

2.º CICLO

NUTRIÇÃO PEDIÁTRICA

Estudo Exploratório Das Propriedades Psicométricas De Um Questionário Sobre Motivação Para A Doação De Leite Humano.

Andreia Cristina Alves de Sousa

M

2026



Estudo exploratório das propriedades psicométricas de um questionário sobre motivação para a doação de leite humano.

Exploratory study of the psychometric properties of a questionnaire on motivation for human milk donation.

Andreia Cristina Alves de Sousa

Faculdade de Ciências da Nutrição da Universidade do Porto

Centro Hospitalar de São João - Banco de Leite Humano do Norte (BLHN)

Orientadora: Diana Maria Veloso e Silva, FCNAUP

Coorientadora: Susana Maria Saraiva Pissarra Silva, BLHN e FCNAUP

Coorientadora: Sofia Marlene Marques Ramalho, U. Lusíada e FCNAUP

**Dissertação de candidatura ao grau de Mestre em Nutrição Pediátrica
apresentada à Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade
do Porto, à Faculdade de Medicina da Universidade do Porto e à Escola Superior
de Enfermagem do Porto**

DEDICATÓRIA

Às mães dadoras, que transformam o amor em sustento e vida.

À minha companheira e ao nosso filho, o meu porto seguro.

E ao nosso bebê que vem a caminho, por completar a nossa história.

AGRADECIMENTOS

Às minhas orientadoras, a quem devo a concretização deste projeto, pela disponibilidade, conhecimento e rigor que imprimiram a cada etapa desta dissertação:

À **Professora Doutora Diana Silva**, pelo acompanhamento constante, pela orientação científica exigente e pelas valiosas perspetivas que enriqueceram substancialmente este trabalho.

À **Dra. Susana Pissarra**, pelo acolhimento no Banco de Leite Humano do Norte, pela generosidade em partilhar a sua vasta experiência clínica e pelo entusiasmo com que impulsionou o estudo deste tema tão nobre.

À **Dra. Sofia Ramalho**, pela disponibilidade, pelo apoio fundamental na vertente metodológica e pela partilha de saberes que foram determinantes para a estruturação deste instrumento.

À equipa do **Banco de Leite Humano do Norte** e a todo o **staff da ULS de São João**, pela abertura, cooperação e apoio logístico na fase de recolha de dados, tornando exequível a realização deste estudo junto das dadoras.

A todas as **mães dadoras** que aceitaram integrar este estudo, cuja generosidade e altruísmo dão verdadeiro sentido a esta investigação.

À minha companheira, o meu maior agradecimento. Obrigado por me amparar em cada momento, por ter "segurado o barco" com tanta dedicação e por ter cuidado com tanto amor do nosso filhote, agora com 3 anos, permitindo que esta conquista se tornasse uma realidade. Esta etapa também é dela.

RESUMO

Enquadramento: O leite humano é o padrão-ouro na nutrição infantil, sendo o leite doado por Bancos de Leite Humano (BLH) a alternativa de eleição para recém-nascidos prematuros na ausência de leite da própria mãe. Apesar da relevância clínica e do crescimento da rede nacional de BLH, a investigação sobre os determinantes psicológicos que motivam a doação em Portugal permanece escassa, carecendo de instrumentos de avaliação teoricamente fundamentados.

Objetivos: Desenvolver um questionário para avaliação da motivação para a doação de leite humano, baseado na Teoria da Autodeterminação (SDT), e realizar um estudo exploratório das suas propriedades psicométricas (ao nível da consistência interna) numa amostra de 34 mulheres lactantes.

Métodos: Estudo metodológico e quantitativo, de cariz exploratório. O questionário de 24 itens foi construído através da adaptação conceptual da escala de dádiva de sangue (*SRBDS*), com a criação de novos itens específicos para a lactação, validados previamente por um protocolo de reflexão falada (*think-aloud*). Participaram no estudo de campo 34 dadoras ativas com uma média de idades de 33,37 anos ($DP=3,47$; amplitude entre 26 e 43 anos), acompanhadas pelo Banco de Leite Humano do Norte (BLHN). As análises estatísticas foram efetuadas no software SPSS (v.31.0).

Resultados: A dimensão reduzida da amostra preliminar impossibilitou a realização da Análise Fatorial Exploratória (AFE), registando-se um índice de Kaiser-Meyer-Olkin nitidamente abaixo do ponto de corte ($KMO = 0,314$; teste de esfericidade de Bartlett: $X^2 (276) = 440,46$, $p < 0,001$). A análise de consistência interna revelou um coeficiente Alfa de Cronbach global de 0,628 para os 24 itens, evidenciando uma fiabilidade preliminar moderada. A análise individual

demonstrou uma acentuada heterogeneidade no comportamento dos itens, identificando-se correlações item-total corrigidas negativas ou excessivamente baixas em dimensões específicas (particularmente na Amotivação e Regulação Externa).

Conclusões: O instrumento apresenta uma consistência interna aceitável para uma fase exploratória de desenvolvimento, refletindo a avaliação dos diferentes tipos de regulação motivacional dispostos num contínuo de autodeterminação, conforme prevê a Teoria da Autodeterminação. Os resultados obtidos discriminam os itens que necessitam de refinamento semântico ou exclusão. Como perspectiva futura essencial para conferir robustez metodológica ao questionário, propõe-se a sua submissão a um painel formal de peritos para validação através do cálculo do Índice de Validade de Conteúdo (CVI).

Este passo permitirá conferir robustez metodológica ao questionário e refinar semanticamente os itens problemáticos aqui identificados, consolidando um instrumento capaz de orientar estratégias eficientes de captação de dadoras nos Bancos de Leite Humano, assegurando a sustentabilidade do fornecimento de leite doado e, conseqüentemente, otimizando o suporte nutricional e imunológico na Nutrição Pediátrica de recém-nascidos pré-termo.

Palavras-Chave: Doação de Leite Humano; Bancos de Leite Humano; Teoria da Autodeterminação; Motivação; Propriedades Psicométricas; Estudo Piloto.

ABSTRACT

Background: Human milk is the gold standard in infant nutrition, and donor milk processed by Human Milk Banks (HMB) is the alternative of choice for preterm infants in the absence of their own mother's milk. Despite its clinical relevance and the growth of the national HMB network, research into the psychological determinants that motivate donation in Portugal remains scarce, lacking theoretically grounded assessment instruments.

Objectives: To develop a questionnaire to assess motivation for human milk donation based on Self-Determination Theory (SDT), and to perform an exploratory study of its preliminary psychometric properties (internal consistency and temporal stability) in a sample of lactating women.

Methods: Methodological and quantitative study with an exploratory design. The 24-item questionnaire was developed through the conceptual adaptation of the Self-Regulation of Blood Donation Scale (SRBDS), with the creation of new lactation-specific items previously validated through a think-aloud protocol. The field study included 34 active donors followed at the Northern Human Milk Bank (BLHN). Statistical analyses were performed using SPSS software (v.31.0).

Results: The small sample size of the preliminary study precluded the execution of an Exploratory Factor Analysis (EFA), as the Kaiser-Meyer-Olkin index fell substantially below the recommended threshold ($KMO = 0.314$; Bartlett's test of sphericity: $X^2(276) = 440.46$, $p < 0.001$). Internal consistency analysis yielded an overall Cronbach's alpha coefficient of 0.628 for the 24 items, indicating a moderate preliminary reliability. Individual item analysis revealed a pronounced heterogeneity, with negative or low corrected item-total correlations identified in specific dimensions (particularly in Amotivation and External Regulation).

Conclusions: The instrument displays an acceptable internal consistency for an exploratory development phase, capturing multiple independent motivational constructs proposed by the Self-Determination Theory. The findings successfully discriminate items requiring semantic refinement or deletion. As a crucial future direction to enhance methodological robustness, it is proposed to submit the questionnaire to a formal expert panel for content validation using the Content Validity Index (CVI).

This step will allow for the semantic refinement of the problematic items identified herein, consolidating an instrument capable of guiding efficient donor recruitment strategies in Human Milk Banks, thereby ensuring the sustainability of donated milk supply and, consequently, optimizing nutritional and immunological support in Pediatric Nutrition for preterm infants.

Keywords: Human Milk Donation; Human Milk Banks; Self-Determination Theory; Motivation; Psychometric Properties; Pilot Study.

Índice

DEDICATÓRIA	2
AGRADECIMENTOS	3
RESUMO	4
ABSTRACT	6
LISTA DE ABREVIATURAS	10
LISTA DE FIGURAS	11
LISTA DE TABELAS	11
1. INTRODUÇÃO	13
1.1. O Leite Humano no Contexto da Nutrição Pediátrica e da Saúde Pública	13
1.2. Papel dos Bancos de Leite Humano (BLH)	16
1.3. Relevância da doação de leite em contexto nacional e internacional	18
1.4. A Teoria da Autodeterminação (SDT) como quadro conceptual para a motivação na doação de leite humano	19
1.5. Ferramentas de Avaliação da Motivação	22
1.6. Objetivos e Pertinência do Estudo	24
2. MÉTODOS	25
2.1. Desenho do estudo e Considerações éticas	25
2.2. Participantes, Critérios de Elegibilidade e Amostragem	27
2.3. Desenvolvimento e Caracterização dos Instrumentos	28
2.4. Procedimentos de Recolha de Dados	30

2.5.	Procedimentos de Análise de Dados Estatísticos	31
3.	RESULTADOS	32
3.1.	Caracterização Sociodemográfica e Obstétrica da Amostra	32
3.2.	Análise Descritiva e Psicométrica dos Itens por dimensão motivacional	33
4.	DISCUSSÃO	39
5.	LIMITAÇÕES DO ESTUDO E PERSPETIVAS FUTURAS	43
6.	CONCLUSÕES	45
7.	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	47
	APÊNDICES	54
	ANEXOS	60

LISTA DE ABREVIATURAS

AFE - Análise Fatorial Exploratória

BDMQ - *Blood Donor Motivation Questionnaire*

BLH - Banco de Leite Humano

BLHN - Banco de Leite Humano do Norte

CHUSJ - Centro Hospitalar Universitário de São João

EMBA - *European Milk Bank Association*

FCNAUP - Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

KMO - Kaiser-Meyer-Olkin

M ± DP - Média ± Desvio-Padrão

ODS - Objetivos de Desenvolvimento Sustentável

OIT - Organização Internacional do Trabalho

OMS - Organização Mundial da Saúde

OPAS - Organização Pan-Americana de Saúde

SDT - Self-Determination Theory (Teoria da Autodeterminação)

SRBDS - *Self-Regulation of Blood Donation Scale*

T0 - Momento 0 (Fase de Teste)

TSRQ - *Treatment Self-Regulation Questionnaire*

ULS - Unidade Local de Saúde

UNICEF - *United Nations Children's Fund*

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 Fluxograma de recrutamento, exclusão e constituição da amostra final de dadoras de leite humano (N=34).	27
Figura 2 Perfil motivacional das dadoras de leite humano segundo o continuum da Teoria da Autodeterminação (N = 34).....	38

