

Adaptação transcultural do programa “Everybody’s Different” para a promoção da autoestima em adolescentes: processo de tradução para português do Brasil

Gabriela Salim Xavier Moreira

Universidade de São Paulo, SP, Brasil

Carmem Beatriz Neufeld

Universidade de São Paulo, SP, Brasil

Sebastião Sousa Almeida¹

Universidade de São Paulo, SP, Brasil

Resumo: Levando em consideração que os quadros de obesidade e de Transtornos Alimentares compartilham os mesmos fatores de risco à saúde, tais como insatisfação com a imagem corporal, baixa autoestima e comportamentos alimentares inadequados, e que programas de promoção da autoestima levam à aquisição de uma imagem corporal positiva, a qual está associada à saúde física e mental de adolescentes, o objetivo deste estudo foi realizar a adaptação transcultural do programa “Everybody’s Different” para o Brasil, visando sua aplicação em adolescentes com idades entre 10 e 14 anos. Esse programa tem o objetivo de promover a imagem corporal positiva por meio da elevação da autoestima geral. Seguiram-se as principais recomendações internacionais para adaptação de instrumentos (traduções, síntese das traduções, retrotraduções, síntese das retrotraduções e comitê de juízes). Alguns termos não foram literalmente traduzidos, pois a equivalência cultural entre a versão original e o contexto brasileiro foi priorizada. Selecionou-se um vocabulário de fácil compreensão para a faixa etária e de abrangência nacional. O programa “Todos São Diferentes” encontra-se disponível para ser utilizado e avaliado na população brasileira, com a finalidade de investigar sua eficácia na prevenção de comportamentos de risco à saúde.

Palavras-chave: prevenção primária; promoção da saúde; autoestima; imagem corporal; adolescente.

TRANSCULTURAL ADAPTATION OF THE “EVERYBODY’S DIFFERENT” PROGRAM TO SELF-ESTEEM PROMOTION AMONG ADOLESCENTS: TRANSLATION PROCESS TO BRAZILIAN PORTUGUESE

Abstract: Eating Disorders and Obesity share the same health risk factors as dissatisfaction with body image, low self-esteem, and poor eating behaviors. Self-esteem promotion programs lead to a positive body image, which is associated with physical and mental health among adolescents. The objective of this study was to do the transcultural adaptation of the “Everybody’s Different” program to the Brazilian context, aiming its application among adolescents between 10 and 14 years old. This program aims at promoting a positive body image by raising general self-esteem. We followed the main international recommendations for instruments adaptation (translations, synthesis of translations, back-translations, synthesis of back-translations, and committee of judges). Some terms were not translated literally, respecting the cultural equivalence between the original version and the Brazilian context. We selected a vocabulary that could be easily understood for the age group and with national

¹ **Endereço de correspondência:** Sebastião Sousa Almeida: Av. Bandeirantes, 3900 – Monte Alegre, Ribeirão Preto – SP. CEP: 14049-900. E-mail: sebasalm@usp.br.

comprising. The “Todos São Diferentes” program is available for use and evaluation in the Brazilian population, with the purpose of investigating its effectiveness in preventing health risk behaviors.

Keywords: primary prevention; health promotion; self-esteem; body image; adolescent.

ADAPTACIÓN TRANSCULTURAL DEL “EVERYBODY’S DIFFERENT” PARA PROMOVER LA AUTOESTIMA EN LOS ADOLESCENTES: PROCESO DE TRADUCCIÓN AO PORTUGUÉS DE BRASIL

Resumen: Los cuadros de trastornos de la alimentación y la obesidad comparten los mismos factores de riesgo a la salud, tales como insatisfacción con la imagen corporal, baja autoestima y comportamientos alimentarios inadecuados. Los programas de promoción de la autoestima conducen a la adquisición de una imagen positiva de su cuerpo, que se asocia con la salud física y mental de los adolescentes de. El objetivo del estudio fue la adaptación transcultural del “Everybody’s Different” para Brasil, para su aplicación en los adolescentes de edades comprendidas entre los 10 y 14 años. Este programa tiene el objetivo de promover la imagen corporal positiva a través de la elevación de la autoestima general. Fueron seguidos las principales recomendaciones internacionales para la adaptación de instrumentos (traducción, síntesis de las traducciones, traducción de vuelta, síntesis de las traducciones de vuelta y resumen del panel de jueces). Algunos términos no se tradujeron literalmente, se dio prioridad a la equivalencia cultural entre la versión original y el contexto brasileño. Se seleccionó un vocabulario fácil de entender para el grupo de edad y en todo el país. El “Todos São Diferentes” está disponible para su uso y evaluación en la población brasileña, con la finalidad de investigar su eficacia en la prevención de conductas de riesgo para la salud son necesarios.

Palabras clave: prevención primaria; promoción de la salud; autoestima; imagen corporal; adolescente.

Introdução

Os Transtornos Alimentares (TAs) caracterizam-se por graves perturbações no comportamento alimentar e na imagem corporal (Associação de Psiquiatria Americana – APA, 2013). Sua prevalência tem aumentado mundialmente, com maior frequência entre mulheres adolescentes ou adultas jovens, incidindo em até 3,2% delas (APA, 2013). Apesar de a prevalência dos TAs clássicos ser baixa quando comparada aos de outras doenças crônico-degenerativas, há uma incidência muito maior de crianças e adolescentes que apresentam comportamentos de risco para TAs, caracterizados pela presença de alguns dos seus sintomas clássicos, como restrição e/ou compulsão alimentar e comportamentos purgativos visando a perda de peso. De acordo com a revisão de Leal, Philippi, Polacow, Cordás & Alvarenga (2013), a frequência desses comportamentos variou de 1,1% a 39,04% em estudos nacionais.

