

**P 2822**

**Tradução e adaptação transcultural para português brasileiro do PARmed-X for Pregnancy**

Roberta Bgeginski, Felipe B. Schuch, Michelle F. Mottola, José Geraldo L. Ramos  
Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS)

**INTRODUÇÃO:** Mulheres sedentárias encontram na gestação uma excelente oportunidade para modificar seus estilos de vida para incluir hábitos mais saudáveis de alimentação e exercício. Porém, elas devem ser submetidas a uma avaliação médica especializada antes da participação em algum tipo de programa de exercícios físicos regulares. **OBJETIVO:** Este estudo descreve o processo de tradução e adaptação transcultural do *PARmed-X for Pregnancy* para uso em Português Brasileiro. **MÉTODOS:** O instrumento original foi desenvolvido em Inglês (Canadá) para a avaliação de gestantes pré-participação em programas de exercício pré-natal. É um questionário que facilita a comunicação entre o obstetra, o profissional de Educação Física e a gestante. Consiste de quatro páginas, incluindo uma lista de verificação da saúde pré-exercício, que a gestante deve preencher, uma seção relacionada às contraindicações absolutas e relativas ao exercício, que o obstetra deve preencher e uma avaliação de saúde que deve ser usada pelo profissional de Educação Física que irá trabalhar com a gestante. Também inclui instruções, baseadas em literatura científica, para a prescrição do exercício aeróbico, de condicionamento muscular e para uma vida ativa. O estudo foi realizado em dez passos de acordo com as diretrizes da força-tarefa do *International Society for Pharmacoeconomics and Outcomes Research*: 1) Preparação: autorização do autor do instrumento original e seleção dos tradutores; 2) Primeira tradução: produção de duas versões independentes para a língua portuguesa (V1 e V2); 3) Reconciliação: síntese de V1 e V2; 4) Retrotradução: feito por dois tradutores profissionais, nativos na língua inglesa, e que não participaram da criação de V1 e V2; 5) Revisão da retrotradução: comparação da retrotradução com o original; 6) Harmonização: comparação da retrotradução com outras retrotraduções feitas do mesmo instrumento; 7) Estudo piloto preliminar: aplicação do instrumento in uma amostra de pessoas; 8) Revisão dos resultados do estudo piloto preliminar; 9) Revisão sintática e ortográfica; 10) Relatório final. **RESULTADOS:** Uma versão final brasileira do instrumento, denominada PARmed-X para Gestação, foi obtida e é apresentada. **CONCLUSÃO:** Este instrumento pode ajudar os profissionais de saúde a decidir se o exercício pode ser indicado ou contraindicado na gestação. (Projeto aprovado pelo CEP-HCPA 14-0527). Palavras-chaves: Gestação, atividade física, exercício. Projeto 14-0527