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 Aleitamento Materno - Panorama em Portugal	14
Tabela 2 Continuum Motivacional da Teoria da Autodeterminação (adaptado de Ryan & Deci, 2000, 2017)	21
Tabela 3 Estrutura representativa do questionário com 24 itens	30
Tabela 4 Caracterização Sociodemográfica e Obstétrica das Dadoras de Leite Humano (N = 34)	32
Tabela 5a. Estatística Descritiva e Consistência Interna dos Itens da Subescala Motivação Intrínseca (N = 34).....	33
Tabela 5b. Estatística Descritiva e Consistência Interna dos Itens da Subescala Regulação Integrada (N = 34)	34
Tabela 5c. Estatística Descritiva e Consistência Interna dos Itens da Subescala Regulação Identificada (N=34)	35
Tabela 5d. Estatística Descritiva e Consistência Interna dos Itens da Subescala Regulação Introjetada (N=34)	35
Tabela 5e. Estatística Descritiva e Consistência Interna dos Itens da Subescala Regulação Externa (N=34)	36

Tabela 5f. Estatística Descritiva e Consistência Interna dos Itens da Subescala Amotivação (N=34)	37
Tabela 6 Resumo da Consistência Interna e Distribuição por Subescala (N = 34)	39

1. INTRODUÇÃO

1.1. O Leite Humano no Contexto da Nutrição Pediátrica e da Saúde Pública

No âmbito da Nutrição Pediátrica, o leite humano assume um papel insubstituível como intervenção terapêutica e nutricional crucial para a sobrevivência e crescimento de recém-nascidos, sendo amplamente reconhecido como o padrão-ouro da nutrição infantil. Para além de fornecer a energia e os nutrientes essenciais, a sua composição dinâmica, rica em fatores bioativos e imunológicos, promove a proteção contra infeções comuns na infância e contribui ativamente para o desenvolvimento neurocognitivo e maturação gastrointestinal do lactente, apresentando inclusive adaptações protetoras específicas no leite de mães de recém-nascidos pré-termo.

Por estas razões clínicas, a Organização Mundial da Saúde (OMS) e a UNICEF recomendam o início da amamentação na primeira hora de vida, a amamentação exclusiva até aos seis meses e a sua continuidade, acompanhada de alimentação complementar adequada, até aos dois anos ou mais (1)(2)(3)(4)(5). Adicionalmente, a amamentação desempenha um papel transversal na Agenda 2030 e nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), impactando diretamente a segurança alimentar, a saúde materno-infantil e a sustentabilidade socioeconómica (6).

Apesar da evidência científica inequívoca, as taxas de aleitamento mantêm-se aquém das metas internacionais. No plano global, apenas 48% dos lactentes até aos 5 meses são amamentados em regime exclusivo, o que eleva o risco de morbilidade e de patologias crónicas no futuro (2). Em Portugal, o panorama caracteriza-se por uma forte discrepância: embora as taxas de início sejam

excecionalmente elevadas (superior a 95% à alta hospitalar), regista-se uma redução progressiva e acentuada ao longo dos meses (7)(8). Dados recentes do estudo EPACI indicam que a exclusividade decresce para cerca de 60% aos dois meses e fixa-se em apenas 20-22% aos seis meses de idade (8), ficando severamente abaixo das diretrizes de saúde pública (1). Este declínio precoce sugere a existência de barreiras estruturais, logísticas e familiares que exigem estratégias sustentadas de apoio à continuidade da lactação (7)(8). O panorama desta quebra acentuada na prevalência do aleitamento materno exclusivo em Portugal, confrontando os dados de saúde pública com a evidência epidemiológica recente, encontra-se sistematizado na Tabela 1.

Tabela 1 Aleitamento Materno - Panorama em Portugal

Momento de avaliação	Aleitamento materno exclusivo (%)	Fonte
Início / Alta hospitalar	~80-90 %	DGS / OPSS (2018); EPACI (2024)
2 meses	~59-60 %	EPACI (2024)
6 meses	~20-22 %	DGS / OPSS (2018); EPACI (2024)

Quando a amamentação com leite da própria mãe não é possível ou suficiente, situação frequente em recém-nascidos prematuros ou com patologia, o leite humano doado (LHD), devidamente processado em Bancos de Leite Humano (BLH), constitui a alternativa de eleição face às fórmulas artificiais. Revisões sistemáticas da Cochrane demonstram que o LHD reduz em cerca de 50% o risco de enterocolite necrosante em grandes pré-termos ou bebés de muito baixo peso, otimizando o suporte nutricional na Nutrição Pediátrica de recém-nascidos altamente vulneráveis (9)(10).

Em Portugal, a expansão da rede nacional com a criação dos BLH em Lisboa (2018) e no Porto (2022), este último sediado na ULS de São João ((Banco de Leite Humano do Norte - BLHN), representa um marco assistencial alinhado com as recomendações da *European Milk Bank Association* (EMBA) (11)(12)(13)(14)(15)(16). Contudo, a escassez crónica de stock nos BLH compromete frequentemente esta resposta terapêutica. A sustentabilidade e eficácia destas unidades dependem intrinsecamente do recrutamento e retenção de dadoras, áreas que carecem de estudos e de ferramentas de avaliação adaptadas ao contexto português.

A literatura internacional, maioritariamente alicerçada na experiência de redes consolidadas como a do Brasil, indica que a decisão de doar é motivada pelo altruísmo, solidariedade e perceção de salvar vidas (9)(17)(18), sendo as dadoras tipicamente mulheres diferenciadas academicamente e inseridas no mercado de trabalho (19). Em contrapartida, as barreiras mais reportadas englobam fatores logísticos, escassez de tempo e o desconhecimento generalizado sobre o funcionamento dos BLH (20)(21)(22), assumindo os profissionais de saúde um papel crucial na sensibilização e incentivo a esta prática (19). Em Portugal, a investigação sobre estes determinantes psicológicos e motivacionais permanece escassa, não existindo instrumentos validados publicados para uma avaliação sistemática (19).

Neste âmbito, a Teoria da Autodeterminação (SDT), proposta por Deci e Ryan (1985; 2000), surge como um modelo conceptual sólido e inovador para o estudo da motivação em comportamentos de saúde (10)(23)(24). Compreender as forças motrizes que levam uma mulher a doar leite sob a luz da SDT permite distinguir se o comportamento assenta numa regulação autónoma (valores internos e

altruísmo) ou controlada (pressões externas), tornando-se uma valiosa ferramenta de gestão nutricional pediátrica.

Assim, a presente dissertação propõe-se colmatar esta lacuna na investigação nacional através do desenvolvimento e estudo exploratório das propriedades psicométricas de um questionário baseado na Teoria da Autodeterminação (*Self-determination Theory* - SDT). A disponibilização deste instrumento fornecerá dados sólidos para guiar campanhas de captação mais eficazes, garantindo a autossuficiência dos bancos de leite e fundamentando políticas públicas alinhadas com as diretrizes internacionais da OMS, UNICEF e com o panorama legislativo nacional (4)(11)(25).

1.2. Papel dos Bancos de Leite Humano (BLH)

Historicamente, em situações em que a mãe não conseguia amamentar, recorria-se frequentemente à amamentação por outras mulheres, prática atualmente designada como doação informal de leite humano. No entanto, esta abordagem apresenta riscos significativos, sobretudo devido à ausência de controlo microbiológico.

Neste contexto, organizações internacionais recomendam que, sempre que o leite da própria mãe não esteja disponível, a melhor alternativa seja o recurso a leite humano doado, devidamente processado em Bancos de Leite Humano.

Estes asseguram a recolha, análise, pasteurização e distribuição do leite, garantindo padrões de segurança para recém-nascidos vulneráveis.

Embora o processo de pasteurização possa reduzir alguns componentes bioativos, o leite humano doado mantém vantagens significativas face às fórmulas artificiais,

sendo considerado a opção mais segura e adequada, particularmente em contextos de prematuridade (19).

Assim, quando o leite da própria mãe não está disponível ou é insuficiente, situação frequente em recém-nascidos prematuros ou doentes, o leite humano doado, devidamente selecionado, processado e distribuído por Bancos de Leite Humano (BLH), é a alternativa preferencial face às fórmulas lácteas. A evidência (ensaios e meta-análises Cochrane) demonstra que o leite humano doado reduz pela metade, em média, o risco de enterocolite necrosante em grandes pré-terms e/ou recém-nascidos de muito baixo peso, em comparação com fórmula, ainda que possa associar-se a ganhos ponderais ligeiramente mais lentos quando não fortificado (26)(11).

Para além do impacto clínico, os BLH integram um ecossistema de promoção, proteção e apoio ao aleitamento, com atividades que incluem educação parental, aconselhamento em lactação, recrutamento e rastreio de dadoras, processamento seguro (p.ex., pasteurização Holder), rastreabilidade e distribuição equitativa às unidades neonatais. Posições de consenso europeias (EMBA) e revisões recentes descrevem padrões operacionais e de qualidade que orientam a implantação e o funcionamento dos BLH na Europa (12).

Em 26 de setembro de 2022, o Centro Hospitalar Universitário de São João (CHUSJ), no Porto, inaugurou o Banco de Leite Humano do Norte (BLHN), o segundo BLH do país e o primeiro na região Norte, com um investimento reportado de cerca de 500 mil euros. O BLHN foi concebido para servir, com segurança e qualidade, prioritariamente os bebés mais frágeis internados em Unidades de Neonatologia/UCIN do Norte de Portugal, através da recolha, processamento e disponibilização de leite humano doado por mães dadoras (13)(14)(15).

No seu primeiro ano de atividade, o BLHN reportou ter alimentado mais de cinquenta bebês prematuros de várias unidades neonatais do Grande Porto, com ambição de expansão a toda a região Norte. Estas informações reforçam a relevância estratégica do BLHN como polo assistencial e de articulação regional em torno da alimentação com leite humano (16).

Também em comunicação científica nacional, o BLHN tem sido apresentado como “modelo funcional valorizado”, sublinhando a colaboração multidisciplinar (neonatologia, obstetrícia, farmácia hospitalar/produção assética, entre outros) e a integração de processos de qualidade e segurança, em linha com recomendações internacionais (25).

1.3. Relevância da doação de leite em contexto nacional e internacional

A doação de leite humano é um ato de cidadania em saúde que permite assegurar, de forma equitativa, o acesso ao melhor alimento disponível para recém-nascidos em risco quando o leite da própria mãe não é opção. Em Portugal, a expansão dos BLH e a melhoria dos indicadores de amamentação alinham-se com prioridades políticas recentes para reforço do aleitamento materno. Globalmente, a rede europeia coordenada pela EMBA inclui mais de 200 bancos em mais de 20 países, e o panorama internacional mostra crescimento e consolidação de práticas de qualidade e de investigação aplicada em bancos de leite (12).

Apesar do avanço progressivo dos Bancos de Leite Humano (BLH) no mundo, a investigação sobre os fatores que influenciam a decisão de doar leite humano continua limitada e heterogénea. Estudos realizados sobretudo no Brasil, país com a maior rede de BLH do mundo, identificaram que as principais motivações para a

doação incluem altruísmo, solidariedade social, experiências positivas de amamentação e a percepção de contribuir para salvar vidas. Entre as barreiras mais frequentes destacam-se as dificuldades logísticas, falta de tempo, insegurança quanto aos processos de recolha e pasteurização, e insuficiente informação sobre o impacto da doação (22).

