.org/10.1177/0265407517716786>
- Cunha, S. V., Medeiros, R. G., Silva, R. L., & Gouveia, G. P. M. (2020). A eficácia da fisioterapia na ansiedade em indivíduos com fibromialgia: revisão sistemática. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 51(e3343), 1-17. <https://doi.org/10.25248/reas.e3343.2020>
- Dahlof, C. G., Pascual, J., Solomon, G. D., Lainez, M. J., Sjostrand, C., & Webster, C. (1996). Prevalence of anxiety and depression in chronic headache. *Cephalalgia*, 16(4), 264-268. <http://www.doi.10.1186/s12883-014-0238-4>
- Damáσιο, A. (1995). *O erro de Descartes. Emoção, Razão e Cérebro Humano*. Col. Forum de Ciência. Pub. Europa América.
- Dantas, A. C. G. (2006). Personalidade, estilos de atribuição e habilidades sociais em adolescentes. *Ciências & Cognição*, 7, 14-26.
- Dennis, T. A., Chen, C.-C., & McCandliss, B. D. (2008) Threat-related attentional biases: An analysis of three attention systems. *Depression and Anxiety*, 25(6), 1-10. <https://doi.org/10.1002/da.20308>
- Derryberry, D., & Reed, M. A. (2002). Anxiety-related attentional biases and their regulation by attentional control. *Journal of Abnormal Psychology*, 111(2), 225–236. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.111.2.225>

- El-Heis, S., Barton, S. J., Chang, H. F., Nield, H., Cox, V., Galani, S., Cutfield, W., Chan, S-Y., Godfrey, K. M., & NiPPeR Study Group. (2024). Maternal mood, anxiety and mental health functioning after combined myo-inositol, probiotics, micronutrient supplementation from preconception: Findings from the NiPPeR RCT. *Psychiatry Research*, 334. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.115813>
- Ellis, A. (2003). Early theories and practices of rational emotive behavior therapy and how they have been augmented and revised during the last three decades. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 21, 219-243. <http://www.doi.10.1023/A:1025890112319>
- Elwood, L. S., Wolitzky-Taylor, K., & Olatunji, B. O. (2012) Measurement of anxious traits: a contemporary review and synthesis. *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, 25(6), 647-666. <https://doi.org/10.1080/10615806.2011.582949>
- Endler, N., S., & Kocovski, N. L. (2001). State and trait anxiety revisited. *Anxiety Disord*, 15(3), 231-245. [https://doi.org/10.1016/s0887-6185\(01\)00060-3](https://doi.org/10.1016/s0887-6185(01)00060-3)
- Eysenck, H. J. (1970). *The Structure of Human Personality* (3th ed.). London: Methuen & Co.
- Eysenck, M. W., & Byrne, A. (1992). Anxiety and susceptibility to distraction. *Personality & Individual Differences*, 13(7), 793-798. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(92\)90052-Q](https://doi.org/10.1016/0191-8869(92)90052-Q)
- Eysenck, M. W., & Derakshan, N. (2011). New perspectives in attentional control theory. *Personality and Individual Differences*, 50(7), 955-960. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.08.019>
- Eysenck, M. W., Derakshan, N., Santos, R., & Calvo, MG (2007). Ansiedade e desempenho cognitivo: teoria do controle atencional. *Emoção*, 7(2), 336-353. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.7.2.336>
- Eysenck, M. W., & Groome, D. (2023). *Cognitive Psychology: Revisiting the Classic Studies*. SAGE Publications.
- Fang, Y., Wang, J., Narwaria, M., Le Callet, P., & Lin, W. (2014). Saliency detection for stereoscopic images. *IEEE Transactions on Image Processing*, 23(6), 2625-2636.

- Favela & Machery (2023). Investigating the concept of representation in the neural and psychological sciences. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1165622>
- Ferguson, J. M. (2001). SSRI Antidepressant Medications: Adverse Effects and Tolerability. *Primary Care Companion to The Journal of Clinical Psychiatry*, 3(1), 22-27. <http://www.doi.10.4088/pcc.v03n0105>
- Fernández. A., Okun, S., & Carrasco, M. (2022). Differential Effects of Endogenous and Exogenous Attention on Sensory Tuning. *Journal of Neuroscience*, 42(7),1316-1327. <http://www.doi.10.1523/JNEUROSCI.0892-21.2021>
- Ferraz, M., & Pereira, A. (2002). A dinâmica da Personalidade e o Homesickness (saudades de casa) dos jovens estudantes universitários. *Psicologia, Saúde e Doença*, 3(2), 149-164.
- Foley, H., & Matlin, M. (2010). *Sensação e Percepção* (5ª ed.). Imprensa de Psicologia. <https://doi.org/10.4324/9781315665061>
- Franco, F. (2024). *Abordagem de auxílio diagnóstico para o Transtorno do Espectro Autista: integração de características semânticas em modelos de atenção visual* [Tese de doutoramento]. Universidade de São Paulo, São Paulo. Recuperado de <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/95/95131/tde-23022024-101642/>
- Frings, C., Foerster, A., Moeller, B., Pastötter, B., & Pfister, R. (2023). The relation between learning and stimulus–response binding. *Psychological Review*. *Advance online publication*. <https://doi.org/10.1037/rev0000449>
- Galera, C., & Souza, A. L. P. (2010). Memória visuoespacial e cinestésica de curto prazo em crianças de 7 a 10 anos. *Estudos de Psicologia*, 15(2), 137-143. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2010000200002>
- Galotti, K. (2017). *Cognitive psychology in and out of the laboratory* (6ª ed.). Sage Publications.
- Giddens, A. (1991). *Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age*. Polity Press.
- Goldberg, L. (1993). The Structure of Phenotypic Personality Traits. *American Psychologist*, 48(1), 26-34. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.48.1.26>

- Goldhaber, C. (2021). Does perceptual psychology rule out disjunctivism in the theory of perception?. *Synthese*, 198(8), 7025-7047. <https://doi.org/10.1007/s11229-019-02508-y>
- Gomes, C. M. A., & Golino, H. F. (2012). Relações hierárquicas entre os traços amplos do Big Five. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 25(3), 445-456. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722012000300004>
- Gomez-Marin, A., & Sheldrake, R. (2023). The nature of visual perception: Could a longstanding debate be resolved empirically?. *Journal of Mind and Behavior*, 44(2),1-4 <http://hdl.handle.net/10261/353222>
- Gonçalves, E. F., de Oliveira, R. A., & de Brito Neves, D. A. (2016). Análise da informação imagética: uma abordagem sob a perspectiva cognitiva. *Em Questão*, 110-135. <https://doi.org/10.19132/1808-5245223.110-135>
- Gordon, I. (1989). *Theories of Visual Perception*. Chichester: John Wiley & Sons.
- Graeff, F. (2007). Ansiedade, pânico e o eixo hipotálamo-pituitária-adrenal. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 29(Supl I), 3-6.
- Grillon, C. (2008). *Models and mechanisms of anxiety: evidence from startle studies*. *Psychopharmacology*, 199(3), 421-437. <https://doi.org/10.1007/s00213-007-1019-1>
- Grogans, S. E., Bliss-Moreau, E., Buss, K. A., Clark, L. A., Fox, A. S., Keltner, D., Cowen, A. S., Kim, J. J., Kragel, P. A., MacLeod, C., Mobbs, D., Naragon-Gainey, K., Fullana, M. A., & Shackman, A. J. (2023). The nature and neurobiology of fear and anxiety: State of the science and opportunities for accelerating discovery. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 151, 105237. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2023.105237>
- Gruda, D., & Ojo, A. (2022). All about that trait: Examining extraversion and state anxiety during the SARS-CoV-2 pandemic using a machine learning approach. *Personality and Individual Differences*, 188. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111461>
- Guimarães, A. M. V., Silva Neto, A. C. da, Vilar, A. T. S., Almeida, B. G. da C., Fermoseli, A. F. de O., & Albuquerque, C. M. F. de. (2015). Transtornos de Ansiedade: Um Estudo de Prevalência sobre as Fobias Específicas e a Importância da Ajuda Psicológica. *Caderno De Graduação - Ciências Biológicas e da Saúde - UNIT - ALAGOAS*, 3(1), 115-128. Recuperado de <https://periodicos.set.edu.br/fitsbiosauade/article/view/2611>