Os TAs têm uma etiologia multifatorial, isto é, diferentes fatores interagem para o desenvolvimento e a perpetuação do transtorno (APA, 2013). Com certos aspectos etiológicos semelhantes, constitui-se a obesidade, que se caracteriza pelo acúmulo de gordura anormal ou excessivo, resultando, possivelmente, em prejuízos à saúde (World Health Organization [WHO], 2016). A obesidade não é um tipo de TA, tampouco uma

doença psiquiátrica: é tratada como uma condição médica geral, sendo considerada uma doença crônica não transmissível pela Organização Mundial de Saúde. Atualmente, a obesidade é abordada como um grave problema mundial de saúde pública por sua crescente prevalência e comorbidades associadas (WHO, 2016).

Apesar da distinção existente entre os quadros de TAs e obesidade, ambos são resultados de mudanças nos padrões alimentares e alterações no peso corporal, e estão associados às mensagens confusas e conflitantes da mídia (Evans, Tovée, Boothroyd & Drewett, 2013). Em indivíduos com sobrepeso e obesidade, de todas as idades, também é comum a presença de uma insatisfação com a imagem corporal, associada à baixa autoestima e comportamentos alimentares de risco à saúde, como a prática de dietas restritivas, episódios de compulsão alimentar e habituar-se a “pular” refeições, além do uso de medicamentos para emagrecer e adoção de métodos purgativos (Bibiloni, Pich, Pons & Tur 2013; Mendes, Araújo, Lopes, & Ramos 2014).

As dificuldades e custos que envolvem o tratamento e remissão dessas condições justificam o desenvolvimento e a aplicação de estratégias de prevenção (Dunker, 2009; Oliveira, 2013). A prevenção de TAs e a obesidade, feita conjuntamente, diminui custos e elimina mensagens contraditórias sobre alimentação e imagem corporal, comuns em programas separados (Neumark-Sztainer, 2012). Dentre as estratégias preventivas disponíveis no contexto internacional, merecem destaque os programas que focam na redução da internalização do ideal de beleza e da comparação social, que aumentam a autoestima e que educam as pessoas a questionarem os ideais sociais de corpo (Grogan, 2010).

Essas diretrizes são pautadas, direta ou indiretamente, na promoção da imagem corporal positiva em razão das características que a constitui e que estão a ela associadas. Trata-se de um construto complexo, associado a diversos aspectos positivos, tais como apreciação corporal, aceitação e amor pelo corpo, conceptualização ampla de beleza, espiritualidade, positividade interna, filtragem das informações de modo protetivo ao corpo, comportamento confiante e autocuidado (Tylka, 2012).

Nesse panorama, destaca-se o programa “Everybody’s Different” pelos bons resultados obtidos ao combinar, simultaneamente, o desenvolvimento da imagem corporal positiva e da autoestima geral com a educação em mídia. De acordo com a revisão de Watson et al. (2016), todos os programas preventivos universais recuperados na abordagem da autoestima utilizaram o manual do “Everybody’s Different”. O programa foca em elevar a autoestima englobando vários aspectos de si enquanto diminui a ênfase e a importância da aparência física, rejeitando os estereótipos culturais de corpo, os ideais da mídia e aceitando a diversidade em si e nos outros (O’Dea, 2007).

Desenvolvido na Austrália, o programa é uma abordagem preventiva primária e universal, uma vez que seu objetivo é reduzir ou eliminar fatores de risco em indivíduos saudáveis de modo universal, atingindo a população geral (Dunker, 2009). Originalmente, foi implementado em escolas e conduzido pelos próprios professores, previamente treinados (O’Dea & Abraham, 2000). O programa “Everybody’s Different” melhorou significativamente a imagem corporal dos estudantes participantes,

com idades entre 11 e 14 anos, em comparação àqueles que compuseram um grupo de controle. Os estudantes com comportamentos de risco para TAs e aqueles que estavam com sobrepeso ou obesidade se beneficiaram igualmente, apresentando melhora na satisfação com o corpo, redução na intenção de praticar dietas e diminuição dos comportamentos não saudáveis para controle do peso. Vários desses resultados se mantiveram após um ano de *follow-up* (O'Dea & Abraham, 2000).

O programa ainda está de acordo com as principais recomendações da literatura para o desenvolvimento de estratégias de prevenção de TAs e obesidade, isto é, incluir estudantes do sexo masculino, apresentando bons resultados; dispor de um protocolo com maior número de sessões (nove sessões semanais com duração de 50 a 80 minutos), quando comparado a outros programas; apresentar metodologia interativa; possuir bons resultados em *follow-up* longo, seguindo as principais recomendações com o mínimo de um ano de intervalo; envolvimento com os pais e com o ambiente escolar (Dunker, 2009; O'Dea, 2007, 2012).

O programa já foi implementado em alguns estudos no Canadá (McVey, Davis, Tweed & Shaw, 2004), com alterações quanto à estrutura de conteúdos e duração, e na Suécia (Ghaderi, Martensson & Schwan, 2005); e algumas de suas atividades foram incorporadas em programas nos Estados Unidos (Phelps, Sapia, Nathanson & Nelson 2000) e Inglaterra (Stewart, Carter, Drinkwater, Hainsworth & Faiburn, 2001), obtendo bons resultados na maioria dos casos.