Em Portugal, a literatura tem privilegiado o estudo da prevalência e determinantes do aleitamento materno, documentando os desafios para alcançar as recomendações internacionais da OMS e UNICEF. Contudo, não existem instrumentos psicométricos validados no país para avaliar sistematicamente a motivação e barreiras específicas à doação de leite humano. Esta ausência representa uma lacuna importante, tendo em conta o recente crescimento da rede nacional de BLH, atualmente com duas unidades (Lisboa e Porto), e a necessidade de estratégias baseadas em evidência para garantir sustentabilidade e eficácia no recrutamento de dadoras (23).

1.4. A Teoria da Autodeterminação (SDT) como quadro conceptual para a motivação na doação de leite humano

A adoção de modelos teóricos robustos permite aprofundar este domínio. A Teoria da Autodeterminação (Self-Determination Theory, SDT), desenvolvida por Deci e Ryan, tem sido amplamente utilizada em contextos de saúde, educação, trabalho e comportamento social (27)(10) (Deci & Ryan, 1985; Ryan & Deci, 2000; 2017). Este modelo defende que os indivíduos têm uma tendência natural para o crescimento pessoal, para a integração das suas experiências e para a procura do

bem-estar, embora este desenvolvimento dependa diretamente de um ambiente social favorável.

Neste sentido, a SDT enfatiza a importância da satisfação de três necessidades psicológicas básicas: a autonomia, entendida como a percepção de agir de forma volitiva e em consonância com os próprios valores; a competência, que se refere ao sentimento de eficácia perante os desafios ambientais; e o relacionamento, traduzido no sentido de ligação e pertença social. Quando estas necessidades são satisfeitas, os indivíduos revelam maior autodeterminação, integração pessoal e bem-estar. Quando são frustradas, tendem a emergir passividade, desmotivação e disfunções psicológicas (24)(10)(28).

A teoria distingue ainda diferentes tipos de motivação ao longo de um continuum de autodeterminação. Na extremidade mais autodeterminada encontra-se a motivação intrínseca, na qual a ação é realizada pelo prazer e satisfação inerentes. A motivação extrínseca, por sua vez, pode apresentar diferentes formas de regulação, desde as mais externas e controladas (recompensas ou pressões sociais) até às mais internalizadas e integradas, em que o comportamento se torna congruente com os valores pessoais. No extremo oposto encontra-se a amotivação, caracterizada pela ausência de intenção ou percepção de controlo sobre a ação (28).

A fim de clarificar a articulação teórica deste modelo e simplificar a compreensão das suas diferentes dimensões, a síntese conceptual do continuum motivacional da SDT, encontra-se sistematizada na Tabela 2.

Tabela 2 Continuum Motivacional da Teoria da Autodeterminação (adaptado de Ryan & Deci, 2000, 2017)

Tipo de Motivação	Regulação Motivacional	Descrição Conceptual
Desmotivação	Amotivação	Ausência de intenção, valorização ou percepção de controlo sobre o comportamento.
Motivação Extrínseca (Comportamento movido por consequências externas)	Regulação Externa	Comportamento motivado estritamente por recompensas materiais, elogios ou pressões sociais.
	Regulação Introjetada	O comportamento é guiado por pressões internas autoimpostas, como a culpa, a vergonha ou o ego.
	Regulação Identificada	A ação é realizada porque o indivíduo reconhece e aceita o valor e a importância do comportamento.
	Regulação Integrada	O comportamento está assimilado e em perfeita harmonia com o sistema de valores e identidade da pessoa.
Motivação Intrínseca (Comportamento autodeterminado)	Motivação Intrínseca	O comportamento é executado pelo prazer, satisfação e gratificação inerentes à própria atividade.

Este quadro conceptual tem demonstrado relevância para compreender e promover comportamentos pró-sociais, incluindo a doação de sangue, a participação em programas de voluntariado e a adesão a práticas de saúde preventiva (29)(30). Especificamente, a investigação neste domínio evidencia que indivíduos com motivação autónoma (intrínseca ou identificada) apresentam maior intenção de adesão continuada a programas de doação e tratamentos de saúde, assim como menos taxa de abandono em comparação com aqueles movidos por pressões externas ou culpa (28 e 29). A sua aplicação à doação de leite humano surge, portanto, como uma oportunidade inovadora.

Ao permitir distinguir perfis motivacionais das dadoras, a SDT possibilita identificar, por exemplo, aquelas que doam por altruísmo intrínseco daquelas cuja

motivação depende de fatores externos, como o reconhecimento social ou as normas comunitárias. Para além disso, a teoria sugere que contextos que apoiem a autonomia, reforcem a perceção de competência e promovam o sentimento de pertença social favorecem uma motivação mais autodeterminada e sustentável. Deste modo, no âmbito da doação de leite humano, a SDT oferece uma base teórica sólida para compreender não apenas as razões que levam as mulheres a doar, mas também os fatores que podem potenciar a continuidade da prática.

1.5. Ferramentas de Avaliação da Motivação

1.5.1. A Mensuração da Motivação no Contexto da Saúde e Comportamentos Pró-Sociais

A operacionalização quantitativa da motivação em contextos de saúde tem sido historicamente sustentada pelo desenvolvimento de escalas psicométricas validadas. No plano geral dos comportamentos de saúde (como a adesão terapêutica, cessação tabágica ou regimes alimentares), os questionários de autorresposta têm como principal referência o *Treatment Self-Regulation Questionnaire* (TSRQ) (31). Ancorado na Teoria da Autodeterminação (SDT), o TSRQ quantifica o grau em que as ações de um indivíduo são autónomas (reguladas por valores internos) ou controladas (movidas por pressões externas), demonstrando que a motivação autónoma prediz maior sustentabilidade do comportamento a longo prazo (28).

O instrumento de referência neste domínio é a *Self-Regulation of Blood Donation Scale* (SRBDS), construída por France e colaboradores (2007). Importa destacar que a *Self-Regulation of Blood Donation Scale* não se encontra, até ao momento, adaptada ou validada para a população portuguesa, nem aplicada ao contexto

específico da doação de leite humano. Esta ausência de instrumentos validados em Portugal reforça a necessidade e pertinência do desenvolvimento e estudo exploratório do presente questionário.

Esta escala de 24 itens foi desenhada especificamente para capturar as seis dimensões regulatórias do *continuum* motivacional da SDT (desde a amotivação até à motivação intrínseca). Estudos longitudinais de validação comprovaram que a SRBDS possui elevada consistência interna e estabilidade temporal, sendo eficaz a discriminar dadores reincidentes daqueles que abandonam a prática (30).

Fora do esqueleto conceptual da SDT, outras correntes da psicologia exploraram abordagens psicométricas alternativas para atos solidários. Destacam-se as escalas baseadas no Modelo do Altruísmo e do Autointeresse (ex: *Blood Donor Motivation Questionnaire* – BDMQ), fundamentadas em teorias económicas e de troca social, que avaliam o comportamento através de binómios como "recompensa implícita vs. custo pessoal" (32). Contudo, estas abordagens tendem a categorizar as motivações de forma estática, falhando em capturar o processo dinâmico de internalização do comportamento que ocorre em dador de longa duração.

Se na área da dádiva de sangue já existem escalas de avaliação motivacional estruturadas, no âmbito específico da doação de leite humano o panorama revela um cenário metodológico substancialmente mais frágil e heterogéneo.

A maioria dos estudos nesta área, incluindo a forte rede de investigação do Brasil, recorre a questionários informais de escolha múltipla, desenhados apenas para identificar barreiras logísticas e fatores facilitadores (18)(22). Embora estas ferramentas sejam úteis para identificar entraves práticos imediatos, como a escassez de tempo, dificuldades no transporte do leite ou défice de informação,

as mesmas revelam-se insuficientes na exploração das necessidades regulatórias das dadoras (20).

Recentemente, têm emergido esforços no espaço europeu e lusófono para dotar este domínio de maior rigor científico, através do mapeamento de atitudes face à doação (19). Contudo, subsiste uma lacuna crítica, a ausência de um instrumento psicométrico robusto, multidimensional e validado que interligue as barreiras da doação com o perfil motivacional sob a luz de um modelo teórico integrado, como a SDT.

É precisamente neste hiato que se inscreve a relevância metodológica e científica da presente dissertação. A transposição e adaptação conceptual de um instrumento consolidado na literatura internacional (como a SRBDS) para a realidade específica da lactação em Portugal permite, de forma inovadora, preencher esta lacuna. Ao fazê-lo, dota-se o ecossistema dos Bancos de Leite Humano nacionais de uma ferramenta dotada de validade e fiabilidade para prever, compreender e fidelizar perfis motivacionais autónomos na população de dadoras (23).

1.6. Objetivos e Pertinência do Estudo

a) Objetivo geral

Desenvolver um questionário para avaliação da motivação para a doação de leite humano, baseado na Teoria da Autodeterminação, e realizar um estudo exploratório das suas propriedades psicométricas numa amostra de mulheres lactantes portuguesas.

b) Objetivos específicos

1. Desenvolver os itens do questionário com base nos pressupostos da Teoria da Autodeterminação, através da adaptação conceitual da escala de dádiva de sangue (*Self-Regulation of Blood Donation Scale* - SRBDS) e na literatura sobre doação de leite humano.
2. Avaliar a compreensão, clareza dos itens do novo questionário e aceitabilidade do questionário entre as dadoras através de um estudo piloto para explorar as características psicométricas;
3. Caracterizar sociodemograficamente e obstetricamente as participantes incluídas no estudo.
4. Avaliar a consistência interna do instrumento através do coeficiente alfa de Cronbach.

2. MÉTODOS

2.1. Desenho do estudo e Considerações éticas

O presente trabalho enquadra-se num desenho de estudo de investigação observacional, quantitativo, transversal e de cariz exploratório. O estudo teve como objetivo a avaliação preliminar das propriedades psicométricas (especificamente a consistência interna) de um novo instrumento destinado a avaliar motivação e barreiras à doação de leite humano em Portugal, fundamentado na Teoria da Autodeterminação (SDT). A recolha de dados ocorreu num único momento de avaliação, mediante a aplicação do questionário à amostra de dadoras.

O protocolo de investigação foi conduzido em estrita conformidade com os princípios éticos enunciados na Declaração de Helsínquia e com a legislação nacional vigente que regulamenta a investigação em saúde.

O projeto foi submetido, apreciado e formalmente aprovado pela Comissão de Ética para a Saúde da Unidade Local de Saúde (ULS) de São João (Parecer nº 311/2025 - Anexo 1).

A participação de todas as dadoras foi inteiramente voluntária, tendo sido precedida pela leitura e assinatura do Consentimento informado no qual se garantia o direito à desistência em qualquer fase do processo, sem qualquer prejuízo pessoal. Foi assegurada a total confidencialidade, privacidade e anonimização dos dados recolhidos, os quais foram codificados e utilizados exclusivamente para fins científicos.

O projeto foi inicialmente concebido com o objetivo de realizar uma validação psicométrica completa do instrumento. Contudo, devido ao número limitado de participantes elegíveis e à dimensão amostral efetivamente alcançada, o presente estudo assume a natureza de um estudo piloto. Neste contexto, pretende-se avaliar a adequação do instrumento ao contexto português, a sua aceitabilidade, validade de conteúdo, e consistência interna produzindo evidência preliminar para futuras validações em amostras mais alargadas.

