

Estudos em Desenvolvimento Motor da Criança XIV

Ana Rita Matias
Gabriela Almeida
Guida Veiga
José Marmeleira
editores



UNIVERSIDADE DE ÉVORA

Título Estudos em Desenvolvimento Motor da Criança XIV

Editores Ana Rita Matias, Gabriela Almeida, Guida Veiga, José Marmeleira

Edição Universidade de Évora

Impressão Reprografia da Universidade de Évora

Tiragem 150 exemplares

outubro de 2021

ISBN 978-972-778-216-1

Depósito Legal n.º 490916/21

Este trabalho é financiado por fundos nacionais
através da Fundação para a Ciência e a Tecnologia,
no âmbito do projeto UIDP/04923/2020

FCT
Fundação
para a Ciência
e a Tecnologia



GOVERNO DE
PORTUGAL

CHRC.
COMPREHENSIVE HEALTH
RESEARCH CENTRE

AMERICAN ENVIRONMENT AND POLICY ASSESSMENT AND OBSERVATION SELF-REPORT (EPAO-SR): PROCESSO DE TRADUÇÃO E ADAPTAÇÃO PARA AVALIAR AS OPORTUNIDADES PARA A ATIVIDADE FÍSICA NO JARDIM DE INFÂNCIA EM PORTUGAL

AMERICAN ENVIRONMENT AND POLICY ASSESSMENT AND OBSERVATION SELF-REPORT (EPAO-SR): TRANSLATION AND ADAPTATION PROCESS TO ASSESS THE PHYSICAL ACTIVITY OPPORTUNITIES AT THE PORTUGUESE KINDERGARTEN

Mariana Moreira^{1,2}, Guida Veiga^{3,4}, Frederico Lopes¹ & Rita Cordovil^{1,2}

¹Laboratório de Comportamento Motor, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa

²CIPER, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa

³Comprehensive Health Research Centre (CHRC), Universidade de Évora

⁴Departamento de Desporto e Saúde, Escola de Saúde e Desenvolvimento Humano, Universidade de Évora

Resumo

A prática frequente de atividade física na primeira infância está associada a melhor saúde física, mental e psicossocial, melhor competência motora e cognitiva (1). O Jardim de Infância é um contexto que, pelas suas características, tem impacto nos níveis de atividade física das crianças nesta idade (2). O instrumento EPAO-SR avalia os indicadores de qualidade de atividade física e nutrição do Jardim de Infância (3), a partir de três questionários independentes preenchidos pelo/a diretor/a e educador/as do estabelecimento. As variáveis são cotadas numa escala de 0 a 3 pontos, em que a pontuação mais alta indica melhores práticas. Os itens dos questionários podem ser utilizados de forma flexível e/ou isolada, de acordo com os objetivos do investigador. Neste capítulo apresenta-se o processo de tradução e adaptação para a População portuguesa dos itens relativos à atividade física. Após a discussão em comité de 3 traduções independentes realizadas por 3 investigadores familiarizados com o construto e fluentes na Língua Inglesa, criou-se uma versão consensual aplicada num grupo focal com 6 participantes e 1 moderador. As sugestões dos participantes foram registadas pelo moderador e analisadas pelo comité e autores da escala original, resultando na versão portuguesa final. Esta versão do EPAO-SR pretende contribuir para otimizar as oportunidades para o brincar ativo no Jardim de Infância em Portugal.

Palavras chave

Brincar ativo; educação pré-escolar; oportunidades; criança; primeira infância.

Abstract

Frequent physical activity in early childhood is associated with better physical, mental and psychosocial health and better motor and social competence (1). The kindergarten has a significant influence on children's physical activity levels (2). The EPAO-SR assesses the kindergarten quality indicators regarding physical activity and nutrition (3), based on three independent surveys completed by the school director and educators. Variables are scored on a 0 to 3 points scale, where higher scores indicate the best quality. According to the goals of the researcher, the survey items can be used in a flexible and independent way. In this chapter, we present the process of the EPAO-SR translation and adaptation to the Portuguese population of the items related to physical activity. After the discussion in a committee of 3 independent translations carried out by 3 researchers, familiar with the construct and fluent in English, a consensus version was created and applied in a focus group with 6 participants and 1 moderator. The participants' suggestions were recorded by the moderator and analyzed by the committee and the authors of the original scale, resulting in a final Portuguese version. This version of the EPAO-SR aims to contribute to optimizing the opportunities for active play in Portuguese kindergartens.