O desenvolvimento de adaptações culturais de ações interventivas de um país para o outro é um processo demorado que requer uma avaliação cuidadosa do contexto local, sobretudo em relação às normas culturais e práticas familiares. Após avaliar a pertinência do programa preventivo à população local, deve-se realizar a tradução de suas atividades para organização de seu protocolo e aplicação subsequente em estudos-piloto (Kumpfer, Pinyuchon & Whiteside, 2008).

No que se refere especificamente aos procedimentos de tradução, sua sistematização pode ser baseada nas diretrizes utilizadas para a adaptação transcultural de instrumentos avaliativos. De acordo com as diretrizes internacionais propostas por Beaton, Bombardier, Guillemin & Ferraz (2002), essas etapas iniciam-se por duas traduções do material original para a língua-alvo, visando garantir que possíveis discrepâncias possam ser identificadas. Em seguida, uma síntese dessas traduções deve ser feita, baseando-se nas eventuais diferenças entre as versões traduzidas. A etapa seguinte consiste na retrotradução da versão-síntese, a qual, totalmente às cegas, é vertida para o idioma original a fim de testar se os conteúdos traduzidos refletem a versão original, verificando, assim, sua validade. A avaliação da equivalência entre as versões deve ser feita por um comitê de avaliadores, composto tanto por membros da equipe de pesquisa quanto pelos tradutores envolvidos.

Diante dos diversos fatores de risco aos quais a população infantojuvenil brasileira está exposta, incluindo aqueles relacionados ao desenvolvimento dos TAs, obesidade e comportamentos alimentares de risco à saúde, torna-se imperativa a implementação

de programas preventivos. Dessa forma, o presente estudo tem por objetivo descrever o processo de tradução das atividades que constam no protocolo do programa “Everybody’s Different” (O’Dea, 2007) para o contexto brasileiro, como parte da primeira etapa do procedimento de adaptação transcultural.

Método

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética da Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo (protocolo nº. 35025514.7.0000.5407).

O processo de adaptação transcultural das atividades do programa foi realizado com base nas recomendações de Beaton et al. (2002), a saber: traduções, síntese das traduções, retrotraduções, síntese das retrotraduções e comitê de juízes. A fim de manter o conteúdo das atividades do programa, priorizou-se a avaliação das equivalências: semântica (reciprocidade dos significados das palavras); idiomática (manutenção do sentido em expressões coloquiais); cultural (coerência das situações descritas); e conceitual (permanência do mesmo significado do construto). Nesse sentido, também foram consideradas as variações linguísticas e as diferenças de valores e de costumes (Beaton et al., 2002; Hambleton, 2005).

As atividades foram extraídas de O’Dea (2007), seguindo-se o protocolo descrito em O’Dea & Abraham (2000). Assim, as atividades que contemplam os objetivos das sessões do programa originalmente descrito por O’Dea e Abraham (2000) foram incluídas no protocolo brasileiro, e consiste em nove sessões consecutivas semanais com duração de 50 a 80 minutos.

As orientações para a condução das atividades foram submetidas apenas à tradução simples. Assim, somente o conteúdo das atividades a ser disponibilizado aos alunos foi submetido a todas as etapas do procedimento de adaptação transcultural descritos a seguir. A primeira etapa (Tradução inicial) consistiu na realização de duas traduções independentes da língua original para a língua portuguesa do Brasil por dois tradutores bilíngues que possuem a língua-alvo como sua língua materna, sendo que um deles tinha conhecimento sobre o tema de estudo, enquanto o outro não tinha conhecimento nenhum. A segunda etapa (Síntese das traduções) foi realizada pelos dois tradutores que participaram da etapa anterior para a avaliação das diferenças entre as duas traduções. Com base na versão original das atividades, foi produzida a síntese das traduções. A terceira etapa (Retrotradução) teve como objetivo verificar a validade da tradução, assegurando que as atividades traduzidas reproduzissem, com exatidão, o conteúdo das originais. Nessa etapa, foram feitas duas retrotraduções por dois tradutores bilíngues, que não possuem conhecimento sobre o assunto abordado, e cuja língua materna é a língua de origem do material que está sendo traduzido. Em seguida, foi feita uma síntese das duas versões retrotraduzidas.

A quarta etapa (Comitê de Especialistas) foi composta por um dos tradutores que supervisionou todas as traduções anteriores e por um pesquisador com experiência na

área de estudo. O objetivo dessa etapa foi firmar todas as versões produzidas das atividades, realizando alterações, quando necessário, até a obtenção de um consenso entre os envolvidos quanto à equivalência entre as versões para a produção da versão final. Visou-se atingir as equivalências (semântica, idiomática, cultural e conceitual), para que as atividades sejam compreendidas pela população-alvo.

Resultados

A primeira parte do programa “Todos São Diferentes” é direcionada para o manejo de estresse. São destinadas duas sessões para essa etapa: a primeira envolve discussões em grupos para dialogar sobre formas saudáveis de lidar com o estresse e a segunda, exercícios de relaxamento.