Este tipo de estudo é recomendado nas fases iniciais de adaptação de instrumentos de medida em saúde, permitindo identificar potenciais limitações dos itens, avaliar a compreensão dos participantes e estimar propriedades psicométricas preliminares.

2.2. Participantes, Critérios de Elegibilidade e Amostragem

A amostra final deste estudo exploratório foi constituída por 34 mulheres lactantes e dadoras ativas, integradas e acompanhadas pelo Banco de Leite Humano do Norte (BLHN), sediado na Unidade Local de Saúde (ULS) São João.

Os critérios de inclusão definidos para a participação no estudo foram: (a) idade igual ou superior a 18 anos; (b) encontrar-se a amamentar e com estatuto de dadora ativa no BLHN no momento da recolha de dados; (c) demonstrar capacidade cognitiva e linguística para compreender e responder autonomamente ao questionário em língua portuguesa.

Foram excluídas do estudo todas as participantes cujos questionários apresentassem um preenchimento incompleto que inviabilizasse a análise psicométrica dos itens. A amostragem foi obtida por conveniência, sendo convidadas a participar todas as dadoras que cumpriam os critérios de elegibilidade durante o período de recrutamento, encontrando-se o fluxo de constituição da amostra final detalhado na Figura 1.

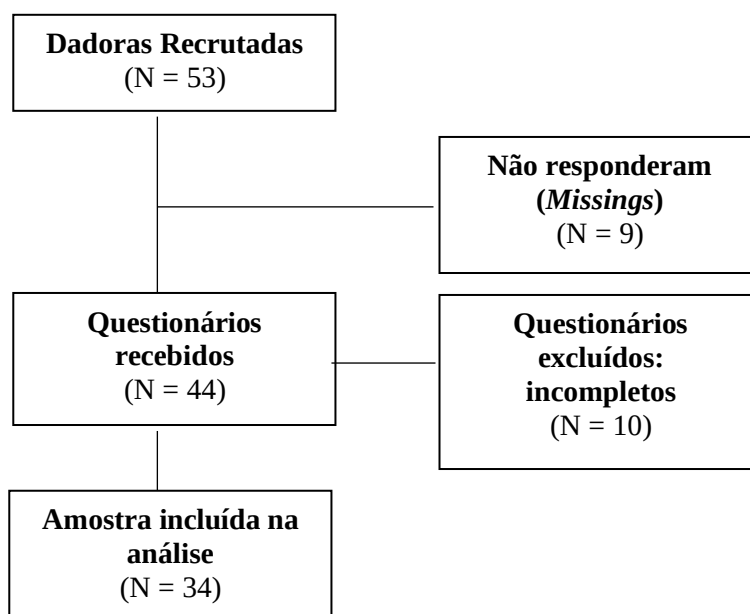


Figura 1 Fluxograma de recrutamento, exclusão e constituição da amostra final de dadoras de leite humano (N=34).

2.3. Desenvolvimento e Caracterização dos Instrumentos

2.3.1 Questionário Sociodemográfico e Obstétrico (Apêndice A): Destinado à caracterização individual da amostra, recolhendo dados sobre a idade, estado civil, nível de escolaridade, situação perante o mercado de trabalho, paridade (número de filhos) e a idade atual do lactente.

2.3.2 Processo de desenvolvimento e Adaptação do Questionário de Motivações e Barreiras à Doação de Leite Humano com 24 itens

Atendendo à inexistência de instrumentos psicométricos validados na população portuguesa para avaliar determinantes motivacionais da doação de leite humano, procedeu-se ao desenvolvimento de um novo questionário de autorresposta baseado nos pressupostos da Teoria da Autodeterminação (SDT) (10).

O questionário desenvolvido teve como ponto de partida uma escala preexistente concebida para avaliar a motivação no contexto da doação de sangue, estruturada à luz dos pressupostos teóricos da Teoria da Autodeterminação (SDT). O processo de construção do questionário ocorreu em três fases sequenciais:

- Fase 1 - Adaptação concetual e linguística dos itens

Procedeu-se à reconfiguração e alinhamento dos itens originais da dádiva de sangue para a realidade e especificidades da doação de leite humano, zelando pela preservação do construto teórico subjacente. Procurou-se preservar o significado conceptual dos itens e a correspondência com os diferentes tipos de regulação motivacional descritos pela SDT: constituindo-se uma escala de 24 itens, estruturada em 6 subescalas

regulatórias avaliadas por 4 itens cada: Amotivação, regulação externa, regulação Introjetada, regulação identificada, regulação integrada e motivação intrínseca. A métrica de resposta baseou-se numa escala ordinal de tipo Likert de 5 pontos, indexada entre 1 (“Discordo totalmente”) e 5 (“Concordo totalmente”). Foram introduzidas adaptações semânticas e culturais para assegurar a naturalidade da linguagem no português de Portugal.

- Fase 2 - Estudo Piloto e Reflexão Falada

A versão preliminar foi submetida a um estudo piloto junto de um grupo restrito de oito mulheres lactantes com perfil homogéneo ao da população-alvo, apresentando uma idade média de 33,63 anos ($DP=6,12$). Relativamente à escolaridade, a maioria das participantes detinha o ensino superior (75%; $n=6$), registando-se ainda 25% com o 12º ano de escolaridade ($n=2$). No término do preenchimento, realizou-se uma sessão de reflexão falada (think-aloud protocol) com as participantes para aferir a legibilidade, clareza linguística, compreensão inequívoca dos itens, aceitabilidade do formato e o tempo médio despendido para a conclusão do questionário. As sugestões emanadas desta fase ditaram pequenos ajustes de redação, culminando na versão final aplicada no estudo de campo.

- Fase 3 - Estudo Exploratório das Propriedades Psicométricas

Aplicação da versão final do questionário à amostra de dadoras para a extração dos indicadores de consistência interna.

A estrutura do questionário é composta por 24 itens distribuídos pelas seis dimensões da Teoria da Autodeterminação, apresentando-se na Tabela 3 alguns itens de exemplo representativo de cada subescala, uma vez que a versão integral do instrumento se encontra sob reserva para fases subsequentes da investigação.

Tabela 3 Estrutura representativa do questionário com 24 itens

Dimensão motivacional	Nº de itens	Item de exemplo
Motivação Intrínseca	4	"Para mim doar leite é algo prazeroso."
Motivação Integrada	4	"Doar leite faz parte de quem eu sou enquanto pessoa"
Regulação identificada	4	"Doar leite é importante para mim porque ajuda outros bebés."
Regulação Introjetada	4	"Sinto culpa se não contribuir para o banco de leite humano."
Regulação externa	4	"Doo leite porque me disseram que ajuda a produzir mais leite."
Amotivação	4	"Não tenho uma motivação clara sobre doar leite materno."

2.4. Procedimentos de Recolha de Dados

O recrutamento e a seleção das potenciais participantes foram operacionalizados presencialmente, em articulação direta com os médicos responsáveis pelas consultas do Banco de Leite Humano do Norte (BLHN), tendo em conta os critérios de inclusão previamente definidos.

No momento da consulta, após a explicação detalhada dos objetivos e moldes da investigação, foi solicitado às dadoras que manifestassem a sua intenção de participação através da assinatura presencial do Consentimento Informado em suporte físico.

Após a formalização do consentimento presencial, o processo de inquirição foi transposto para o formato digital. As participantes receberam, através do endereço de correio eletrónico disponibilizado para o efeito, um e-mail institucional contendo o link de acesso direto para o preenchimento online do questionário, alojado na plataforma inqueritos.up.pt.

2.5. Procedimentos de Análise de Dados Estatísticos

Para a análise estatística dos dados, utilizou-se o programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS), versão 31 (SPSS Inc., Chicago, IL, USA). Relativamente à estatística descritiva, as variáveis categóricas foram expressas através de frequências absolutas e percentagens, n (%), e as variáveis contínuas foram apresentadas por meio de médias e desvios-padrão ($M \pm DP$).

Com o objetivo de avaliar a estrutura interna do instrumento e verificar a exequibilidade de uma Análise Fatorial Exploratória (AFE), testou-se a adequação amostral através do índice de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO), assumindo-se valores superiores a 0,8 como adequados (33), e realizou-se o teste de esfericidade de Bartlett, fixando-se a significância estatística em $p \leq 0,05$.

A avaliação preliminar da consistência interna do instrumento foi determinada pelo coeficiente Alfa (α) de Cronbach. Os valores de consistência interna foram interpretados de acordo com os seguintes critérios: coeficientes entre 0,80 e 0,90

representam uma fiabilidade excelente, entre 0,70 e 0,80 identificam uma boa fiabilidade, e valores entre 0,60 e 0,70 indicam uma fiabilidade aceitável (33)(34).

3. RESULTADOS

3.1. Caracterização Sociodemográfica e Obstétrica da Amostra

A caracterização detalhada das dadoras participantes encontra-se sistematizada na Tabela 4. A média de idades das participantes fixou-se nos 33,47 anos ($\pm 3,47$; amplitude: 26-43 anos). Relativamente à paridade, as dadoras apresentavam uma média de 1,56 filhos ($\pm 0,61$).

No que diz respeito ao perfil académico, a totalidade da amostra apresentou qualificações correspondentes ou superiores ao Ensino Secundário, não se registando qualquer participante nos patamares do Ensino Básico (1.º ao 9.º ano). Observou-se uma diferenciação académica orientada para o Ensino Superior, com 52,9% ($n = 18$) das dadoras a deterem o grau de Mestre, 29,4% ($n = 10$) o grau de Licenciatura e 2,9% ($n = 1$) o grau de Doutoramento. O Ensino Secundário (12.º ano completo) e o Bacharelato foram identificados em 11,8% ($n = 4$) e 2,9% ($n = 1$) das participantes, respetivamente.

Tabela 4 Caracterização Sociodemográfica e Obstétrica das Dadoras de Leite Humano (N = 34)

Variável	n (%)	Média $\pm$ DP [Min - Max]
Idade (anos)	—	33,47 $\pm$ 3,47 [26 - 43]
Número de Filhos (Paridade)	—	1,56 $\pm$ 0,61 [1 - 3]
Estado Civil		
Casada	28 (82,4%)	—
Solteira	6 (17,6%)	—

Nível de Escolaridade

12.º Ano (Ensino Secundário)	4 (11,8%)	—
Bacharelato	1 (2,9%)	—
Licenciatura	10 (29,4%)	—
Mestrado	18 (52,9%)	—
Doutoramento	1 (2,9%)	—

3.2. Análise Descritiva e Psicométrica dos Itens por dimensão motivacional

A análise das propriedades psicométricas do questionário foi realizada para cada uma das seis subescalas que integram o continuum motivacional da Teoria da Autodeterminação (SDT), conforme as tabelas seguintes.