Key words

Active Play; preschool education; opportunities; children; early childhood.

INTRODUÇÃO

A prática frequente e regular de atividade física na primeira infância está associada a melhor saúde física, mental e psicossocial, bem como a melhor competência motora e cognitiva (1). Na Europa, as crianças Portuguesas são as que mais horas passam no Jardim de Infância (5), tendo este facto um forte impacto na sua atividade física (2,6). Fatores como as características do espaço físico, o tipo de materiais disponíveis, os estilos de interação educador-criança e as políticas regulamentadas para

promover o movimento e o brincar ativo, influenciam a atividade física no Jardim de Infância (1,7). Ter um espaço exterior disponível, amplo e em plano aberto, com um piso térreo e montanhoso, com elementos naturais e materiais soltos, equipamentos portáteis de salto, e ter políticas que permitam um tempo de permanência prolongado e com baixa supervisão, estão associados a níveis mais altos de atividade física moderada e vigorosa (1,6). Por outro lado, no espaço interior, áreas pequenas para brincar, brinquedos de montar e a presença de regulamentos e regras de segurança que limitam a realização de atividades vigorosas estão relacionados com níveis mais baixos (6). Os especialistas alertam para a importância de existirem instrumentos que avaliem e compreendam de que forma o espaço físico e as políticas do Jardim de Infância podem favorecer a prática de atividade física (3). O *American Environment and Policy Assessment and Observation Self-Reporty* (EPAO-SR) avalia diretamente os indicadores que promovem a atividade física no Jardim de Infância no interior e exterior (3), fornecendo pistas concretas aos agentes educativos sobre os fatores a melhorar, sendo por isso importante a sua tradução e adaptação pertinente para a investigação e educação, sobretudo em tempo de pandemia. Este artigo, integrado numa tese de Doutoramento na área do comportamento motor infantil, tem como objetivo descrever o processo de tradução e adaptação para a População Portuguesa dos itens do EPAO-SR relativos à promoção da atividade física.

METODOLOGIA

Instrumento

O EPAO-SR é um instrumento desenvolvido nos Estados Unidos da América que avalia os indicadores de qualidade de atividade física e nutrição do Jardim de Infância, com evidências de confiabilidade e validade apropriadas para a investigação em campo (3). Divide-se em três questionários de auto-resposta, dirigidos ao/diretor/a e aos/às educadores/as. O questionário para o diretor avalia as políticas para promover a atividade física, o tipo de ações de formação para pais e funcionário/as e a sua frequência. O questionário geral, dirigido ao educador/a avalia os espaços físicos e equipamentos disponíveis, as práticas promotoras do brincar ativo e a formação do/a educador/a. O questionário diário, também dirigido ao/diretor/a, avalia o tempo e tipo de atividades oferecidas às crianças, bem como o tempo de ecrã. Os questionários para o/a Diretor/a e Geral são preenchidos em dois dias intercalados. O questionário Diário é completado em dois dias consecutivos. Todos os itens são apresentados em *checklist* e cotados numa escala de 0 a 3 pontos. Os valores mais altos são indicadores de melhores práticas. Os resultados e seu significado são analisados pelo *programa SAS*.

Tradução e adaptação

Após consentimento dos autores para traduzir e adaptar para a População Portuguesa apenas os itens relativos à promoção da atividade física, seguiram-se os procedimentos recomendados por Epstein et al. (2015)(8). Três portugueses nativos, fluentes em inglês e familiarizados com os conceitos de atividade física e desenvolvimento da criança na primeira infância, traduziram de forma independente todos os itens da versão inglesa para a língua portuguesa. As três versões independentes foram discutidas pelos especialistas para assegurar a equivalência linguística, concetual e operacional entre as duas versões, construindo-se a primeira versão de consenso. Esta foi testada num grupo focal com um moderador e seis educadoras, uma delas Diretora num Jardim de Infância. Todas as sugestões e comentários foram, por preferência e consentimento dos participantes, registadas pela moderadora e apresentadas aos especialistas e ao autor da escala. Da discussão final entre os mesmos, obteve-se a versão final do EPAO-SR.