O maior objetivo da Atividade 1 é transmitir aos alunos meios saudáveis de lidar com o estresse, ou seja, ensiná-los sobre os benefícios de adotar comportamentos adequados ao identificarem os sinais do estresse. A principal modificação nessa atividade foi a transformação da primeira pergunta em uma frase afirmativa. Pensou-se que a orientação “Faça uma lista de algumas coisas que fazem você se sentir ‘estressado’” emerge mais situações estressantes do que a pergunta “Quais são as coisas que fazem você se sentir ‘estressado’?”, já que a mudança não provocou nenhuma alteração no conteúdo proposto pela atividade. Os conteúdos da versão original e das versões de síntese das traduções e retrotraduções dessa atividade são apresentados no Quadro 1.

Quadro 1. Versão original, síntese das traduções e síntese das retrotraduções das atividades 1, 2, 4 e 5 do programa.

Original	Síntese das traduções	Síntese das retrotraduções
Activity 1: HOW CAN I DEAL WITH STRESS?	Atividade 1: COMO POSSO LIDAR COM O ESTRESSE?	Activity 1: HOW CAN I DEAL WITH STRESS?
What are some of the things that make you feel 'stressed'?	Faça uma lista de algumas coisas que fazem você se sentir 'estressado/a'.	Make a list of some things that make you feel 'stressed'.
How do you feel when you are 'stressed'?	Como você se sente quando está 'estressado/a'?	How do you feel when you are 'stressed'?
Can you suggest some healthy ways that help you to relax or feel better?	Você pode sugerir algumas formas saudáveis para lhe ajudar a relaxar e sentir-se melhor?	Can you suggest some healthy ways to help you relax and feel better?

(continua)

Quadro 1. Versão original, síntese das traduções e síntese das retrotraduções das atividades 1, 2, 4 e 5 do programa.

Original	Síntese das traduções	Síntese das retrotraduções
Activity 2: WHAT MAKES UP A PERSON?	Atividade 2: O QUE FORMA UMA PESSOA?	Activity 2: WHAT MAKES UP A PERSON?
What are the features that make everybody different? What makes us all unique?	Quais as características que fazem todos diferentes? O que faz todos nós únicos?	What are the features that make all different? What makes all of us unique?
Physical features	Características físicas	Physical features
Personality traits	Traços de personalidade	Personality traits
Individual abilities and competencies, skills, hobbies and interests	Habilidades, competências, hobbies e interesses individuais	Individual abilities, skills, hobbies and interests
Cultural family background	Panorama cultural e familiar	Cultural and family background
Individual beliefs and attitudes	Crenças e atitudes individuais	Individual beliefs and attitudes
Activity 4: STEREOTYPES IN THE MEDIA AND ‘SENDING UP THE STEREOTYPES’	Atividade 4: ESTEREÓTIPOS NA MÍDIA E “CENSURANDO OS ESTEREÓTIPOS”	Activity 4: STEREOTYPES IN THE MEDIA AND “CENSURING STEREOTYPES”
What is a stereotype?	O que é um estereótipo?	What is a stereotype?
List the typical features of male and female stereotypes used in Advertising and in our society in general. For example: Male – Tough; Female – Weak.	Faça uma lista de características típicas dos estereótipos de homens e mulheres usados nas propagandas e em nossa sociedade em geral. Por exemplo: Homem – Forte; Mulher – Fraca	Make a list of typical characteristics of stereotypes of men and women used in advertisements and in our society in general. For example: Man – Strong; Woman – Weak
Paste your picture of a stereotype below. Write your suggested caption in the thought bubble	Cole sua imagem de um estereótipo abaixo. Escreva uma legenda no balão.	Paste your image of a stereotype below. Write a caption in the dialog balloon.

(continua)

Quadro 1. Versão original, síntese das traduções e síntese das retrotraduções das atividades 1, 2, 4 e 5 do programa.

Original	Síntese das traduções	Síntese das retrotraduções
Activity 5: 'INTRODUCING THE ONE... THE ONLY...'	Atividade 5: "COM VOCÊS..."	Activity 5: "WITH YOU..."
Ladies and gentlemen, girls and boys, please allow me to introduce, the one, the only	Senhoras e Senhores, meninos e meninas, apresento a vocês...	Ladies and gentlemen, boys and girls, I present to you
(name) is (gender, age, eye colour, hair colour, other descriptive features)	Têm (sexo, idade, cor dos olhos, cor do cabelo, outras características):	(name) is has (gender, age, eye color, hair color, other features)
He/she is interesting and different because	Ele/Ela é interessante porque:	He/She is interesting because
He/she is amazing because	Ele/Ela é incrível porque:	He/She is incredible because
And he/she is a great friend because	Ele/ela é um/a ótimo/a amigo/a porque:	He/She is a great friend because
Ladies and gentlemen, girls and boys, let's have a big round of applause for	Senhoras e senhores, meninos e meninas, uma salva de palmas para:	Ladies and gentlemen, boys and girls, a round of applause for

Fonte: Elaborado pelos autores.

Nesse primeiro quadro e nos demais a seguir, os conteúdos referentes à síntese das traduções consistem nas versões finais de cada atividade, isto é, referem-se ao resultado do procedimento de síntese das traduções após a avaliação do Comitê de Especialistas. As principais alterações discutidas pelos especialistas são apresentadas nas descrições de cada atividade.