- Hakamata, Y., Lissek, S., Bar-Haim, Y., Britton, J. C., Fox, N. A., Leibenluft, E., Ernst, M., & Pine, D. S. (2010). Attention Bias Modification Treatment: A meta-analysis toward the establishment of novel treatment for anxiety. *Biological Psychiatry*, 68(11), 982–990. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2010.07.021>
- Handy, F., & Cnaan, R. A. (2007). The role of social anxiety in volunteering. *Nonprofit Management and Leadership*, 18(1), 41–58. <https://doi.org/10.1002/nml.170>
- Hansenne, M. (2003). *Psicologia da Personalidade*. Climepsi Editores.
- Hansenne, M. (2005). *Psicologia da Personalidade*. Climepsi Editores.
- Hao, R., Jiao, J., Liu, X., Zuo, J., Jin, H., Wu, Y., & Hu, J. (2024). The effects of big five personality traits on sub-health in a Chinese young adults: A moderated mediation model. *Journal of Affective Disorders*, 358, 335-341. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.03.142>
- Helfinstein, S. M., White, L. K., Bar-Haim, Y., & Fox, N. A. (2008) Affective primes suppress attention bias to threat in socially anxious individuals. *Behaviour Research and Therapy*, 46(7), 799-810. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2008.03.011>
- Heras-Escribano, M. (2021). Pragmatism, enactivism, and ecological psychology: towards a unified approach to post-cognitivism. *Synthese*, 198(1), 337-363. <https://doi.org/10.1007/s11229-019-02111-1>
- Hettema, J. M., Neale, M. C., & Kendler, K. S. (2001). A review and meta-analysis of the genetic epidemiology of anxiety disorders. *American Journal of Psychiatry*, 158(10), 1568-1578. <http://www.doi.10.1176/appi.ajp.158.10.1568>
- Himmelfarb, S., & Murrell, S. A. (1984). The Prevalence and Correlates of Anxiety Symptoms in Older Adults. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 116(2d Half), 159-167. <https://doi.org/10.1080/00223980.1984.9923632>
- Holmes, E. A., & Mathews, A. (2005). Mental Imagery and Emotion: A Special Relationship?. *Emotion*, 5(4), 489–497. <http://dx.doi.org/10.1037/1528-3542.5.4.489>
- Holmes, E. A., & Mathews, A. (2010). Mental imagery in emotion and emotional disorders. *Clinical Psychology Review*, 30(3), 349–362. <http://dx.doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.001>

- Ishikaw, M. (2023) Measuring the Autonomic Nervous System as a Window Into the Mind and Brain. *European Psychologist*, 28(2). <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000500>
- Ito, L. M., Roso, M. C., Tiwari, S., Kendall, P. C., & Asbahr, F. R. (2008). Abordagem Cognitivo-comportamental do transtorno de pânico. *Revista Brasileira de Psiquiatria* 30(Supl II), 96-101.
- James, W. (1970). *The principles of psychology* (Vol. 1). New York: Holt. (Original work published 1890.).
- Jardin, C., & Silva, S. M. (2018). Young People Engaging in Volunteering: Questioning a Generational Trend in an Individualized Society. *Societies*, 8(1), 8. <https://doi.org/10.3390/soc8010008>
- Jefferson J. W. (2001). Social Anxiety Disorder: More Than Just a Little Shyness. *The Primary Care Companion to The Journal of Clinical Psychiatry*, 3(1), 4-9. <https://doi.org/10.4088/pcc.v03n0102>
- Ji, J. L., Heyes, S. B., MacLeod, C., & Holmes, E. A. (2016). Emotional mental imagery as simulation of reality: Fear and beyond—A tribute to Peter Lang. *Behavior Therapy*, 47(5), 702–719. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2015.11.004>
- Jolliffe, R., Adams, D., & Simpson, K. (2023). State-Trait Anxiety Inventory for Children – Parent-reported Trait-version; a psychometric analysis of the measure in children on the autism spectrum. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 108, 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2023.102254>
- Joormann, J., & D'Avanzato, C. (2010). Emotion regulation in depression: Examining the role of cognitive processes. *Cognition and Emotion*, 24(6), 913–939. <https://doi.org/10.1080/02699931003784939>
- Junior, J. A. S., Lima, D. V. B., & Lopes, A. P. (2014). Relação entre traços de personalidade e ansiedade. *Caderno de Graduação-Ciências Biológicas e da Saúde*, 2(1), 79-89.
- Kandler, C., Zimmermann, J., & McAdams, D. P. (2014). Core and surface characteristics for the description and theory of personality differences and development. *European Journal of Personality*, 28(3), 231-243.
- Kaplan, S. C., Levinson, C. A., Rodebaugh, T. L., Menatti, A., & Weeks, J. W. (2015). Social anxiety and the Big Five personality traits: The interactive relationship of trust and

- openness. *Cognitive Behaviour Therapy*, 44(3), 212-222.
<https://doi.org/10.1080/16506073.2015.1008032>
- Karsten, J., Penninx, B. W. J. H., Riese, H., Ormel, J., Nolen, W. A., & Hartman, C. A. (2012). The state effect of depressive and anxiety disorders on big five personality traits. *Journal of Psychiatric Research*, 46(5), 644-650.
<https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2012.01.024>
- Kessler, R. C., Davis, C. G., & Kendler, K. S. (1997). Childhood adversity and adult psychiatric disorder in the US National Comorbidity Survey. *Psychological Medicine*, 27(5), 1101-1119. <http://www.doi.10.1017/s0033291797005588>
- Kendler, K. S., Karkowski, L. M., & Prescott, C. A. (1999). Causal relationship between stressful life events and the onset of major depression. *American Journal of Psychiatry*, 156(6), 837-841. <http://www.doi.10.1176/ajp.156.6.837>
- Kendler, K. S., Neale, M. C., Kessler, R. C., Heath, A. C., & Eaves, L. J. (2003). The genetic epidemiology of phobias in women: the interrelationship of agoraphobia, social phobia, situational phobia, and simple phobia. *Archives of General Psychiatry*, 49(4), 273-281.
<http://www.doi.10.1001/archpsyc.1992.01820040025003>
- Kessler R. C., Ruscio, A. M., Shear, K., & Wittchen H.-U. (2010). Epidemiology of anxiety disorders. *Behavioral neurobiology of anxiety and its treatment*, 2, 21–35.
- King, L. A., & Stott, D. E. (2020). *The Science of Psychology: An Appreciative View* (5^a ed.). McGraw-Hill.
- Kloet, E., Joëls, M., & Holsboer, F. (2005). Stress and the brain: from adaptation to disease. *Nature Reviews Neuroscience*, 6(6), 463-475. <http://www.doi.10.1038/nrn1683>
- Knowles, K. A., & Olatunji, B. O. (2020). Specificity of trait anxiety in anxiety and depression: Meta-analysis of the State-Trait Anxiety Inventory. *Clinical Psychology Review*, 82, 1-20. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101928>
- Kotov, R., Gamez, W., Schmidt, F., & Watson, D. (2010). Linking “big” personality traits to anxiety, depressive, and substance use disorders: A metaanalysis. *Psychological Bulletin*, 136(5), 768-821. <https://doi.org/10.1037/a0020327>