Na tabela 5a podemos verificar que os itens da dimensão de Motivação Intrínseca apresentam pontuações médias elevadas situando-se entre $M = 4,26$ ($DP = 0,931$; Item P6) e $M = 4,91$ ($DP = 0,288$; Item P2). Observou-se uma marcada assimetria negativa e valores de curtose elevados, nomeadamente nos itens P2 e P23, o que reflete a presença de um efeito teto pronunciado. Este padrão indica uma concordância quase unânime da amostra de dadoras ativas relativamente à satisfação e prazer intrínsecos do ato de doar. A subescala revelou um coeficiente Alfa de Cronbach de $\alpha = 0,689$, demonstrando uma fiabilidade e consistência interna aceitáveis.

a. Motivação Intrínseca

Tabela 5a. Estatística Descritiva e Consistência Interna dos Itens da Subescala Motivação Intrínseca ($N = 34$)

Item	Média (M)	Desvio-Padrão (DP)	Assimetria (erro padrão=0.403)	Curtose (erro padrão=0.788)
------	--------------	-----------------------	-----------------------------------	--------------------------------

P2	4.91	0.288	-3.039	7,686
P6	4.26	0.931	-1.051	0.125
P18	4.53	0.563	-0.662	-0.584
P23	4.44	0.927	-2.240	5.674

Coeficiente Alfa de Cronbach da subescala Motivação Intrínseca: $\alpha = 0,689$.

Na dimensão de Regulação Integrada (Tabela 5b), as médias dos itens variam entre $M = 3,24$ ($DP = 1,415$; Item P22) e $M = 4,24$ ($DP = 0,855$; Item P9), mantendo-se a tendência de assimetria negativa. Estes resultados evidenciam que a doação de leite se encontra bem assimilada no sistema de valores e na identidade pessoal das dadoras. O coeficiente de Alfa de Cronbach foi de $\alpha = 0,724$, representando o valor de consistência interna mais elevado entre as subescalas e indicando uma boa fiabilidade.

b. Regulação Integrada

Tabela 5b. Estatística Descritiva e Consistência Interna dos Itens da Subescala Regulação Integrada (N = 34)

Item	Média (M)	Desvio-Padrão (DP)	Assimetria (erro padrão=0.403)	Curtose (erro padrão=0.788)
P9	4.24	0.855	-0.797	-0.269
P10	4.18	0.936	-1.314	2.388
P13	4.15	1.077	-1.392	1.405
P22	3.24	1.415	-0.308	-1.125

Coeficiente Alfa de Cronbach da subescala Motivação Integrada: $\alpha = 0,724$.

A subescala de Regulação Identificada (Tabela 5c) registou valores médios elevados em todos os itens, destacando-se o Item P1 com $M = 4,91$ ($DP = 0,288$) e assimetria de $-3,039$, reforçando a forte perceção da utilidade e importância consciente da doação de leite.

Contudo, o coeficiente de Alfa de Cronbach fixou-se em $\alpha = 0,468$. Esta consistência interna reduzida é explicada pela reduzida variabilidade das respostas (efeito de teto) na amostra de dadoras ativas e pelo reduzido número de participantes ($N = 34$).

c. Regulação Identificada

Tabela 5c. Estatística Descritiva e Consistência Interna dos Itens da Subescala Regulação Identificada (N=34)

Item	Média (M)	Desvio-Padrão (DP)	Assimetria (erro padrão=0.403)	Curtose (erro padrão=0.788)
P1	4.91	0.288	-3.039	7,686
P7	4.00	1.348	-1.182	0.138
P8	4.76	0.431	-1.306	-0.315
P19	4.09	1.083	-1.399	2.002

Coeficiente Alfa de Cronbach da subescala Motivação Identificada: $\alpha = 0,468$.

Os itens de Regulação Introjetada (Tabela 5d) apresentam um comportamento mais heterogêneo. Enquanto o item P16 revelou um efeito de chão pronunciado ($M = 1,18$; $DP = 0,626$; assimetria = 3,797; curtose = 14,460, o item P24 registou uma média superior ($M = 3,59$; $DP = 1,104$). A subescala obteve um Alfa de Cronbach de $\alpha = 0,451$, refletindo a reduzida homogeneidade das respostas nesta dimensão de motivação controlada.

d. Regulação Introjetada

Tabela 5d. Estatística Descritiva e Consistência Interna dos Itens da Subescala Regulação Introjetada (N=34)

Item	Média (M)	Desvio-Padrão (DP)	Assimetria (erro padrão=0.403)	Curtose (erro padrão=0.788)
------	--------------	-----------------------	-----------------------------------	--------------------------------

P5	2.26	1.189	0.256	-1.488
P15	2.71	1.447	0.296	-1.130
P16	1.18	0.626	3.797	14.460
P24	3.59	1.104	-0.668	0.084

Coeficiente Alfa de Cronbach da subescala Motivação Introjada: $\alpha = 0,451$

A subescala de Regulação Externa (Tabela 5e) caracterizou-se por médias bastante reduzidas nos itens P24 ($M = 1,38$), item P20 ($M = 1,21$) e item P14 ($M = 1,06$), este último registrando uma forte assimetria positiva (3,925) e curtose elevada (14,244), representativas de um efeito de chão acentuado. A exceção observou-se no item P12 ($M = 3,12$). O valor do Alfa de Cronbach foi de $\alpha = 0,432$, o que confirma a pouca relevância que o reconhecimento externo ou pressões sociais exercem na manutenção do comportamento de doação nesta amostra.

e. Regulação Externa

Tabela 5e. Estatística Descritiva e Consistência Interna dos Itens da Subescala Regulação Externa (N=34)

Item	Média (M)	Desvio-Padrão (DP)	Assimetria (erro padrão=0.403)	Curtose (erro padrão=0.788)
P4	1.38	0.779	2.051	3.479
P12	3.12	1.365	-0.376	-1.046
P14	1.06	0.239	3.925	14.244
P20	1.21	0.538	2.643	6.224

Coeficiente Alfa de Cronbach da subescala Motivação Externa: $\alpha = 0,432$

Por fim, os itens da dimensão de Amotivação (Tabela 5f) registaram as pontuações médias mais baixas de todo o questionário, variando entre $M = 1,09$ ($DP = 0,288$; item P17) e $M = 1,88$ ($DP = 1,122$; Item P3). Todos os itens exibiram assimetria

positiva e valores de curtose elevados, destacando os itens P17 e P21, evidenciando a ausência de amotivação em dadoras que se encontram ativas no banco de leite. O coeficiente Alfa de Cronbach fixou-se em $\alpha = 0,385$, sendo o valor mais baixo registado na escala.

f. Amotivação

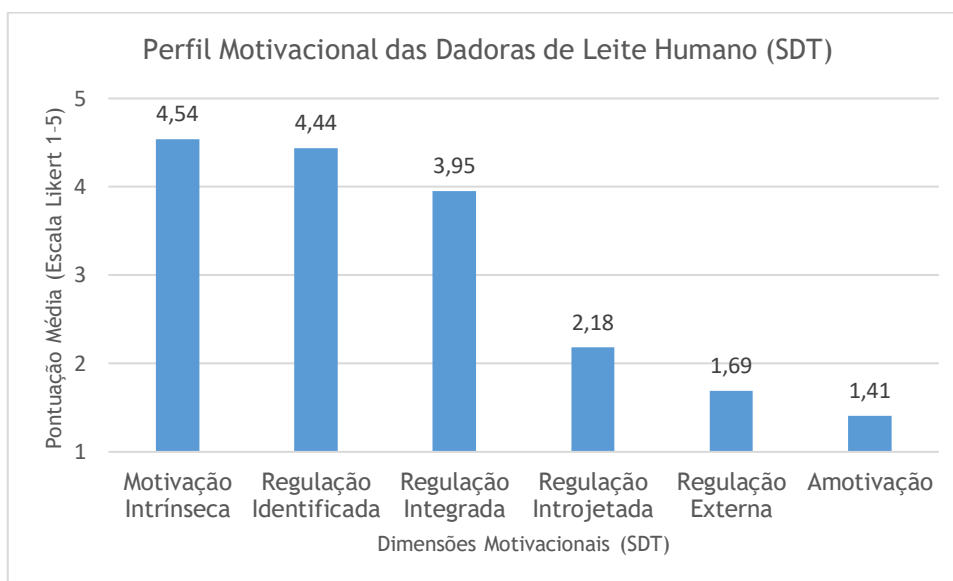
Tabela 5f. Estatística Descritiva e Consistência Interna dos Itens da Subescala Amotivação (N=34)

Item	Média (M)	Desvio-Padrão (DP)	Assimetria (erro padrão=0.403)	Curtose (erro padrão=0.788)
P3	1.88	1.122	1.202	0.640
P11	1.26	0.448	1.117	-0.804
P17	1.09	0.288	3.039	7.786
P21	1.41	0.857	2.747	8.834

Coeficiente Alfa de Cronbach da subescala Amotivação: $\alpha = 0,385$

Para uma caracterização global dos determinantes motivacionais da amostra, a Figura 2 ilustra a distribuição das pontuações médias obtidas pelas dadoras de leite humano (N = 34) ao longo do continuum da Teoria da Autodeterminação (SDT), observando-se uma clara preponderância das formas de motivação autónoma em comparação com as formas de motivação controlada e a amotivação.

Figura 2 Perfil motivacional das dadoras de leite humano segundo o continuum da Teoria da Autodeterminação (N = 34)



A pontuação média de cada dimensão é apresentada numa escala ordinal tipo Likert de 1 a 5, evidenciando a prevalência de motivações autónomas sobre as motivações controladas e amotivação.

Em termos globais (Tabela 6), os resultados evidenciam uma clara assimetria na distribuição das respostas. As subescalas pertencentes à Motivação Autónoma (Intrínseca e Integrada) demonstraram valores sólidos de consistência interna ($\alpha = 0,689$ e $\alpha = 0,724$, respetivamente).

Pelo contrário, os coeficientes mais reduzidos observados nas subescalas de Motivação Controlada e Amotivação ($\alpha = 0,385$ e $\alpha = 0,468$) não refletem necessariamente uma fragilidade concetual do modelo, mas sim condicionantes metodológicas:

- A dimensão reduzida da amostra (N=34);
- A reduzida variabilidade das respostas provocada por fortes efeitos de teto nas motivações autónomas e efeitos de chão na amotivação e regulação

externa, típicos de uma amostra composta exclusivamente por dadoras voluntárias ativas.

Tabela 6 Resumo da Consistência Interna e Distribuição por Subescala (N = 34)

Dimensão motivacional	Nº de itens	Média Global ($\pm$ DP)	Coefficiente Alfa de Cronbach (α)
Motivação Intrínseca	4	4,54 $\pm$ 0,51	0,689
Motivação Integrada	4	3,95 $\pm$ 0,81	0,724
Regulação identificada	4	4,44 $\pm$ 0,55	0,468
Regulação Introjetada	4	2,18 $\pm$ 0,72	0,451
Regulação externa	4	1,69 $\pm$ 0,48	0,432
Amotivação	4	1,41 $\pm$ 0,44	0,385
Escala Global	24	-	0,628

O Alfa de Cronbach global da escala de 24 itens é reportado como indicador geral preliminar, sendo a fiabilidade interpretada prioritariamente ao nível das 6 subescalas autónomas.