A segunda parte do programa é composta por dez atividades que objetivam a formação de um senso positivo de si mesmo, explorando a própria individualidade do adolescente e de seus colegas. Com essas atividades, espera-se que os adolescentes baseiem sua autoestima em diferentes aspectos e não somente no tamanho do próprio corpo, identificando os distintos fatores que fazem com que as pessoas sejam diferentes e únicas; respeitem e tolerem o próximo, aprendendo a apreciar a diversidade; e desenvolvam um senso positivo de si mesmos, exercitando o reconhecimento de suas qualidades e das qualidades de outrem. Assim, a atividade 2 do programa "Todos São Diferentes" tem o objetivo de ampliar as possibilidades de caracterização do indivíduo

para além dos atributos físicos, diminuindo a importância da aparência física. Não foram necessárias modificações na estrutura das frases ou alterações necessárias para garantir a equivalência entre as versões. A versão original e a síntese das traduções e das retrotraduções dessa atividade são apresentados no Quadro 1. A terceira atividade recapitula a atividade anterior, resumindo e reforçando que a singularidade e a diversidade são normais e aceitáveis. Traduzida como "Bingo na sala de aula", essa atividade lúdica consiste em vários quadros com características pessoais que devem ser preenchidos pelos nomes dos colegas de classe. O vencedor é o aluno que consegue completar todos os quadros primeiro. Essa foi a atividade cujo conteúdo demandou maiores modificações em razão das diferenças culturais. Como exemplo, cita-se a alteração de "Simpsons" para "Malhação" como programa que a faixa etária gosta de assistir, e a modificação de "sabe soletrar" para "é bom em matemática" como tarefa de dificuldade para os alunos em culturas diferentes. No Quadro 2, consta a versão final dessa atividade. Em razão do tamanho dessa atividade, optou-se por apresentar somente sua versão final, diferentemente dos outros casos em que são descritas todas as versões. Assim, a Atividade 3 é apresentada no Quadro 2, enquanto as demais atividades são agrupadas nos outros quadros.

A quarta atividade refere-se a uma tarefa em que o aluno deve desenhar o contorno de sua mão em uma folha de papel e preencher três dedos com três qualidades respectivamente. Em seguida, os alunos preenchem os dedos faltantes com características positivas uns dos outros e depois discutem, em grupo, as características que obtiveram. A instrução para essa atividade foi elaborada com base nas orientações ao professor, descritas no programa "Everybody's Different". Essa atividade foi excluída do agrupamento de atividades do programa "Todos São Diferentes", pois há outras atividades semelhantes no mesmo, podendo ser incluída em versões mais extensas do programa.

No lugar dessa atividade, inseriu-se uma outra que aborda a crítica e a mídia (media literacy activities), extraída do livro "Everybody's Different" (O'Dea, 2007), já que dentre os objetivos do programa está a redução da busca da perfeição irreal. Escolheu-se a atividade que aborda os estereótipos masculinos e femininos, tema que também é citado no cronograma publicado por O'Dea & Abraham (2000). Essa atividade visa explorar os estereótipos masculinos e femininos da sociedade ocidental, e transmitir a ideia que não temos que seguir os estereótipos, isto é, cada um é um indivíduo com uma aparência única, reforçando a ideia de singularidade. Assim, na Atividade 4 do programa "Todos São Diferentes", traduzida como "Censurando os estereótipos", o profissional ou facilitador explica aos alunos o que são estereótipos e explora os estereótipos masculinos e femininos. Em seguida, os alunos, em grupo, recortam estereótipos de revistas e oralmente fazem críticas aos estereótipos para todos os colegas. A versão original, síntese das traduções e retrotraduções dessa atividade são apresentados no Quadro 1.

A quinta atividade que compõe o programa é realizada em duplas e um aluno deve apresentar o outro para a classe. Os alunos discutem suas características e decidem

o que torna a outra pessoa interessante e diferente, legal, e o que a torna uma boa amiga. Novamente, o foco reside no fato de que “Todos São Diferentes” e que todos têm alguma coisa diferente, única e valiosa a oferecer. A maior alteração dessa atividade foi no título, também para garantir a equivalência cultural. Os conteúdos da versão original e sínteses das traduções e retrotraduções dessa atividade são apresentados no Quadro 1.

Em seguimento, a sexta atividade consiste em uma “autopropaganda” que os alunos devem fazer de si mesmos, sendo orientados a preencher a atividade com as suas principais qualidades. Após todos concluírem seu “anúncio”, o facilitador mistura os cadernos e os redistribui, certificando-se que ninguém pegou o próprio caderno. Os alunos se revezam lendo as informações e tentam adivinhar de quem é o anúncio. O foco dessa atividade são os pontos fortes de cada um, aceitando também os pontos fracos. Não foram necessárias modificações na estrutura das frases. A versão original, síntese das traduções e retrotraduções dessa atividade são apresentados no Quadro 3.

Quadro 2. Versão final da Atividade 3 do programa.

É mais alto(a) que você	Gosta de achocolatado	Sabe assobiar	Tem bom humor	É confiável	Adora nadar	Gosta de música pop
Tem cabelos pretos	Primeiro nome começa com 'R'	Cortou o cabelo recentemente	Tem olhos castanhos	Tem covinhas	Faz aniversário em julho	Tem cabelo loiro
Tem um bicho de estimação SEM SER gato nem cachorro	Não gosta de nadar	Tem um irmão	Tem um hamster de estimação	Tem pele morena	Joga xadrez	Joga vôlei
Adora assistir “Malhação”	Tem pele clara	Veio para a escola a pé hoje	É ótimo em matemática	Não gosta de achocolatado	Toca teclado	Tem franjas
Olhos claros	Usa óculos	Não consegue ficar parado durante a aula	Nasceu em outra cidade	É muito paciente	Joga basquete	Tem cabelos cacheados
Tem um cachorro	Tem uma irmã mais nova	Lê antes de dormir	Tem parentes em outro país	Tem um gato de estimação	Usa brincos	Lê revistas

(continua)

Quadro 2. Versão final da Atividade 3 do programa.