- Kotov, R., Watson, D., Robles, J. P., & Schmidt, N. B. (2007). Personality traits and anxiety symptoms: The multilevel trait predictor model. *Behaviour Research and Therapy*, 45(7), 1485-1503. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2006.11.011>
- Kristensen, C. H. (2005). *Estresse Pós-Traumático: Sintomatologia e Funcionamento Cognitivo*. [Tese de Doutorado]. Universidade Federal do Rio Grande do Sul.
- Lahey, B. B. (2009). Public health significance of neuroticism. *American Psychologist*, 64(4), 241-256. <http://www.doi.10.1037/a0015309>
- Landry M., Castanheira, J. S., & Jerbi, K. (2023). Differential and Overlapping Effects between Exogenous and Endogenous Attention Shape Perceptual Facilitation during Visual Processing. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 1;35(8), 1279-1300. http://www.doi.10.1162/jocn_a_02015
- Leal, P. C. (2013). *Avaliação da Correlação entre Ansiedade-Traço e Ansiedade-Estado em Indivíduos Submetidos a Situações Ansiógenas*. [Dissertação de Mestrado]. Universidade Federal de Sergipe.
- Leal, P. C., Goes, T. C., Silva, L. C. F., & Silva, F. T. (2017). Trait vs. state anxiety in different threatening situations. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 39(3), 147-157. <http://dx.doi.org/10.1590/2237-6089-2016-0044>
- Leontiev, A. N. (2014). *Atividade. Consciência. Personalidade*. CC BY-SA (Creative Commons Atribuição-CompartilhaIgual 3.0).
- Lesch, K. P., Bengel, D., Heils, A., Sabol, S. Z., Greenberg, B. D., Petri, S., ... & Murphy, D. L. (1996). Association of anxiety-related traits with a polymorphism in the serotonin transporter gene regulatory region. *Science*, 274(5292), 1527-1531. <http://www.doi.10.1126/ciência.274.5292.1527>
- Lewis, A. (1979). *Problems presented by the ambiguous word "Anxiety" as used in psychopathology*. The Later Papers of Sir Aubrey Lewis. Oxford University Press.
- Lima, M. P. (1997). *NEO PI-R: Contextos teóricos e psicométricos "OCEAN" ou "Iceberg"?*. [Dissertação de Doutorado]. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra. Repositório do ISPA. <http://hdl.handle.net/10400.12/1647e>

- Lima, M., & Simões, A. (2003). Inventário de Personalidade NEO Revisão (NEO-PI-R). In M. Gonçalves, M. Simões, L. Almeida, & C. Machado (Orgs.), *Avaliação Psicológica - Instrumentos validados para a população portuguesa*, 1(15-32). Coimbra: Quarteto.
- Logie, R. H. (2016). Retiring the central executive. *Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 69(10), 2093-2109. <https://doi.org/10.1080/17470218.2015.1136657>
- Lopes, P. N., Salovey, P., & Straus, R. (2003). Emotional intelligence, personality, and the perceived quality of social relationships. *Personality and Individual Differences*, 35(3), 641-658. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00242-8](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00242-8)
- Luck, S. J., & Vogel, E. K. (2013). Visual working memory capacity: from psychophysics and neurobiology to individual differences. *Trends in Cognitive Sciences*, 17(8), 391-400. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2013.06.006>
- Lumley, M. A., & Melamed, B. G. (1992). Blood phobics and nonphobics: Psychological differences and affect during exposure. *Behavior Research and Therapy*, 30(5), 425-434. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(92\)90026-d](https://doi.org/10.1016/0005-7967(92)90026-d)
- MacDougall, E.-J. H., & McCann, S. J. H. (2020). The relation of neuroticism and social anxiety to willingness to volunteer. *The Journal of Social Psychology*, 160(4), 459-464. <https://doi.org/10.1080/00224545.2019.1677548>
- MacLean, K. A., Aichele, S. R., Bridwell, D. A., Mangun, G. R., Wojciulik, E., & Saron, C. D. (2009). Interactions between endogenous and exogenous attention during vigilance. *Attention, Perception, & Psychophysics*, 71(5), 1042-1058. <https://doi.org/10.3758/APP.71.5.1042>
- MacLeod, C., Grafton, B., & Notebaert, L. (2019). Anxiety-Linked Attentional Bias: Is It Reliable?. *Annual review of clinical psychology*, 15, 529-554. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050718-095505>
- Magalhães, E., Salgueira, A., Gonzalez, A.-J., Costa, J. J., Costa, M. J., Costa, P., & Lima, M. P. (2014). NEO-FFI: Psychometric Properties of a Short Personality Inventory in Portuguese Context. *Psychology/Psicologia Reflexão e Crítica*, 27(4), 642-657. <https://doi.org/10.1590/1678-7153.201427405>
- Maia, M. M. B. (2011). "O que é o design? : a dimensão cognitiva da actividade de design : os de signers nas organizações portuguesas de Design Industrial". [Tese de Doutoramento].

Universidade Técnica de Lisboa. Instituto Superior de Economia e Gestão. <http://hdl.handle.net/10400.5/4238>

- Manfro, G. G., Heldt, E. S., Cordioli, A. V., & Otto, M. W. (2008). Terapia cognitivo-comportamental no transtorno de pânico. *Revista brasileira de psiquiatria*, 30(2), 81-87.
- Marín, J. O., Solanilla, K. J., & Barreto, R. A. (2015). Effects of state and trait anxiety on selective attention to threatening stimuli in a nonclinical sample of school children. *International Journal of Psychological Research*, 8(1), 75-90.
- Marôco, J. (2011). *Análise estatística com o SPSS statistics* (5ª ed.). ReportNumber.
- Martins, P. F. S., & Lopes, E. J. (2010). Relação entre Personalidade, Transtornos de Ansiedade e de Humor: Uma Revisão da Literatura Brasileira. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 6(1), 85-107. <https://doi.org/10.5935/1808-5687.20100006>
- Mathews, A., & MacLeod, C. (1986). Discrimination of Threat Cues Without Awareness in Anxiety States. *Journal of Abnormal Psychology*, 95(2), 131-138. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.95.2.131>
- McCrae, R. R., & Costa, P. (2004). A contemplated revision of the NEO FIVE-Factor Inventory. *Personality and individual differences*, 36(3), 587-596. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00118-1](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00118-1)
- McCrae, R. R., & John, O. P. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60(2), 175-215. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00970.x>
- McHugh, K. (2015). Treatment of co-occurring anxiety disorders and substance use disorders. *Harvard Review of Psychiatry*, 23(2), 99-111. <http://www.doi.10.1097/HRP.000000000000058>
- McMullen, P. A., & Farah, M. J. (1991). Viewer-centered and object-centered representations in the recognition of naturalistic line drawings. *Psychological Science*, 2(4), 275-277. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1991.tb00149.x>
- Meier, S. M., Mattheisen, M., Mors, O., Mortensen, P. B., Laursen, T. M., & Penninx, B. W. (2016). Increased mortality among people with anxiety disorders: Total population