RESULTADOS

Finalizado o processo de tradução e adaptação, todos os questionários mantiveram a mesma organização e igual número de itens face à versão original.

DISCUSSÃO

No presente artigo apresenta-se o processo de tradução e adaptação dos itens relativos à promoção da atividade física do instrumento EPAO-SR. Este avalia de forma direta e simples as práticas promotoras de atividade física no Jardim de Infância, sendo a sua utilização vantajosa e complementar a outras escalas de avaliação adaptadas para a realidade Portuguesa, como a ITERS-R e ECERS-R (9). Por outro lado, é importante considerar que a versão original do EPAO-SR foi construída noutra cultura, fazendo com que alguns itens e indicadores de qualidade a que se refere, não estejam totalmente adequados à nossa realidade. Assim, é essencial prosseguir com o processo de validação.

CONCLUSÃO

Este artigo apresenta o processo de tradução e adaptação dos itens relativos à promoção de atividade física do instrumento americano EPAO-SR (3). Embora com limitações, esta versão portuguesa pode dar um importante contributo para a investigação e para os agentes educativos, uma vez que os pode auxiliar a identificar de forma simples e concreta fatores a melhorar, mas também a monitorizar as mudanças realizadas. Isto é particularmente importante em tempo de pandemia e após um período de confinamento onde predominaram os comportamentos sedentários (10).

Financiamento

Este artigo enquadra-se num projeto de Doutoramento financiado pela Fundação para a Ciência e Tecnologia com a referência SFRH/BD/138071/2018.

REFERÊNCIAS

1. Johnstone A, Hughes AR, Martin A, Reilly JJ. Utilising active play interventions to promote physical activity and improve fundamental movement skills in children: A systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*. 2018;18(1):1-12.
2. McWilliams C, Ball SC, Benjamin SE, Hales D, Vaughn A, Ward DS. Best-practice guidelines for physical activity at child care. *Pediatrics*. 2009;124(6):1650-9.
3. Ward DS, Mazzucca S, McWilliams C, Hales D. Use of the Environment and Policy Evaluation and Observation as a Self-Report Instrument (EPAO-SR) to measure nutrition and physical activity environments in child care settings : validity and reliability evidence. *Int J Behav Nutr Phys Act* [Internet]. 2016;(February). Available from: <http://dx.doi.org/10.1186/s12966-015-0287-0>
4. Timmons BW, Leblanc AG, Carson V, Gorber SC, Dillman C, Janssen I, et al. Systematic review of physical activity and health in the early years (aged 0-4 years). *Appl Physiol Nutr Metab*. 2012;37(4):773-92.
5. European Commission/EACEA/Eurydice/Eurostat. Key Data on Early Childhood Education and Care in Europe. Vol. 7, Publications Office of the European Union. 2014. 13-15 p.
6. Määttä S, Gubbels J, Ray C, Koivusilta L, Nislin M, Sajaniemi N, et al. Children's physical activity and the preschool physical environment: The moderating role of gender. *Early Child Res Q* [Internet]. 2019;47:39-48. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2018.10.008>
7. Gubbels JS, Van Kann DHH, de Vries NK, Thijs C, Kremers SPJ. The next step in health behavior research: The need for ecological moderation analyses - An application to diet and physical activity at childcare. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2014;11(1).
8. Epstein J, Santo RM, Guillemin F. A review of guidelines for cross-cultural adaptation of questionnaires could not bring out a consensus. *J Clin Epidemiol*. 2015;68(4):435-41.
9. Lemos M, Gamelas A, Lima J. Instrumentos de Investigação Desenvolvidos, Adaptados ou Usados pelo Grupo de Investigação Desenvolvimental, Educacional e Clínica com Crianças e Adolescentes. Inéditos Idecca [Internet]. 2013;177. Available from: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/71018/2/91682.pdf>
10. Pombo A, Luz C, Rodrigues LP, Cordovil R. COVID-19 Confinement In Portugal: Effects On The Household Routines Of Children Under 13. 2020;1-16.