Adora brócolis	Não gosta de tomate	Tem cabelos completamente lisos	É mais baixo/a que você	Comeu pão no café da manhã	Está usando um relógio de pulso	Gosta de frutas
Joga futebol/ Dança ballet	Frequenta a igreja	Tem um amigo que conheceu pela internet	É canhoto/a	Tem uma personalidade calma	Fala uma língua além do português	Escreve com a mão direita

Fonte: Elaborado pelos autores.

A sétima atividade que compõe o programa envolve a exploração de qualidades admiráveis nos outros. Os alunos são incentivados a, primeiramente, pensar em alguém que eles admirem e, depois, articular as características admiráveis dessa pessoa. Eles também devem ser orientados para escolherem pessoas históricas, de sua comunidade e de seu ambiente cultural. Por outro lado, não são incentivados a escolherem celebridades, ao menos que possam descrever com confiança algo que, de fato, seja admirável dessa pessoa e que não englobe o aspecto físico, tais como seus talentos, conquistas etc. Os conteúdos da versão original e sínteses das traduções e retrotraduções dessa atividade são apresentados no Quadro 3.

Quadro 3. Versão original, síntese das traduções e síntese das retrotraduções das atividades 6, 7 e 9 do programa.

Original	Síntese das traduções	Síntese das retrotraduções
Activity 6: TELE-CLASSIFIED ADVERTISEMENT	Atividade 6: PROPAGANDA NOS CLASSIFICADOS	Activity 6: CLASSIFIED AD
Are you looking for a friend?	Você está procurando um amigo?	Are you looking for a friend?
Well I might be just the person you are looking for!	Bem, acho que sou exatamente a pessoa que você está buscando!	Well, I think I'm just the person you're looking for!
Description:	Descrição:	Description:
My strong points:	Meus pontos fortes:	My strengths:
Particularly talented at:	Meus talentos são:	My talents are:

(continua)

Quadro 3. Versão original, síntese das traduções e síntese das retrotraduções das atividades 6, 7 e 9 do programa.

Original	Síntese das traduções	Síntese das retrotraduções
I am unique because:	Sou único/a porque:	I am unique because:
I am a good choice of friend because:	Sou uma boa escolha para ser seu/sua amigo/a porque:	I am a good choice to be your friend because:
Activity 7: WHO DO YOU ADMIRE?	Atividade 7: QUEM VOCÊ ADMIRA?	Activity 7: WHO DO YOU ADMIRE?
Write down an example of a person whom you admire. It may be someone from history, from your school, community or family, someone famous, someone from your past or someone with whom you currently have contact.	Escreva um exemplo de alguém que você admira. Pode ser uma figura histórica, alguém da sua escola, comunidade ou família, alguém famoso, alguém do seu passado ou do presente.	Write an example of someone whom you admire. It can be a historical figure, someone from your school, community, or family, someone famous, someone from your past or present.
Who I Admire	Quem eu admiro:	The person whom I admire
What is it about that person that you admire?	O que você admira sobre essa pessoa?	What do you admire about this person?
Activity 9: THE LISTENING GAME	Atividade 9: O JOGO DO OUVINTE	Activity 9: THE LISTENER GAME
What did you do last school holidays? What was the best thing?	O que você fez nas últimas férias escolares? Qual foi a melhor parte?	What did you do during your last school holidays? What was the best part?
What would you really like to have in your life at the moment?	O que você gostaria de ter na sua vida agora?	What would you like to have in your life right now?
What do you want to have in your life when you grow up?	O que você quer ter na sua vida quando crescer?	What would you like to have in your life when you grow up?
Have you ever been bullied? Do you know of somebody who has been bullied?	Você já sofreu bullying? Você conhece alguém que já sofreu bullying?	Have you ever been bullied? Do you know someone who has been bullied?

(continua)

Quadro 3. Versão original, síntese das traduções e síntese das retrotraduções das atividades 6, 7 e 9 do programa.

Original	Síntese das traduções	Síntese das retrotraduções
List all of the things you would like to do to change the world.	Faça uma lista das coisas que você gostaria de mudar no mundo.	Make a list of the things you would like to change in the world.
What was something really funny that happened to you?	Qual foi a coisa mais engraçada que já aconteceu com você?	Share something very funny that’s happened to you.
What was the best thing that ever happened to you?	Qual foi a melhor coisa que já aconteceu com você?	What was the best thing that ever happened to you?
Tell me about your pets. What pets would you most like to have?	Fale sobre seus bichos de estimação. Quais bichos você gostaria de ter?	Talk about your pets. What pets would you like to have?
Can you remember any of your birthdays? Which one was the best?	Você consegue se lembrar de algum aniversário seu? Qual foi o melhor?	Can you remember any of your birthdays? Which was the best one?
What was the best time you ever had?	Quando foi que você mais se divertiu?	When was the time you had most fun?
What is your favourite hobby?	Qual é o seu hobby favorito?	What is your favorite hobby?
Who is someone that you really admire? What do you admire about them?	Quem é uma pessoa que você admira muito? O que você admira sobre ela?	Who is the person you most admire? What do you admire about him/her?
What is your favourite TV show or movie?	Qual seu programa de televisão ou filme favorito?	What is your favorite TV program or movie?