- study. *British Journal of Psychiatry*, 209(3), 216–221. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.115.17197>
- Meijer, J. (2001). Stress in the relation between trait and state anxiety. *Psychological Reports*, 88(3 Pt 2), 947-964. <https://doi.org/10.2466/PRO.88.4.947-964>
- Meiners M., Barbosa B., Santana M., Gerlack L., & Galato D. (2022) Percepções e uso do metilfenidato entre universitários da área da Saúde em Ceilândia, DF, Brasil. *Interface (Botucatu)*, 26, 1-20. <https://doi.org/10.1590/interface.210619>
- Melo, W. V., Junior, A. A. O., Peixoto, M. S., & Araujo, L. B. (2012). Avaliação da ansiedade e do viés de atenção no canal visual para estímulos emocionais em uma amostra não clínica. *Estudos de Psicologia*, 17(1), 107-114. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2012000100013>
- Mercado, F., Carretié, L., Tapia, M., & Gómez-Jarabo, G. (2006). The influence of emotional context on attention in anxious subjects: neurophysiological correlates. *Journal of Anxiety Disorders*, 20(1), 72-84. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2004.10.003>
- Mitte, K. (2008). Memory bias for threatening information in anxiety and anxiety disorders: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 134(6), 886–911. <https://doi.org/10.1037/a0013343>
- Mogg, K., Mathews, A., Bird, C., & Macgregor-Morris, R. (1990). Effects of Stress and Anxiety on the Processing of Threat Stimuli. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(6), 1230–1237. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.6.1230>
- Mohlman, J., & Gorman, J. M. (2005). The role of executive functioning in CBT: a pilot study with anxious older adults. *Behaviour Research and Therapy*, 43(4), 447-465. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2004.03.007>
- Moulton, S. T., & Kosslyn, S. M. (2009). Imagining predictions: Mental imagery as mental emulation. *Philosophical Transactions of The Royal Society B: Biological Sciences*, 364(1521), 1273–1280. <http://dx.doi.org/10.1098/rstb.2008.0314>
- Müller, H. J., Reimann, B., & Krummenacher, J. (2003). Visual search for singleton feature targets across dimensions: Stimulus-and expectancy-driven effects in dimensional weighting. *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance*, 29(5), 1021. <https://doi.org/10.1037/0096-1523.29.5.1021>

- Nakamura, H., Sugihara, G., Hara, K., Inaji, M., Noha, M., Takumi, I., Watanabe, M., Takahashi, H., Maehara, T., Yamamoto, H., & Takagi, S. (2023). Seizure-related stress and arousal responses mediate a relationship between anxiety trait and state in epilepsy. *Epilepsy & Behavior*, 147. <https://doi.org/10.1016/j.yebeh.2023.109442>
- Neiva, J. (2010). *Estabelecimento de metas e ansiedade traço na aquisição de habilidades motoras*. [Master's Dissertation, Escola de Educação Física e Esporte], Digital Library USP. <https://doi.org/10.11606/D.39.2010.tde-08122010-075939>
- Nesi, G. A., Franco, M. R., & Capel, L. M. M. (2020). A disbiose da microbiota intestinal, sua associação no desenvolvimento de doenças neurodegenerativas e seus possíveis tratamentos. *Brazilian Journal of Development*, 6(8), 63306-63326. <https://doi.org/10.34117/bjdv6n8-677>
- Northup, T., Santana, A. D., Choi, H., & Puspita, R. (2022). Personality traits, personal motivations, and online news and social media commenting. *Journal of Media and Communication Studies*, 14(3), 68-78. <https://doi.org/10.5897/JMCS2022.0775>
- Nunes, C. H. S., & Hutz, C. S. (2002). O modelo dos cinco grandes fatores de personalidade. In R. Primi (Org.), *Temas em avaliação Psicológica*. IBAP: Campinas.
- Nunes, C. H. S., Hutz, C. S., & Giacomoni, C. (2009). Associação entre bem-estar subjetivo e personalidade no modelo dos cinco grandes fatores. *Avaliação Psicológica*, 8(1), 99-108.
- O'Neil, W. M. (1965). What are Stimuli?. *Australian Journal of Psychology*, 17(2), 109-116. <https://doi.org/10.1080/00049536508255532>
- OECD/European Observatory on Health Systems and Policies (2023), Portugal: Perfil de saúde do país 2023, State of Health in the EU, OECD Publishing, Paris/European Observatory on Health Systems and Policies, Brussels.
- Oishi, Y., Aruga, K., & Kurita, K. (2024). Relationship between face recognition ability and anxiety tendencies in healthy young individuals: A prosopagnosia index and state-trait anxiety inventory study. *Acta Psychologica*, 245, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104237>
- Olivers, C. N., & Roelfsema, P. R. (2020). Attention for action in visual working memory. *Córtex*, 131, 179-194. <https://doi.org/10.1016/j.cortex.2020.07.011>

- Olofsson, J. K., & Polich, J. (2007). Affective visual event-related potentials: Arousal, repetition, and time-on-task. *Biological Psychology*, 75(1), 101–108. <https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2006.12.006>
- Pacheco-Unguetti, A. P., Acosta, A., Marqués, E., & Lupiáñez, J. (2011). Alterations of the attentional networks in patients with anxiety disorders. *Journal of Anxiety Disorders*, 25(7), 888–895. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2011.04.010>
- Palma, M. (2012). *A Prosecação dos estudos do papel da personalidade na tomada de decisão*. [Dissertação de Mestrado]. Instituto Universitário Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida.
- Pearson, J., & Brascamp, J. (2008). Sensory memory for ambiguous vision. *Trends in Cognitive Sciences*, 12(9), 334–341. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2008.05.006>
- Pedroso-Lima, M., Magalhães, E., Salgueira, A., Gonzalez, A.-J., Costa, J. J., Costa, M. J., & Costa, P. (2014). A versão portuguesa do NEO-FFI: Caracterização em função da idade, género e escolaridade. *Revista PSICOLOGIA*, 28(2), 1–10. <https://doi.org/10.17575/rpsicol.v28i2.534>
- Peirce, J. W. (2009). Generating stimuli for neuroscience using PsychoPy. *Frontiers in Neuroinformatics*, 2(10),1-8. <https://doi.org/10.3389/neuro.11.010.2008>
- Peixoto, A. C., & Meneses, R. F. (2018). Os Cinco Grandes Fatores de Personalidade e as Habilidades Sociais: Revisão das Relações. *E- Revista De Estudos Interculturais*, (6), 1-32. <https://doi.org/10.34630/erei.vi6.4039>
- Penley, J. A., & Tomaka, J. (2002). Associations among the big five, emotional responses, and coping with acute stress. *Personality and Individual Differences*, 32(7), 1215–1228. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00087-3](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00087-3)
- Pessoa, L., Kastner, S., & Ungerleider, L. G. (2002). Attentional control of the processing of neutral and emotional stimuli. *Cognitive Brain Research*, 15(1), 31–45. [https://doi.org/10.1016/S0926-6410\(02\)00214-8](https://doi.org/10.1016/S0926-6410(02)00214-8)
- Pozzi, G., Frustaci, A., Tedeschi, D., Solaroli, S., Grandinetti, P., Di Nicola, M., & Janiri, L. (2015). Coping strategies in a sample of anxiety patients: factorial analysis and associations with psychopathology. *Brain and Behavior*, 5(8), 1–10. <https://doi.org/10.1002/brb3.351>