4. DISCUSSÃO

A interpretação dos resultados obtidos no presente estudo deve ser enquadrada pela sua natureza exploratória e metodológica, visando adaptar e avaliar preliminarmente as propriedades psicométricas de um instrumento destinado a compreender a motivação para a doação de leite humano no contexto português. A caracterização sociodemográfica da amostra evidenciou um perfil de dadoras predominantemente com elevado nível de escolaridade, traduzido por uma expressão superior a 80% de participantes com formação académica de nível superior ou pós-graduado. Este achado encontra ampla sustentação na literatura científica sobre bancos de leite humano, a qual descreve que o comportamento

de doação de leite se encontra frequentemente associado a níveis mais elevados de literacia em saúde (35), facilitando a compreensão do impacto clínico e nutricional do leite doado para o recém-nascido pré-termo ou de baixo peso (36), bem como uma maior capacidade para gerir a exigência logística e o cansaço subjacentes ao processo de extração e conservação do leite (37).

Do ponto de vista psicométrico, a decisão metodológica de não avançar para uma Análise Fatorial Exploratória (AFE) revelou-se imperativa. O tamanho reduzido da amostra preliminar ($N = 34$) não cumpre o critério recomendado pela literatura de 5 a 10 participantes por item para a realização desta análise (33). Adicionalmente, o cálculo do índice de adequação amostral de Kaiser-Meyer-Olkin fixou-se em $KMO = 0,314$, situando-se abaixo do limiar padrão de 0,50 e confirmando, juntamente com o teste de esfericidade de Bartlett [$X^2 (276) = 440,46$, $p < 0,001$], a ausência dos pressupostos estatísticos necessários. Deste modo, o presente estudo centrou-se na obtenção de evidência preliminar focada no comportamento descritivo individual dos itens e na consistência interna global da escala.

No que se refere ao tamanho da amostra obtida ($N=34$), importa fundamentar metodologicamente este valor à luz do universo de estudo e do contexto operacional em que decorreu a recolha de dados. O Banco de Leite Humano do Norte constitui uma estrutura de implementação relativamente recente no panorama de saúde nacional, sendo que o número absoluto de dadoras ativas num determinado intervalo temporal é, por definição epidemiológica, reduzido e caracterizado por uma elevada fluidez e transitoriedade, condicionada pela própria duração da fase de lactação e pela manutenção de excedente de produção de leite. Adicionalmente, a opção pela transição do recrutamento presencial nas consultas para o preenchimento diferido através de uma plataforma digital

traduziu-se numa taxa de adesão inferior à expectável em abordagens presenciais diretas. Este fenómeno de menor participação em inquéritos digitais é amplamente reportado em estudos comportamentais com populações no período pós-parto (38)(39), no qual a sobrecarga de tarefas parentais, a privação de sono e a exaustão física condicionam significativamente a adesão e disponibilidade para responder a formulários online sem compensação direta (40).

Deste modo, o tamanho amostral alcançado reflete fidedignamente a realidade do recrutamento de dadoras em ambiente de estudo piloto, não devendo ser interpretado como uma fragilidade concetual, mas sim como a expressão dos desafios operacionais próprios do estudo de populações clínicas específicas no período pós-parto.

Do ponto de vista psicométrico, a decisão metodológica de não avançar para uma Análise Fatorial Exploratória (AFE) revelou-se imperativa, uma vez que o cálculo do índice de adequação amostral de Kaiser-Meyer-Olkin fixou-se em $KMO = 0,314$, um valor estatisticamente considerado inadequado, por se situar abaixo do limiar padrão de 0.50, para a extração confiável de fatores latentes via AFE. Esta limitação matemática decorre diretamente da reduzida dimensão da amostra disponível ($N=34$), acarretando o risco de identificação de fatores matematicamente instáveis (41)(33). Contudo, longe de invalidar o estudo, esta constatação reforça o seu cariz estritamente exploratório. Perante a impossibilidade de reestruturar as subescalas empiricamente por caminhos fatoriais, o foco metodológico centrou-se na análise rigorosa do comportamento descritivo individual dos 24 itens adaptados da escala original de dádiva de sangue (42) e na avaliação da consistência interna através do Alfa de Cronbach para cada uma das dimensões regulatórias propostas pela Teoria da Autodeterminação

(27)(10)(43), obtendo-se um valor global de $\alpha = 0,628$, considerado aceitável no âmbito de estudos preliminares (34)(33). Esta estratégia permitiu assegurar a fidelidade concetual ao modelo teórico original de Deci e Ryan (1985, 2017) (27)(43), servindo como uma rampa de lançamento metodológica para a validação futura de ferramentas que analisem se as mães portuguesas doam por pura motivação intrínseca (altruísmo e satisfação pessoal) ou por regulações mais controladas e externas.

O aparecimento de valores de correlação item-total reduzidos ou negativos, em particular nos itens integrados nas subescalas de Amotivação e de Regulação Externa, é explicável à luz do enquadramento teórico da Teoria da Autodeterminação (27) e da presença de um efeito de teto (44)(33) e de desejabilidade social (45). Sendo a amostra constituída integralmente por dadoras ativas e voluntárias, verifica-se uma forte assimetria nas respostas, caracterizada por pontuações máximas em formas de motivação autónoma, como a Regulação Integrada e Identificada e pontuações nulas ou mínimas em itens associados à ausência de motivação ou à regulação externa. Uma vez que a escala avalia um continuum motivacional composto por dimensões concetualmente opostas (43), a variabilidade extremamente reduzida nas subescalas de regulação externa afeta a homogeneidade global e a correlação linear entre os itens sem que tal signifique, necessariamente, uma inadequação teórica do construto subjacente.

Estas observações sublinham a utilidade primordial do presente estudo piloto enquanto diagnóstico preliminar da formulação semântica da escala. A identificação de itens com comportamento estatístico atípico fundamenta a necessidade de proceder ao seu refinamento concetual e linguístico antes de qualquer aplicação em larga escala. O passo metodológico subsequente e crucial

consiste na submissão do instrumento adaptado a um procedimento formal de Validação de Conteúdo, recorrendo a um painel de especialistas constituído por peritos das áreas da Pediatria, Psicologia pediátrica, Nutrição e Enfermagem, de forma a calcular o Índice de Validade de Conteúdo (I-CVI), garantindo os patamares recomendados pela literatura (46). Apenas após assegurar uma equivalência semântica e concetual plenamente validada por peritos será pertinente conduzir um estudo multicêntrico ampliado, que inclua múltiplos pontos de recolha nacional e que viabilize, através de uma amostra de maior dimensão, a confirmação da estrutura fatorial do instrumento e da sua sensibilidade para diferenciar dadoras ativas, potenciais dadoras e mulheres que interromperam a doação de leite humano.

5. LIMITAÇÕES DO ESTUDO E PERSPETIVAS FUTURAS

A interpretação e a potencial extrapolação dos resultados obtidos no presente trabalho devem ser analisadas à luz de importantes limitações metodológicas. A principal limitação prende-se com o tamanho reduzido da amostra final ($N = 34$), obtida através de uma amostragem não probabilística por conveniência junto de um único centro, o Banco de Leite Humano do Norte (BLHN). Esta dimensão amostral inviabilizou estatisticamente a realização da Análise Fatorial Exploratória (AFE), limitando os achados psicométricos a um carácter puramente preliminar e exploratório.

Adicionalmente, o perfil das dadoras recrutadas revelou-se altamente homogéneo, com uma forte concentração em patamares de ensino superior (Mestrado e Licenciatura), o que impossibilitou a representação de dadoras com

escolaridade básica e pode limitar a aplicação do questionário a franjas da população com diferentes níveis de literacia. Importa também salvaguardar o risco de vieses de resposta, uma vez que, por se tratar de um instrumento baseado em escalas de autorresposta, os dados podem sofrer a influência de fenómenos de desejabilidade social, dado que a doação de leite humano é culturalmente percebida como um comportamento solidário e altamente positivo.

Em conclusão, a obtenção de uma consistência global aceitável e a deteção de correlações item-total negativas em dimensões específicas, particularmente na Amotivação e Regulação Externa, confirmam que a escala se encontra numa fase preliminar e que reflete a avaliação de múltiplos construtos motivacionais independentes previstos pela Teoria da Autodeterminação. Como perspetiva futura para robustecer a validade metodológica deste instrumento, propõe-se a submissão do questionário a um painel formal de peritos (composto por 8 a 10 especialistas da área da nutrição, pediatria e psicometria).

Este procedimento permitirá calcular o *Item-level Content Validity Index* (I-CVI), quantificando a proporção de especialistas que classificam cada item como relevante ou muito relevante (pontuações de 3 ou 4 numa escala de Likert de 4 pontos), adotando-se o ponto de corte recomendado de $\geq 0,78$ para a retenção ou reformulação semântica dos itens frágeis aqui identificados. Posteriormente, o cálculo do *Scale-level Content Validity Index* (S-CVI) pela média dos I-CVI fornecerá um indicador global da relevância conceptual do questionário, assegurando a sua estabilidade estrutural antes de uma aplicação em larga escala na população de dadoras.

6. CONCLUSÕES

O presente trabalho cumpriu o seu objetivo primordial ao desenvolver e avaliar, de forma exploratória e preliminar, as propriedades psicométricas de um instrumento inédito em Portugal, concebido para estudar a motivação para a doação de leite humano à luz da Teoria da Autodeterminação (SDT). Assumindo a natureza de estudo piloto perante a dimensão reduzida da amostra ($N = 34$), a inviabilidade matemática de realizar uma Análise Fatorial Exploratória, evidenciada pelo valor de $KMO = 0,314$, direcionou o foco metodológico para a análise descritiva individual dos itens e para a consistência interna global. A obtenção de um coeficiente Alfa de Cronbach global de 0,628 atesta uma fiabilidade preliminar aceitável para um instrumento em fase inicial de construção e adaptação concetual.

A análise item-total forneceu um diagnóstico psicométrico discriminativo sobre as diferentes dimensões da motivação. Por um lado, os itens associados à Motivação Autónoma, compreendendo a Motivação Intrínseca e a Regulação Integrada/Identificada, demonstraram uma forte coesão e alinhamento com a escala global. Por outro lado, as dimensões relativas à Motivação Controlada e à Amotivação, especificamente a Regulação Externa, revelaram correlações item-total baixas ou negativas, fenómeno fundamentado pelo efeito de teto e pela desejabilidade social inerentes a uma amostra constituída exclusivamente por dadoras ativas e altamente motivadas.

Em suma, embora o instrumento evidencie um potencial promissor para capturar a multidimensionalidade do comportamento de doação, a sua versão atual não deve ser aplicada em larga escala sem uma reestruturação prévia. Para superar as fragilidades identificadas e conferir maior rigor metodológico à escala,

estabelece-se como passo futuro indispensável a submissão do questionário a um painel formal de peritos, constituído por 8 a 10 especialistas, para validação de conteúdo através do Índice de Validade de Conteúdo (CVI). Este procedimento permitirá o refinamento semântico dos itens problemáticos e o ajuste concetual do instrumento antes da sua aplicação num estudo multicêntrico ampliado.

O estudo pode ainda ser alargado a múltiplos centros e fases de doação (dadoras ativas, potenciais dadoras e mulheres que interromperam a doação), garantindo a dimensão amostral necessária para confirmar a estrutura fatorial do instrumento através de Análise Fatorial Exploratória (AFE) e confirmatória (AFC).