Fonte: Elaborado pelos autores.

A oitava atividade do programa “Todos São Diferentes” trata da identificação de características positivas em si mesmos e nos outros, como uma extensão da atividade anterior. No programa original, a professora disponibiliza uma lista de qualidades e pede, oralmente, para que os alunos criem cartões com essas qualidades ou com outras que desejam, escolhendo cartões para si mesmos e para os colegas. A instrução para essa atividade foi elaborada com base nas orientações ao professor, descritas no programa “Everybody’s Different”. Abaixo da instrução, foram disponibilizadas algumas qualidades – não traduzidas da lista original.

A nona atividade, originalmente do programa “Everybody’s Different”, refere-se à rede de apoio social de cada indivíduo. O objetivo da atividade é que o aluno observe as pessoas que têm em sua vida e meio social, reconhecendo aquelas que se preocupam com ele, que são os amigos etc. Optou-se por excluir essa atividade do programa “Todos São Diferentes” em razão da necessidade de redução do cronograma de atividades, considerando a viabilidade de sua aplicação no contexto escolar. Ainda pensou-se que a exclusão dessa atividade teria pouco impacto na adaptação do programa, já que seu objetivo principal não corresponde ao foco central do programa. Caso essa atividade seja incluída em uma versão mais extensa do programa, a instrução para sua aplicação pode ser elaborada com base nas orientações ao professor, descritas no programa “Everybody’s Different”; assim como conduzido na atividade anterior, uma vez que o seu conteúdo deve ser desenvolvido pelo próprio aluno participante e não há perguntas sistematizadas como na maioria das atividades. Assim, a Atividade 9 do programa “Todos são Diferentes” corresponde às atividades relativas à comunicação, à escuta e à resolução de conflitos, apresentados no programa original como a décima atividade. Esse conjunto agrupa duas atividades que focam na identificação e expressão das emoções, no aprimoramento das habilidades sociais e relações interpessoais. Na primeira dessas atividades, os alunos praticam suas habilidades de comunicação com “O jogo do ouvinte”, em que os alunos devem se juntar em duplas com colegas com os quais pouco conversam para treinar estas habilidades. Em seguida, preenchem o “Teste rápido: Você é um bom ouvinte?” para avaliarem sua capacidade de escuta, com base na atividade anterior. Em ambas as atividades, não foram realizadas modificações na estrutura das frases e também não foram necessárias alterações para garantir a equivalência entre as versões. Os conteúdos da versão original e das versões de síntese das traduções e retrotraduções da Atividade 9 são apresentados no Quadros 3 e 4.

Quadro 4. Versão original, síntese das traduções e síntese das retrotraduções da Atividade 9 do programa.

Original	Síntese das traduções	Síntese das retrotraduções
QUICK QUIZ: HOW WELL DO YOU LISTEN?	TESTE RÁPIDO: VOCÊ É UM BOM OUVINTE?	QUICK TEST: ARE YOU A GOOD LISTENER?
Rate yourself on the following questions by placing a cross in the correct box: Never (1); Sometimes (2); Often (3); Always(4)	Avalie a si mesmo sobre os itens a seguir marcando um “X” na coluna correta: Nunca (1); Às vezes (2); Frequentemente (3); Sempre(4)	Evaluate yourself on the following items by marking an “X” in the correct column: Never (1); Sometimes (2); Often (3); Always(4)

(continua)

Quadro 4. Versão original, síntese das traduções e síntese das retrotraduções da Atividade 9 do programa.

Original	Síntese das traduções	Síntese das retrotraduções
I try to give every person I speak to equal time to talk	Tento dar a todos com quem falo o mesmo tempo para falar também	I try to give everyone I talk to the same time to talk as I take
I enjoy hearing what other people have to say	Gosto de ouvir o que os outros têm para dizer	I like to hear what others have to say
I wait until someone has finished talking so that I can then have my say	Espero a pessoa terminar de falar para que eu possa falar	I wait for the person to finish talking before I start to talk
I listen when I do not particularly like the person talking	Escuto mesmo quando não gosto muito da pessoa que está falando	I listen even when I don't really like the person who is talking
I listen when I do not agree with what the person who is talking has to say	Escuto mesmo quando não concordo com o que estão dizendo	I listen even when I disagree with what they're saying
I put away what I am doing while someone is talking	Paro de fazer o que estou fazendo quando alguém está falando	I stop doing what I'm doing when someone is talking
I look directly at the person who is talking and give them my full attention	Olho diretamente para a pessoa que está falando e lhe dou minha total atenção	I look directly at the person who is talking and give them my full attention
I encourage other people to talk by my non-verbal messages	Incentivo os outros a falarem por meio dos meus gestos	I encourage others to speak through my gestures
I ask for clarification of words and ideas I do not understand	Peço para me explicarem palavras e ideias que não entendo	I ask them to explain words and ideas that I don't understand
I respect every person's right to his or her opinion, even if I do not agree with them	Respeito o direito de cada um ter sua opinião, mesmo não concordando	I respect each person's right to have their opinion, even if I don't agree with it

Fonte: Elaborado pelos autores.

Todas as atividades foram impressas e encadernadas na mesma ordem aqui apresentadas. Foi também desenvolvida uma capa para o caderno de atividades, por um profissional específico de computação gráfica e *design*. Foi solicitado a esse profissional que elaborasse alguns personagens com características físicas e de aparência distintas, de modo que cada um estivesse visivelmente representando alguma habilidade ou preferência.