- Puliafico, A. C., & Kendall, P. C. (2006). Threat-Related Attentional Bias in Anxious Youth: A Review. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 9(3-4), 162- 180. <https://doi.org/10.1007/s10567-006-0009-x>
- Qu, W., Sun, H., & Ge, Y. (2021). The effects of trait anxiety and the big five personality traits on self-driving car acceptance. *Transportation*, 48(5), 2663-2679. <https://doi.org/10.1007/s11116-020-10143-7>
- Queiroz, C. M. L. (1997). *Emoções e comportamento desviante, um estudo na perspetiva da personalidade como sistema auto organizador*. [Tese de Doutoramento]. FPCEUP.
- Quintão, S., Delgado, A. R., & Prieto, G. (2013). Validity Study of the Beck Anxiety Inventory (Portuguese version) by the Rasch Rating Scale Model. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 26(2), 305-310. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722013000200010>
- Ribeiro, A. (2013). *A influência da Personalidade na deteção da mentira*. [Dissertação de Mestrado]. Instituto Superior de Ciências da Saúde Egas Moniz.
- Robert, B. W., & Yoon H. J. (2021). Personality Psychology. *Annual Review of Psychology*, 73, 489–516. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-020821-114927>
- Robinson-Riegler, B., & Robinson-Riegler, G. (2011). *Cognitive Psychology* (3^a ed.). Pearson.
- Rodrigues, C. M. P. (2009). Validação do Teste TSAI-Y de Spielberger: Avaliação da Ansiedade face aos Testes. *Psicologia.pt - O Portal dos Psicólogos*.
- Rosa, P. J. M. (2012). *Efeitos da exposição repetida subliminar a estímulos biologicamente relevantes nos estados emocionais* [Tese de doutoramento]. Instituto Universitário de Lisboa. Recuperado de https://repositorio.iscte-iul.pt/bitstream/10071/7434/1/phd_pedro_mendes_rosa.pdf
- Ruiz-Caballero, J. A., & Bermúdez, J. (1997). Anxiety and attention: Is there an attentional bias for positive emotional stimuli?. *Journal of General Psychology*, 124(2), 194–210. <https://doi.org/10.1080/00221309709595517>
- Sadowski, C. J., & Cogburn, H. E. (1997). Need for cognition in the Big-Five factor structure. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 131(3), 307–312. <https://doi.org/10.1080/00223989709603517>

- Sakamoto, C. K., & Lucio, L. (2017). A luz e o insight – sobre percepção visual e ensino na Comunicação. *Boletim - Academia Paulista de Psicologia*, 37(92), 115-127.
- Santos, A. (2000). Sobre imagens mentais e representações visuo-espaciais de objectos e ambientes. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 17(2), 18-30. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2000000200002>
- Santos, J. A. & Mesquita, A. (1991). O Debate Contemporâneo Sobre a Percepção Visual. *Análise Psicológica*, 2(9), 157-169. <http://hdl.handle.net/10400.12/2702>
- Santos, S. C., & Silva, D. R. (1997). Adaptação do State-Trait Anxiety Inventory (STAI) – Form Y para a População Portuguesa: Primeiros Dados. *Revista Portuguesa de Psicologia*, 32, 85-98.
- Saviola, F., Pappaianni, E., Monti, A., Grecucci, A., Jovicich, J., & De Pisapia, N. (2020). Trait and state anxiety are mapped differently in the human brain. *Scientific Reports*, 10(1). <https://doi.org/10.1038/s41598-020-68008-z>
- Savoia, M. G., Neto, T. P. B., Vianna, A. M., & Márcio, B. (2010). Avaliação de traços de personalidade em pacientes com fobia social. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 37(2), 57-59. <https://doi.org/10.1590/S0101-60832010000200005>
- Scala, L. (2014). Emergências hipertensivas e uso de drogas ilícitas. *Revista Brasileira de Hipertensão*, 21(4), 194-202.
- Schreuder, E., Erp, J., Toet, A., & Kallen, V. (2016) Emotional Responses to Multisensory Environmental Stimuli: A Conceptual Framework and Literature Review. *Sage Open*, 1-19. <http://www.doi.10.1177/2158244016630591>
- Schultz, D. P. & Schultz, S. E. (2003). *Teorías de la personalidad* (7ªEd.). Madrid: Thomson.
- Serviço Nacional de Saúde. (2023). *Ansiedade*. Acedido em 19 de dezembro de 2023 em <https://www.sns24.gov.pt/tema/saude-mental/ansiedade/#>
- Shackman, A. J., Sarinopoulos, I., Maxwell, J. S., Pizzagalli, D. A., Lavric, A., & Davidson, R. J. (2006). Anxiety selectively disrupts visuospatial working memory. *Emotion*, 6(1), 40-61. <http://www.doi.10.1037/1528-3542.6.1.40>
- Silva, I., & Nakano, T. (2011). Modelo dos cinco grandes fatores da Personalidade: Análise de pesquisas. *Avaliação Psicológica*, 10(1), 51-62.

- Silva, K., Fonseca, L., & Correia, P. (2020). Abordagem neurocognitiva de processos atencionais envolvidos na aprendizagem mediada por mapas conceituais. *Revista Brasileira de Ensino de Ciência e Tecnologia*, 13(2), 247-268. <https://periodicos.utfpr.edu.br/rbect>
- Silva, R., Scholottfeldt, C., Rozenberg, M., & Santos, M. (2007). Replicabilidade do Modelo dos Cinco Grandes Fatores em medidas da personalidade. *Mosaico, estudos em psicologia*, 1(1), 37-49.
- Singer, J. (1984). *The human personality*. San Diego: Harcourt Brace Jovanovich Publishers.
- Sisto, F. (2004). Traços de Personalidade de crianças e emoções: evidência de validade. *Paidéia*, 14(29), 359-369. <https://doi.org/10.1590/S0103-863X2004000300011>
- Sisto, F., & Oliveira, A. (2007). Traços de personalidade e agressividade: um estudo de evidência de validade. *PSIC- Revista de Psicologia da Vetor Editora*, 8(1), 89-99.
- Smith, R., Killgore, W. D. S., Alkozei, A., & Lane, R. D. (2018). A neuro-cognitive process model of emotional intelligence. *Biological Psychology*, 139, 131-151. <https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2018.10.012>
- Soto, C. J. (2019). How replicable are links between personality traits and consequential life outcomes? The life outcomes of personality replication project. *Psychological Science*, 30(5), 711-727. <https://doi.org/10.1177/0956797619831612>
- Soto, C. J. (2021). Do links between personality and life outcomes generalize? Testing the robustness of trait-outcome associations across gender, age, ethnicity, and analytic approaches. *Social Psychological & Personality Science*, 12(1), 118-130. <https://doi.org/10.1177/1948550619900572>
- Sousa, A. M. P. (2012). *Desportos com Riscos Envolvidos e Traços de Personalidade*. [Dissertação de Mestrado]. Universidade de Psicologia e de Ciências da Educação do Porto.
- Souza, R. G., Santana, E. B., Pedra, R., Dias, D., & Dantas, E. H. M. (2015). A Relevância dos Instrumentos de Avaliação de Ansiedade, Estresse e Depressão. *Caderno De Graduação - Ciências Biológicas e de Saúde - UNIT - SERGIPE*, 3(1), 37-57.
- Souza, W. C., Rosa, G. M. M. V., Gaban, G. A., Pistarino-Pinto, L. D., Batista, E. T., Serafim, A. D., & Silva, A. M. M. (2009). A influência da personalidade ansiosa e o estado de ansiedade sobre o equilíbrio postural. *Fisioterapia Ser*, 4(4), 216-219.