Do ponto de vista da Nutrição Pediátrica e da Saúde Pública, a consolidação futura deste questionário disponibilizará às equipas multidisciplinares dos Bancos de Leite Humano uma ferramenta fundamentada para diagnosticar o perfil motivacional das dadoras. Compreender se a dádiva assenta predominantemente em determinantes autónomos ou em pressões externas permitirá desenhar estratégias de captação e retenção mais eficientes, humanizadas e personalizadas. Em última análise, este esforço metodológico contribui para garantir a sustentabilidade das reservas de leite humano doado, assegurando aos recém-nascidos pré-termo e de muito baixo peso o acesso ao padrão-ouro nutricional e imunológico determinante para a sua sobrevivência e desenvolvimento.

7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Victora CG, Bahl R, Barros AJD, França GVA, Horton S, Krasevec J, et al. Breastfeeding in the 21st century: Epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *Lancet* [Internet]. 2016 Jan 30 [cited 2025 Aug 26];387(10017):475-90. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26869575/>
2. United Nations Children's Fund (UNICEF)&World Health Organization (WHO). Global Breastfeeding Scorecard 2023 Rates Of Breastfeeding Increase Around The World Through Improved Protection And Support. World Heal Organ [Internet]. 2023;1-9. Available from: https://www.unicef.org/media/150586/file/Global_breastfeeding_scorecard_2023.pdf
3. World Health Organization. Exclusive breastfeeding for optimal growth,developtement and health of infants [Internet]. World Health Organization. 2023 [cited 2025 Aug 26]. Available from: <https://www.who.int/tools/elena/interventions/exclusive-breastfeeding>
4. WHO. 1.pdf [Internet]. Available from: https://www.who.int/health-topics/breastfeeding#tab=tab_1
5. Breastfeeding - UNICEF DATA [Internet]. [cited 2025 Aug 26]. Available from: <https://data.unicef.org/topic/nutrition/breastfeeding/>
6. Chowdhury R, Sinha B, Sankar MJ, Taneja S, Bhandari N, Rollins N, et al. Breastfeeding and maternal health outcomes: A systematic review and meta-analysis. *Acta Paediatr Int J Paediatr* [Internet]. 2015 Dec 1 [cited 2025 Aug 26];104(467):96-113. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26172878/>
7. Observatório Português dos Sistemas de Saúde. Meio Caminho Andado -

- Relatório Primavera 2018. Relatório Primav 2018 [Internet]. 2018;1-188. Available from: <http://opss.pt/wp-content/uploads/2018/06/relatorio-primavera-2018.pdf>
8. Silva S, Correia D, Severo M, Oliveira A, Torres D, Lopes C. Early feeding practices and their determinants: National Food, Nutrition and Physical Activity Survey 2015-2016. *Acta Port Nutr* [Internet]. 2019;18:6-12. Available from: <https://hdl.handle.net/10216/125736>
 9. Fang MT, Grummer-Strawn L, Maryuningsih Y, Biller-Andorno N. Human milk banks: a need for further evidence and guidance. *Lancet Glob Heal* [Internet]. 2021;9(2):e104-5. Available from: [http://dx.doi.org/10.1016/S2214-109X\(20\)30468-X](http://dx.doi.org/10.1016/S2214-109X(20)30468-X)
 10. Ryan RM, Deci EL. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *Am Psychol* [Internet]. 2000 [cited 2025 Aug 26];55(1):68-78. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11392867/>
 11. Altobelli E, Angeletti PM, Verrotti A, Petrocelli R. The impact of human milk on necrotizing enterocolitis: A systematic review and meta-analysis. *Nutrients*. 2020;12(5):1-13.
 12. Shenker NS, Nangia S. Nonprofit human milk banking: On a challenging path to global equity. *Matern Child Nutr*. 2024;20(S4):1-2.
 13. Renascença. Hospital de São João abre Banco de Leite Humano - Renascença [Internet]. 2022. Available from: https://healthnews.pt/2022/09/26/banco-de-leite-humano-inaugurado-no-s-joao-no-porto-beneficiara-toda-a-regiao-norte/?utm_source=chatgpt.com

14. Canal P. Primeiro banco de leite humano do Norte nasce no Hospital de São João - Porto Canal [Internet]. 2022. Available from: https://portocanal.sapo.pt/noticia/311077/?utm_source=chatgpt.com
15. HealthNews. Banco de Leite Humano inaugurado no S. João, beneficiará toda a região Norte - HealthNews [Internet]. 2022. Available from: https://rr.pt/noticia/pais/2022/09/26/hospital-de-sao-joao-abre-banco-de-leite-humano/301123/?utm_source=chatgpt.com
16. BLHN permitiu já alimentar 55 bebés prematuros no primeiro ano [Internet]. 2023. Available from: <https://portal-chsj.min-saude.pt/media/noticias/noticia/blhn-permitiu-ja-alimentar-55-bebes-prematuros-no-primeiro-ano>
17. Silva ES, Jesus LE de, Batistela E, Castro NA de, Fonseca LB. Doação De Leite Materno Ao Banco De Leite Humano: Conhecendo a Doadora. DEMETRA Aliment Nutr Saúde. 2015;10(4):879-90.
18. Buges NM, Pereira RJ. Fatores Que Influenciam O Processo De Doação De Leite Humano: Uma Revisão Sistemática Da Literatura. Rev Context Saúde. 2020;20(38):122-30.
19. Marques C. Atitudes sobre doação de leite humano: estudo comparativo entredadoras e não dadoras. Univ Lisboa Fac Med Inst Politécnico Lisboa Esc Super Tecnol da Saúde Lisboa. 2023;
20. Lahav Y, Harison E. Donate or Not to Donate—Willingness to Donate and Accept Donor Human Milk. Nutr . 2025;17(14):1-17.
21. Mathias EG, Patil DS, Kolakemar A, Krishnan JB, Renjith V, Gudi N, et al. Barriers and Facilitators for the Donation and Acceptance of Human Breast milk: A Scoping Review. Curr Nutr Rep [Internet]. 2023;12(4):617-34.

- Available from: <https://doi.org/10.1007/s13668-023-00506-8>
22. Fonseca RMS, Milagres LC, Franceschini SDCC, Henriques BD. The role of human milk banks in promoting maternal and infant health: A systematic review. *Cienc e Saude Coletiva*. 2021;26(1):309-18.
 23. República Portuguesa. Despacho nº 13056/2023. Diário da República, 2ª Série nº 244 [Internet]. 2023;1-2. Available from: <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/despacho/13056-2023-808130290>
 24. Appel-silva M, Wendt GW, Iracema I, Argimon DL. A teoria da autodeterminação e as influências socioculturais sobre a identidade. 1981;351-69.
 25. Susana Pissarra, Rita Moita, Cristina Martins, Susana Fraga, Raquel Cadilhe, Diana Silva HS. Banco de Leite Humano do Norte (BLHN) - um modelo funcional valorizado. In: 23º Congresso Nacional de Pediatria. Vilamoura: Sociedade Portuguesa de Pediatria; 2023.
 26. Quigley M, McGuire W. Formula versus donor breast milk for feeding preterm or low birth weight infants. *Cochrane Database Syst Rev*. 2014;2014(4).
 27. Deci EL, Ryan RM. Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior. *Intrinsic Motiv Self-Determination Hum Behav*. 1985;
 28. Ryan RM, Deci EL. Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions , theory , practices , and future directions. *Contemp Educ Psychol* [Internet]. 2020;61(April):101860. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860>
 29. Ng JYY, Ntoumanis N, Thøgersen-ntoumani C, Deci EL, Ryan RM, Duda JL, et al. Self-Determination Theory Applied to Health Contexts : A Meta-Analysis. 2012;

30. Christopher R. France, Janis L. France, Bruce W. Carlson, Victoria Frye LD, Debra A. Kessler, Mark Rebosa and BHS. Applying self-determination theory to the blood donation context: The blood donor competence, autonomy, and relatedness enhancement (Blood Donor CARE) trial. 2018;44-51.
31. Levesque CS, Williams GC, Elliot D, Pickering MA, Bodenhamer B, Finley PJ. Validating the theoretical structure of the Treatment Self-Regulation Questionnaire (TSRQ) across three different health behaviors. Health Educ Res. 2007;22(5):691-702.
32. Bednall TC, Bove LL. Donating Blood: A Meta-Analytic Review of Self-Reported Motivators and Deterrents. Transfus Med Rev [Internet]. 2011 Oct 1 [cited 2026 Jun 30];25(4):317-34. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0887796311000344>
33. Hair JF, Black WC, Babin BJ, Anderson RE. Multivariate Data Analysis Eighth Edition [Internet]. 2019. Available from: www.cengage.com/highered
34. George, Darren; Mallery P. IBM SPSS Statistics 26 Step by Step: A Simple Guide and Reference. Routledge;
35. Octacilla J, Miranda A, Serafim TC, Maria R, Araújo A, Fonseca MS, et al. Artigo Original Doação de leite humano: Investigação de fatores sociodemográficos e comportamentais de mulheres doadoras Human Milk donation: Investigation of sociodemographic and behavioral profile factors of women donors. 2017;7894:10-7.
36. Emilie Azema, MA, and Stacey Callahan P. Breast Milk Donors in France: A Portrait of the Typical Donor and the Utility of Milk Banking in the French Breastfeeding Context. J Hum Lact [Internet]. Available from:

- <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0890334403252476>
37. Candelaria LM, Spatz DL, Giordano N. Experiences of Women Who Donated Human Milk. *JOGNN - J Obstet Gynecol Neonatal Nurs* [Internet]. 2018;47(4):556-63. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.jogn.2017.12.007>
 38. Harrison S, Alderdice F, Quigley MA. Impact of sampling and data collection methods on maternity survey response: a randomised controlled trial of paper and push-to-web surveys and a concurrent social media survey. *BMC Med Res Methodol* [Internet]. 2023;23(1):1-12. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12874-023-01833-8>
 39. Fan W, Yan Z. Factors affecting response rates of the web survey: A systematic review. *Comput Human Behav* [Internet]. 2010 Mar 1 [cited 2026 Aug 14];26(2):132-9. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0747563209001708>
 40. Fatigue, wellbeing and parenting in mothers of infants and toddlers with sleep problems. *J Reprod Infant Psychol* [Internet]. 2011; Available from: https://www.researchgate.net/publication/233020742_Fatigue_wellbeing_and_parenting_in_mothers_of_infants_and_toddlers_with_sleep_problems
 41. Field A. *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics*. London: SAGE Publications; 2018.
 42. Kermani FR, Kafi-Abad SA, Maghsudlu M, Hosseini KM, Mohammadali F, MohammadJafari A. Development and validation of the self-regulation of blood donation scale for blood donors. *Hematol Transfus Cell Ther*. 2024;46:S299-305.