- Sperling, G. (1960). The information available in brief visual presentations. *Psychological Monographs: General and Applied*, 74(11), 1-29. <https://doi.org/10.1037/h0093759>
- Spielberger, C. D. (1966). Theory and Research on Anxiety. In C. Spielberger (Ed.), *Anxiety and Behavior*. Academic press.
- Spielberger, C. D. (1972). Anxiety as an Emotional State. In C. D. Spielberger (Ed.), *Anxiety: Current Trends in Theory and Research* (Vol. 1, pp. 23-49). New York: Academic Press. <http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-657401-2.50009-5>
- Spielberger, C. D. (1983). *Manual for the State±Trait Anxiety Inventory STAI (Form Y)*. Palo Alto, CA: Mind Garden
- Spielberger, C. D. (1989). *State-Trait Anxiety Inventory: Bibliography*. (2nd ed.). Consulting Psychologists Press, Palo Alto.
- Spielberger, C. D., Gonzalez-Reigosa, F., Martinez-Urrutia, A., Natalicio, L. F. S., & Natalicio, D. S. (1971). Development of The Spanish Edition of The State-Trait Anxiety Inventory. *Revista Interamericana De Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 5(3;4), 145-158. <https://doi.org/10.30849/rip/ijp.v5i3 & 4.620>
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Spielberger C. D., Gorsuch, R., Lushene, P., Vagg, P. R., & Jacobs, G. A. (1983). *Manual for State-trait Anxiety Inventory (STAI)*. Palo Alto: Consulting Psychologist Press.
- Sternberg, R J., & Sternberg, K. (2012). *Cognitive Psychology* (6^a ed.). Cengage Learning.
- Suzigan, M. S., Santos, L. R., Rosa, S. A., Caldas, E. R., Araújo, B. M., & Caixeta, F. C. (2024). Neurobiologia dos transtornos de ansiedade - Neurobiology of anxiety disorders. *Brazilian Journal of Health Review*, 7(1), 6109-6130. <https://doi.org/10.34119/bjhrv7n1-492>
- Sylvers, P., Lilienfeld, S. O., & LaPrairie, J. L. (2011). Differences between trait fear and trait anxiety: Implications for psychopathology. *Clinical Psychology Review*, 31(1), 122-137. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.08.004>

- Thomas, C., & Castro, E. (2012). Personalidade, comportamentos da saúde e adesão ao tratamento a partir do modelo dos cinco grandes factores: uma revisão da literatura. *Psicologia, Saúde & Doença*, 13(1), 100-109.
- Tolin, D. F., Lohr, J. M., Sawchuk, C. N., & Lee, T. C. (1997). Disgust and disgust sensitivity in blood-injection-injury and spider phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 35(10), 949–953. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(97\)00048-X](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(97)00048-X)
- Trentini, C., Hutz, C., Bandeira, D., Teixeira, M., Gonçalves, M., & Thomazoni, A. (2009). Correlações entre EFN - Escala Fatorial de Neuroticismo e o IFP - Inventário Fatorial de Personalidade. *Avaliação Psicológica*, 8(2), 209-217.
- Vagg, P. R., Spielberger, C. D., & O'Hearn Jr, T. P. (1980). Is the state-trait anxiety inventory multidimensional?. *Personality and Individual Differences*, 1(3), 207-214.
- Varela, P. (2006). *Ansiosa-mente - chaves para reconhecer e desafiar a ansiedade* (C. Brito, Trans. 1ª ed.). Lisboa: A Esfera dos Livros.
- Veen, D. C., van Dijk, S. D. M, Comijs, H. C., van Zelst, W. H., Schoevers, R. A., & Oude Voshaar, R. C. (2016). The importance of personality and life-events in anxious depression: from trait to state anxiety. *Aging & mental health*, 21(11), 1177-1183. <https://doi.org/10.1080/13607863.2016.1202894>
- Verwey, W. B. (2024). The basis of S–R learning: associations between individual stimulus features and responses. *Psychological Research*, 88(2), 621–638. <https://doi.org/10.1007/s00426-023-01873-1>
- Vinciarelli, A., & Mohammadi, G. (2014). A Survey of Personality Computing. *IEEE Transactions on Affective Computing*, 5(3), 273-291. <https://doi.org/10.1109/TAFFC.2014.2330816>
- Volkow, N. D. (2004). The reality of comorbidity: depression and drug abuse. *Biological Psychiatry*, 56(10), 714-717. <http://www.doi.10.1016/j.biopsych.2004.07.007>
- Wagemans, J., Elder, J. H., Kubovy, M., Palmer, S. E., Peterson, M. A., Singh, M., & Heydt, R. A. (2012). Century of Gestalt psychology in visual perception: perceptual grouping and figure-ground organization. *Psychological Bulletin*, 138(6), 1172-217. <http://www.doi.10.1037/a0029333>

- Wagner, J., Orth, U., Bleidorn, W., Hopwood, C., & Kandler, C. (2020). Towards an integrative model of sources of personality stability and change. *Current Directions in Psychological Science*, 29(5), 438-444. <https://doi.org/10.1177/0963721420924751>
- Warren, W. H. (2012). Does this computational theory solve the right problem? Marr, Gibson, and the goal of vision. *Perception*, 41(9), 1053-1060. <http://www.doi.10.1068/p7327>
- Waugh, N. C., & Norman, D. A. (1965). Primary memory. *Psychological Review*, 72(2), 89–104. <https://doi.org/10.1037/h0021797>
- Wolff, M., Morceau, S., Folkard, R., Martin-Cortecero, J., & Groh, A. (2021). A thalamic bridge from sensory perception to cognition. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 120, 222-235. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.11.013>
- Xi, Y. (2020). Anxiety: a concept analysis. *Frontiers of Nursing*, 7(1), 9-12. <https://doi.org/10.2478/FON-2020-0008>
- Yang, X., Wang, X., Li, Z., Yi, B., Liang, C., Liu, X., Li, Y., & He, W. (2023). The change of state-trait anxiety among patients undergoing orthognathic surgery: A longitudinal study. *American Journal of Orthodontics and Dentofacial Orthopedics*, 165(6), 628-637. <https://doi.org/10.1016/j.ajodo.2023.12.011>
- Zhang, B., Li, X., Deng, H., Tan, P., He, W., Huang, S., Wang, L., Xu, H., Cao, L., & Nie, G. (2024). The relationship of personality, alexithymia, anxiety symptoms, and odor awareness: A mediation analysis. *BMC Psychiatry*, 24(1), Article 185. <https://doi.org/10.1186/s12888-024-05653-y>
- Zuardi, A. (2017) Características básicas do transtorno de ansiedade generalizada. *Medicina (Ribeirão Preto)*, 50(1),51-55. <https://doi.org/10.11606/issn.2176-7262.v50isupl1.p51-55>

Anexos

**Anexo I - Parecer da Comissão de Ética da Universidade da Beira
Interior**



Comissão de Ética
Universidade da Beira Interior

comissaodeetica@ubi.pt
Convento de Santo António
6201-001 Covilhã | Portugal

Parecer relativo ao processo n.º CE-UBI-Pj-2023-004-ID1584

Na sua reunião de 21 de março de 2023, a Comissão de Ética apreciou a documentação científica submetida referente ao pedido de parecer do projeto “**Cognição, Psicopatologia, Personalidade e Ritmos Circadianos em Adultos**”, da proponente **Carla Sofia Lucas do Nascimento**, a que atribuiu o código n.º CE-UBI-Pj-2023-004.

Na sua análise não identificou matéria que ofenda os princípios éticos e morais, sendo de parecer que o estudo em causa pode ser **aprovado**.

Covilhã e UBI

A Presidente da Comissão de Ética

Assinado por: **AMÉLIA MARIA MONTEIRO
FERNANDES NUNES**
Num. de identificação: B1102417849
Data: 2023.03.28 09:18:59+01'00'



(Professora Doutora Amélia Maria Monteiro Fernandes Nunes)

(Professora Auxiliar)

Anexo II – Consentimento Livre, Informado e Esclarecido (CLIE)

CONSENTIMENTO LIVRE, INFORMADO E ESCLARECIDO (CLIE) PARA PARTICIPAÇÃO NO ESTUDO

“Ver ou imaginar: o que influencia mais as nossas características psicológicas?”

O meu nome é Mariana Amaral Silva da Costa Rodrigues e sou aluna do 2º ano do Mestrado de Psicologia Clínica e da Saúde da Universidade da Beira Interior na Covilhã. Como exigência para obtenção do grau de Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde, encontro-me a realizar a dissertação com o título anteriormente mencionado, sob a orientação da Prof. Doutora Carla Sofia Lucas do Nascimento (Cédula Profissional OPP nº 11370) e coorientação do Prof. Doutor Paulo Joaquim Fonseca da Silva Farinha Rodrigues. Para dar continuidade a este trabalho, venho solicitar a sua participação, pois sem ela não será possível concretizar com êxito este projeto e a sua colaboração será fundamental para promover o conhecimento sobre a relação entre a ansiedade, características personalísticas e estímulos visuais (agulhas).

Informo que a sua participação é totalmente voluntária, podendo, se assim considerar e for do seu interesse, desistir a qualquer momento, sem que para isso tenha de dar qualquer tipo de justificação e sem que daí advenham quaisquer prejuízos para si em qualquer perspetiva. Desta forma, o investigador irá aplicar-lhe instrumentos de avaliação previamente decididos para o efeito deste estudo, não o expondo a quaisquer riscos ou inconvenientes.

Este trabalho envolve como investigadores Mariana Amaral Silva da Costa Rodrigues (aluna do 2º ano do 2º Ciclo do Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde), Prof.ª Doutora Carla Sofia Nascimento (Departamento de Psicologia e Educação) e Prof. Doutor Paulo Rodrigues (Departamento de Psicologia e Educação).

Informamos ainda que a participação neste estudo não implica qualquer consequência negativa nem traz benefícios para os envolvidos. O estudo não dispõe de qualquer financiamento remunerações ou proveitos para além dos científicos dos investigadores e não existem conflitos de interesse.

Apenas os investigadores deste projeto terão acesso aos dados fornecidos nos questionários e comprometem-se a: a) garantir total confidencialidade sobre os dados que forem fornecidos pelos participantes, uma vez que serão colocados numa base de dados que não permite a identificação, direta ou não, dos indivíduos envolvidos; b) utilizar os dados fornecidos pelos participantes somente para fins de investigação (os resultados têm unicamente valor coletivo e serão apenas tratados como um todo). A sua confidencialidade está garantida, uma vez que, os dados fornecidos são absolutamente

confidenciais e tratados apenas coletivamente, de forma a garantir o anonimato dos participantes, para além disso, os questionários não terão nenhum elemento que permita a sua identificação pessoal, em qualquer momento e por qualquer motivo (inclusive se sentir a sua privacidade invadida) é possível desistir de colaborar neste projeto.

Este projeto foi submetido e aprovado pela Comissão de Ética da Universidade da Beira Interior (código nº CE-UBI-Pj-2023-004).

O tempo estimado para o preenchimento deste questionário é de cerca de 15 minutos.

Uma vez que a sua decisão de participar é voluntária, livre, e informada pelo presente documento, qualquer pergunta, dúvida ou informação adicional de que necessite para a sua decisão poderá ser-me colocada.

Ao assinar este documento confirmo que transmiti toda a informação nela contida, e expliquei e dei resposta a todas as questões e dúvidas apresentadas pelo participante.

Assinatura da investigadora:

Data: __ de __ de 202__

(assinatura)

Ao assinar esta declaração assumo que irei colaborar livremente, que li e compreendi a informação e os esclarecimentos que me foram dados, e a meu contento, acerca da minha participação, e tive tempo suficiente para me decidir e neles ponderar.

Aceito participar nas tarefas que me são solicitadas, sabendo que nada me impede de mudar de posição, sendo que poderei manifestar o desejo de não colaborar, sem que tal implique quaisquer perdas de direitos ou acarrete prejuízos pessoais.

Tenho conhecimento de que um original deste documento, assinado por ambos os subscritores, fica em minha posse.

Assinatura do participante:

Data: __ de __ de 202__

(assinatura)

Anexo III - Póster



VER: O QUE INFLUENCIA AS NOSSAS CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS?



Mariana Rodrigues (1), Carla Nascimento (1), Paulo Rodrigues (1)

(1) Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior

Introdução e Objetivos

A visão é o elemento do sistema sensorial que se desenvolve primeiro e aquele que consegue captar maior quantidade de informação (Alexandre & Tavares, 2007). Deste modo, utilizou-se um estímulo visual – agulha – com o intuito de investigar como as características de personalidade e de ansiedade de uma determinada amostra influenciam a sua percepção perante o estímulo referido.

No que concerne aos construtos ansiedade e personalidade, o primeiro representa um estado de humor, contendo ações de hipervigilância e evitação (American Psychiatric Association [APA], 2023) resultantes da antecipação de um evento ou situação ameaçadora (APA, 2023); por sua vez, o segundo é considerado um construto composto por padrões de resposta consistentes e recorrentes, que estabelecem como o sujeito se comporta perante determinada ocorrência, podendo refletir-se em mais do que uma direção (Hansenne, 2005).

Apresentamos dados referentes a ansiedade-estado e neuroticismo. De acordo com Spierberger e colaboradores (1971), indivíduos neuróticos encontram-se mais inclinados para experienciar características associadas à ansiedade-estado, mesmo em situações de pouco *stress*.

Metodologia

Para este fim, selecionámos 154 indivíduos, com idades entre os 18 e 78 anos, que se encontrassem na sala de espera de uma instituição – pública ou privada – onde se recolhesse amostra sanguínea para análise clínica ou para doação.

Efetuámos uma avaliação com instrumentos padronizados projetados para esta finalidade. Todos os participantes foram avaliados por Questionário Sociodemográfico, Questionário de Ansiedade Estado/Traço (STAY: STAY-1 e STAY-2), Inventário de Personalidade NEO-Revisto (NEO-PI-R) e Questionário Relativo ao Medo de Agulhas. Os dados provenientes dos questionários foram analisados utilizando testes estatísticos paramétricos, tendo em conta as características de distribuição de dados. Para o efeito, utilizou-se o programa SPSS.

Resultados

Este estudo apresenta resultados parciais para os dados recolhidos. No que concerne ao neuroticismo encontramos um efeito principal de grupo $F(2)=8.8$, $p<.000$, com diferenças estatisticamente significativas entre os participantes do grupo de análises clínicas ($M=9.8$) e de dadores de sangue ($M=8.2$) com $p<.000$, não encontramos diferenças estatisticamente significativas nas restantes comparações, conforme o Gráfico 1.

Em relação à ansiedade-estado e neuroticismo para dadores de sangue encontramos diferenças estatisticamente significativas quando comparamos indivíduos com baixa (<8 pontos) e elevada (>=8 pontos) neuroticismo, sendo que participantes com baixo neuroticismo apresentam níveis mais elevados de ansiedade-estado ($M=32.4$) do que os com elevado neuroticismo ($M=28.3$), $t(86)=2.12$ $p=.019$ $d'=9.013$, conforme o Gráfico 2.

Gráfico 1: Neuroticismo por grupo

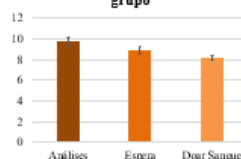


Gráfico 2: Ansiedade-estado em dadores de sangue



Discussão e Conclusões

Esta investigação encontra-se em fase inicial. Deste modo, apresentamos dados preliminares.

Os resultados encontrados vão ao encontro da literatura, uma vez que, sujeitos que pontuem mais elevado no traço Neuroticismo exibem características indicativas de ansiedade-estado elevada.

Tal como na investigação efetuada por Junior e colaboradores (2014), no presente estudo foi possível verificar que a análise de traços personalísticos providencia informação acerca de, por exemplo, ansiedade. Acreditamos na necessidade de efetuar outras investigações acerca do tema e esperamos que a análise integral dos dados recolhidos providencie informações pertinentes.