43. France CR, France JL, Carlson BW, Frye V, Duffy L, Kessler DA, et al. Applying self-determination theory to the blood donation context: The blood donor competence, autonomy, and relatedness enhancement (Blood Donor CARE) trial. *Contemp Clin Trials* [Internet]. 2017 Feb 1 [cited 2026 Jun 30];53:44-51. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1551714416302257>
44. Thomas S. Robert F.DeVellis & Carolyn T.Thorpe. (2022) Scale development: Theory and applications. California: SAGE Publications, Inc., 320 pages, \$60.00 softcover. *Pers Psychol* [Internet]. 2022 Mar 19;75(1):243-4. Available from: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/peps.12499>
45. Fisher RJ. Social Desirability Bias and the Validity of Indirect Questioning. *J Consum Res*. 1993;20(2):303.
46. Polit DF, Beck CT. The content validity index: Are you sure you know what's being reported? critique and recommendations. *Res Nurs Health* [Internet]. 2006 Oct;29(5):489-97. Available from: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/nur.20147>

APÊNDICES

Apêndice A - Questionário de Avaliação da Motivação para a Doação de Leite Humano

(Por motivos de proteção da propriedade intelectual e continuidade das fases de validação psicométrica do instrumento, apresenta-se apenas a estrutura das subescalas e itens exemplificativos. A versão integral encontra-se sob reserva)

- **Motivação Intrínseca (4 itens):** Avalia a satisfação e o prazer inerentes ao ato de doar (ex.: *"Para mim doar leite é algo prazeroso"*).
- **Regulação Integrada (4 itens):** Avalia a congruência com a identidade e valores pessoais (ex.: *"Doar leite faz parte de quem eu sou enquanto pessoa"*).
- **Regulação Identificada (4 itens):** Avalia o reconhecimento consciente da importância do ato (ex.: *"Doar leite é importante para mim porque ajuda outros bebês"*).
- **Regulação Introjetada (4 itens):** Avalia motivações guiadas por pressões internas ou culpa (ex.: *"Sinto culpa se não contribuir para o banco de leite humano"*).
- **Regulação Externa (4 itens):** Avalia motivações dependentes de incentivos ou pressões sociais (ex.: *"Doo leite porque me disseram que ajuda a produzir mais leite"*).
- **Amotivação (4 itens):** Avalia a ausência de intenção ou valorização (ex.: *"Não tenho uma motivação clara sobre doar leite materno"*).

Apêndice B - Questionário Sociodemográfico e Obstétrico de Autorresposta

Caracterização sociodemográfica

Idade

Por favor, escreva aqui a sua resposta:

Estado Civil

Please choose all that apply:

- ☐ Casado(a)/Em união de facto
- ☐ Divorciado(a)/Separado(a)
- ☐ Solteiro(a)
- ☐ Viúvo(a)

Escolaridade

Please choose all that apply:

- ☐ 1.º ano do 1.º Ciclo
- ☐ 2.º ano do 1.º Ciclo
- ☐ 3.º ano do 1.º Ciclo
- ☐ 4.º ano do 1.º Ciclo
- ☐ 5.º e 6.º anos do 2.º Ciclo
- ☐ 7.º, 8.º e 9.º anos do 3.º
- ☐ Ciclo Ensino Secundário
- ☐ (12º ano) Bacharelato
- ☐ Licenciatura
- ☐ Mestrado
- ☐ Doutoramento

Encontra-se atualmente ”

Please choose all that apply:

- ☐ Em Licença de maternidade
- ☐ Desempregada
- ☐ A exercer atividade profissional
- ☐ Reformada
- ☐ Outro

Qual a sua profissão?

Por favor, escreva aqui a sua resposta:

Número de filhos (incluindo o atual):

Por favor, escreva aqui a sua resposta:

O bebé atual nasceu:

Por favor, escreva aqui a sua resposta:

- ☐ De cesariana
- ☐ De parto normal

Idade atual do bebê (em meses):

Por favor, escreva aqui a sua resposta:

O bebê nasceu:

Por favor, escreva aqui a sua resposta:

☐ Prematuro (<37 semanas)

☐ A termo (>37 semanas)

Está atualmente a amamentar?

Please choose all that apply:

☐ Sim

☐ Não

Apêndice C - Texto Padrão de Abordagem/E-mail de Recrutamento (Momento T0)

Bom dia,

Foi convidada para participar num inquérito.

O meu nome é Andreia Sousa, estudante do Mestrado em Nutrição Pediátrica pela Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação do Porto e desenvolvo um estudo em colaboração com a equipa do Banco de Leite Humano do Hospital de São João. No seguimento do combinado na consulta de dadoras, vimos por este meio solicitar a sua colaboração no preenchimento de um breve questionário, cujo objetivo é validar um instrumento para avaliar motivação e barreiras à doação de leite materno em Portugal.

O questionário é de resposta simples e rápida, e a sua participação é muito importante para nós.

Poderá aceder ao mesmo através do seguinte link:

(<https://inqueritos.up.pt/6/index.php/173932?lang=pt>)

Agradecemos, desde já, a sua disponibilidade e colaboração.

Com os melhores cumprimentos,

Andreia Sousa

O inquérito é intitulado de: "{Adaptação e Estudo das Propriedades Psicométricas de um Questionário sobre a Motivação para a Doação de Leite Humano: Um Estudo com Base na Teoria da Autodeterminação}"

ANEXOS

Anexo 1 - Parecer de Aprovação da Comissão de Ética para a Saúde da ULS de São João

Centro de Epidemiologia Hospitalar

Tomei conhecimento. Nada a opor. À DC CSH.

24 de Março de 2026

A Diretora do Centro de Epidemiologia Hospitalar

(Prof.^a Doutora Aná Azevedo)



n.º 311 / 2025

DIREÇÃO CLÍNICA

26/3/2026

PEDIDO DE AUTORIZAÇÃO

Realização de Investigação

Exmo. Senhor Presidente do Conselho de Administração do Centro Hospitalar Universitário de São João

Deliberado concordar, nos termos legais em vigor.

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO DA ULS SÃO JOÃO, EPE - REUNIÃO DE 02 ABR. 2026

(Prof.^a Doutora Maria João Baptista)

Diretora Clínica para a área dos cuidados de saúde hospitalares	Diretora Clínica para a área dos cuidados de saúde primários	Enfermeiro	Vogal Executiva	Vogal Exequutivo
Dra. Elisabete Barbosa	Dra. Lígia Silva	Dr. Vítor Leite	Dr. Vítor Leite	Dr. Vítor Leite

Nome do Investigador Principal:

Andreia Cristina Alves de Sousa

Título da Investigação:

Adaptação e estudo das propriedades psicométricas de um questionário sobre motivação para a doação de leite humano - um estudo com base na teoria da autodeterminação.

Pretendendo realizar no(s) Serviço(s) de:

Neonatologia - Banco de Leite Humano

a investigação em epígrafe, solicito a V. Exa., na qualidade de Investigador/Promotor, autorização para a sua efetivação.

Para o efeito, anexo toda a documentação referida no dossier da Comissão de Ética do Centro Hospitalar Universitário de São João/Faculdade de Medicina da Universidade do Porto respeitante à investigação, à qual enderecei pedido de apreciação e parecer.

Com os melhores cumprimentos.

O Investigador/Promotor

Assinado por: ANDREIA CRISTINA ALVES DE SOUSA

Num. de Identificação: 12544448

Data: 2025.08.24-15:31:26+01:00

Porto, 24 de agosto de 2025.



SÃO JOÃO

Encarregado de Proteção de Dados
Data Protection Officer

Entrada



CARTÃO DE CIDADÃO

Centro Hospitalar São João
Centro de Epidemiologia Hospitalar

24,3,2026

CES-IM005-1

Parecer da Comissão de Ética da
Unidade Local de Saúde de São João

Título do Projeto: Adaptação e estudo das propriedades psicométricas de um questionário sobre motivação para a doação de leite humano - um estudo com base na teoria da autodeterminação

Investigadora Principal: Andreia Cristina Alves de Sousa (estudante do Mestrado em Nutrição Pediátrica, FCNAUP), que dispõe da competência científica para a realização do estudo. Serão co-investigadoras a Dra. Susana Maria Saraiva Pissarra Silva (Serviço de Neonatologia da ULS São João) e a Prof.^a Doutora Diana Maria Veloso e Silva (Serviço de Nutrição da ULS São João).

Onde decorre o Estudo: No Serviço de Neonatologia da ULS São João. Apresentou declaração do Dr. Henrique Soares (Diretor de Serviço). A Dra. Susana Maria Saraiva Pissarra Silva será a profissional de ligação.

Objetivos do Estudo:

Adaptação e estudo das propriedades psicométricas de um questionário sobre motivação para a doação de leite humano - um estudo com base na teoria da autodeterminação. Identificação e caracterização das principais motivações percebidas por mulheres que doaram ou decidem doar leite ao Banco de Leite Humano do Norte, com o objetivo de contribuir para o desenvolvimento de estratégias mais eficazes de sensibilização, apoio e captação de dadoras.

Conceção e Pertinência do estudo:

O estudo é pertinente e adequado, porquanto consta no protocolo submetido à CE: "A doação de leite humano é essencial para a sobrevivência de recém-nascidos prematuros, mas em Portugal há escassez de estudos sobre o que motiva ou dificulta a decisão de doar. Este estudo quantitativo, baseado num questionário online a dadoras do Banco de Leite Humano do Norte, pretende identificar motivações associadas à doação. Os dados obtidos poderão apoiar estratégias de captação e retenção de dadoras, com impacto direto na saúde neonatal."

Estudo metodológico transversal para adaptação transcultural e validação psicométrica de instrumento, com componente de estudo de fiabilidade.

Estudo qualitativo com recurso à aplicação de inquérito online anonimizado a dadoras do BLHN, numa amostra estimada de 30 participantes, com envio de link com o questionário para resposta online através da plataforma questionpro (para quem assinou o consentimento informado a autorizar o envio deste link por email).

Estão definidos os critérios de inclusão no estudo e as variáveis a ser recolhidas.

Benefício/risco:

O único incómodo previsto é o tempo disponibilizado para preenchimento do questionário (cerca de 10 a 15 minutos).

Confidencialidade dos dados:

As respostas serão codificadas por um código ID que lhes será atribuído.

Apresentou a 'avaliação sobre o impacto da proteção de dados' para o EPD.

Respeito pela liberdade e autonomia do sujeito de ensaio:

Dispõe de uma adequada informação às participantes. Contudo, deverá ser utilizado o modelo de consentimento institucional da ULS São João.

Curriculum da investigadora: Adequado à investigação.

Data previsível da conclusão do estudo: março de 2026. A realização de um teste piloto (em curso) não é admissível antes da emissão de um parecer de conformidade pela CES.

Conclusão: Proponho um parecer favorável à realização do estudo após esclarecimento das observações a sublinhado.

Porto, 26 de setembro de 2025

O Relator da CE, Prof. Doutor Paulo Chaves

Conclusão: Todas as questões foram esclarecidas. Proponho um parecer favorável à realização do estudo.

Porto, 9 de outubro de 2025

O Relator da CE, Prof. Doutor Paulo Chaves



**Estudo Exploratório
Das Propriedades
Psicométricas De
Um Questionário
Sobre Motivação
Para A Doação De
Leite Humano
Andreia Cristina Alves
de Sousa**

SEDE ADMINISTRATIVA FACULDADE DE CIÊNCIAS DA NUTRIÇÃO E ALIMENTAÇÃO
FACULDADE DE MEDICINA
ESCOLA SUPERIOR DE ENFERMAGEM DO PORTO