Referências Bibliográficas

- American Psychiatric Association. (2023). *DSM-5-TR – Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais* (5ª ed., text rev.). Climepsi Editores.
- Hansenne, M. (2005). *Psicologia da Personalidade*. Climepsi Editores.
- Alexandre, D. S., & Tavares, J. M. R. S. (2007, June). Factores da percepção visual humana na visualização de dados. In *CMNE 2007-Congresso de Métodos Numéricos em Engenharia, XXVIII CILAMCE-Congresso Ibero Latino-Americano sobre Métodos Computacionais em Engenharia*, Porto, PT.
- Junior, J. A. S., Lima, D. V. B., & Lopes, A. P. (2014). Relação entre traços de personalidade e ansiedade. *Caderno de Graduação-Ciências Biológicas e da Saúde*, 2(1), 79-89.
- Spielberger, C. D., Gonzalez-Reigosa, F., Martinez-Urria, A., Natalicio, L. F. S., & Natalicio, D. S. (1971). Development of The Spanish Edition of The State-Trait Anxiety Inventory. *Revista Interamericana De Psicologia/Interamerican Journal of Psychology*, 5(3/4), 143-158. <https://doi.org/10.30849/rip/v5i3&4.620>

No presente anexo é evidenciado uma publicação realizada no âmbito deste estudo, nomeadamente, um poster apresentado nas 3^{as} Conferências Internacionais em Psicologia Clínica e da Saúde da Universidade da Beira Interior. Seguidamente, encontram-se expostas as tabelas que caracterizam as variáveis sociodemográficas utilizadas no póster e que comprovam a análise estatística efetuada.

A média da idade da presente amostra assenta em 42.45 ($DP = 13.91$), com idades compreendidas entre os 18 anos e os 79 anos (ver tabela 30).

Tabela 30

Caracterização da amostra referente à variável Idade (N = 154)

		Idade
N	Válido	154
Média		42.45
Mediana		44
Desvio Padrão		13.91
Mínimo		18
Máximo		79

O grupo é constituído por 87 participantes (56.5%) do sexo feminino e 67 participantes (43.5%) do sexo masculino (ver tabela 31).

Tabela 31

Caracterização da amostra referente à variável Sexo (N = 154)

Sexo	N	%	% válida
Válido Feminino	87	56.5	56.5
Masculino	67	43.5	43.5
Total	154	100.0	100.0

No que concerne às habilitações literárias, 1 participante (0.6%) não possui habilitações literárias, 3 participantes (1.9%) possuem escolaridade até ao 4^o ano, 4 participantes (2.6%) até ao 6^o ano, 20 participantes (13.0%) até ao 9^o ano, 56 participantes (36.4%) até ao 12^o ano, 44 participantes (28.6%) possuem diploma de licenciatura, 22 participantes (14.3%) possuem diploma de mestrado e 4 participantes (2.6%) possuem diploma de doutoramento (ver tabela 32).

Tabela 32*Caracterização da amostra referente à variável Habilitações Literárias (N = 154)*

Habilitações Literárias		N	%	% válida
Válido	Sem habilitações	1	0.6	0.6
	Até ao 4 ^o	3	1.9	1.9
	Até ao 6 ^o	4	2.6	2.6
	Até ao 9 ^o	20	13.0	13.0
	Até ao 12 ^o	56	36.4	36.4
	Licenciatura	44	28.6	28.6
	Mestrado	22	14.3	14.3
	Doutoramento	4	2.6	2.6
Total		154	100.0	100.0

Respeitante ao rendimento médio mensal, 10 participantes (6.5%) recebem menos de 750 euros (baixo), 60 participantes (39.0%) recebem entre 750 euros e 1500 euros, 78 participantes (50.6%) entre 1500 euros e 3000 euros, 5 participantes (3.2%) entre 3000 euros e 6000 euros, e 1 participante (0.6%) recebe mais de 6000 euros (ver tabela 33).

Tabela 33*Caracterização da amostra referente à variável Rendimento Médio Mensal (N = 154)*

Rendimento Médio Mensal		N	%	% válida
Válido	Baixo	10	6.5	6.5
	Baixo-médio	60	39.0	39.0
	Médio	78	50.6	50.6
	Médio-alto	5	3.2	3.2
	Alto	1	0.6	0.6
Total		154	100.0	100.0

Quanto à situação profissional atual, 7 participantes (4.5%) encontram-se desempregados, 22 participantes (14.3%) são estudantes, 22 participantes (14.3%) trabalham por conta própria, 93 participantes (60.4%) trabalham por conta de outrem e 10 participantes (6.5%) são reformados (ver tabela 34).

Tabela 34*Caracterização da amostra referente à variável Situação Profissional Atual (N = 154)*

Situação Profissional		N	%	% válida
Atual				
Válido	Desempregado	7	4.5	4.5
	Estudante	22	14.3	14.3
	Conta própria	22	14.3	14.3
	Conta de outrem	93	60.4	60.4
	Reformado	10	6.5	6.5
Total		154	100.0	100.0

Tendo em consideração as diferenças entre os grupos e a dimensão Neuroticismo, os resultados indicam que existe um efeito principal de grupo $F(2) = 8.84, p < .000$, entre os grupos (ver tabela 35)

Tabela 35*Análises das Diferenças entre Grupos em Função do Neuroticismo*

Neuroticismo					
	Soma dos Quadrados	df	Quadrado Médio	F	Sig.
Entre Grupos	65.05	2	32.53	8.84	.000
Nos grupos	555.39	151	3.68		
Total	620.44	153			

A seguinte tabela (ver tabela 36) apresenta as características descritivas para os grupos *Análises Clínicas*, *Sala de Espera* e *Doar Sangue* em função da dimensão Neuroticismo. Esta dimensão encontra-se com maiores níveis no grupo *Análises Clínicas* ($M = 9.76$; $DP = 2.08$), seguindo do grupo *Sala de Espera* ($M = 8.88$; $DP = 2.27$) e, terminando com o grupo *Doar Sangue* ($M = 8.16$; $DP = 1.71$).

Tabela 36*Características Descritivas do fator Neuroticismo*

Grupos	N	Média	Desvio padrão	Desvio Padrão	Mínimo	Máximo
Análises Clínicas	34	9.76	2.08	.36	4.00	14.00
Sala de Espera	32	8.88	2.27	.40	5.00	14.00
Doar Sangue	88	8.16	1.71	.18	4.00	13.00
Total	154	8.66	2.01	.16	4.00	14.00

Em relação à ansiedade-estado e Neuroticismo para dadores de sangue, encontrámos diferenças estatisticamente significativas quando comparámos indivíduos com baixa (< 8 pontos) e elevada (> = 8 pontos) pontuação na dimensão analisada, sendo que participantes com baixo neuroticismo apresentam níveis mais elevados de ansiedade-estado ($M = 32.45$) do que os com elevado neuroticismo ($M = 28.34$), $t(86) = 2.12$, $p = .019$, $d' = 9.013$ (ver tabela 37; ver tabela 38).

Tabela 37

Análise das Diferenças da Ansiedade-Estado em Função da Extroversão

Variável	extroversão_classes	N	Média	DP	Erro de média padrão
STAI_Estado	Baixa	38	32.45	9.73	1.58
	Alta	50	28.34	8.43	1.19

Tabela 38

Tamanhos de Efeitos da Ansiedade-Estado em Função da Extroversão

Variável		Intervalo de Confiança 95%			
		Padronizadora	Estimativa de ponto	Inferior	Superior
STAI_Estado	d de Cohen	9.013	.46	.027	.882
	Correção de Hedges	9.09	.45	.027	.874
	Delta do vidro	8.43	.49	.052	.917

a. O denominador usado na estimativa dos tamanhos dos efeitos.

O d de Cohen usa o desvio padrão agrupado.

A correção de Hedges usa o desvio padrão agrupado, além de um fator de correção.

O delta de Glass usa o desvio padrão de amostra do grupo de controle.