Discussão

Os procedimentos de tradução das atividades do programa “Todos São Diferentes” foram cumpridos adequadamente, de modo semelhante aos procedimentos de tradução empregados na adaptação transcultural de instrumentos avaliativos, com base nas orientações de Beaton et al. (2002). Os tradutores foram cuidadosamente selecionados, respeitando sua origem e seu conhecimento do tema em estudo, tanto para o procedimento de tradução das atividades quanto para a retrotradução das mesmas.

A fim de manter o conteúdo das atividades do programa, priorizou-se a equivalência entre as versões, com destaque para avaliação da equivalência cultural, uma vez que algumas atividades abordam hábitos e diferenças de valores e costumes entre a cultura australiana e a brasileira (Beaton et al., 2002; Hambleton, 2005). O significado literal de um termo não implica necessariamente na mesma compreensão de um mesmo conteúdo para diferentes culturas. Houve também o cuidado de selecionar um vocabulário de fácil compreensão para a faixa etária e de abrangência nacional, evitando, assim, aqueles que são utilizados regionalmente.

As alterações finais foram discutidas e aprovadas por um Comitê de Especialistas formados por um dos tradutores que supervisionou todas as traduções anteriores e por um pesquisador com experiência na área do estudo. O critério da escolha do número de especialistas foi por conveniência, não sendo possível a participação de todos os tradutores participantes nas fases anteriores. Ainda assim, não foi utilizado nenhum instrumento que avaliasse a concordância entre os especialistas participantes. Tais condições reforçam ainda mais a necessidade, já prevista, de um estudo piloto para a consolidação da versão final das atividades produzidas no presente estudo, garantindo as equivalências entre as versões. A consulta à população-alvo é a última etapa prevista nas diretrizes de Beaton et al. (2002), complementando os procedimentos de tradução realizados nessa primeira fase do processo de adaptação transcultural,

As diretrizes e discussões quanto à adaptação cultural de intervenções, tanto no âmbito do tratamento quanto no da prevenção, pouco focam os procedimentos envolvidos na tradução das mesmas (Barrera & Castro, 2006; Castro, Barrera, & Holleran Steiker, 2010; Kumpfer et al., 2008). Desse modo, os procedimentos sistematizados para a tradução das atividades adotados no presente estudo agregam rigor metodológico à adaptação transcultural do programa “Everybody’s Different” para o contexto brasileiro. Considerando que as adaptações culturais de ações interventivas de um país para o outro necessitam de uma avaliação cuidadosa do contexto local, sobretudo

no que se refere aos padrões culturais e familiares, os procedimentos de tradução e retrotradução realizados, juntamente com a avaliação das equivalências entre as versões original e brasileira, visaram garantir que a estrutura e o conteúdo originais sejam mantidos em outro contexto sociocultural (Kumpfer et al., 2008).

Posto isto, o programa "Todos São Diferentes", resultante da tradução do programa australiano "Everybody's Different", encontra-se disponível para ser aplicado e avaliado na população adolescente brasileira, para a avaliação de evidências de sua eficácia, concluindo o processo de adaptação transcultural. Originalmente, foi avaliado em adolescentes com idades entre 11 e 14 anos (O'Dea & Abraham, 2000), enquanto outros estudos delimitam o público alvo como adolescentes muito jovens (Ghaderi et al., 2005; McVey et al., 2004). Optou-se por considerar a referência da Organização das Nações Unidas (ONU) e do Fundo das Nações Unidas para a Infância (Unicef) (2011) que distinguem a fase inicial da adolescência como a idade correspondente dos 10 aos 14 anos, como público alvo de aplicação do programa "Todos São Diferentes".

Ressalta-se que somente o conteúdo estrito que compõe as atividades foi traduzido de acordo com os procedimentos da adaptação transcultural. As demais orientações e instruções que são descritas para condução das atividades foram apenas traduzidas para o português pela pesquisadora principal, que possui domínio sobre a língua e o tema em estudo. Assim, é fundamental que o profissional que utilize o programa "Todos São Diferentes" tenha acesso às orientações apresentadas por O'Dea (2007).

Diante da necessidade de estratégias mais efetivas e de maior abrangência para a prevenção de insatisfação com a imagem corporal, baixa autoestima e comportamentos alimentares de risco, o programa "Todos São Diferentes" torna-se uma estratégia potencialmente promissora, em virtude dos bons resultados apontados nos estudos internacionais supracitados.

O presente estudo disponibiliza aos pesquisadores, portanto, uma abordagem preventiva primária e universal a ser testada em futuros estudos quanto à sua eficácia na prevenção, a curto e longo prazos, de indicadores negativos à saúde dos adolescentes, para que possa ser aplicado em escolas brasileiras. Aos profissionais da saúde, incluindo psicólogos, nutricionistas, enfermeiros e educadores físicos, e professores da educação infantil e básica, o programa "Todos São Diferentes" deve servir de fonte de informação, no sentido de guiá-los quanto à postura diante dessas questões vivenciadas por seus clientes e alunos.

Referências

- American Psychiatric Association (APA). (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Barrera, M., & Castro, F. G. (2006). A heuristic framework for the cultural adaptation of interventions. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 13(4), 311–316.

- Beaton, D., Bombardier, C., Guillemin, F., & Ferraz, B. M. (2002). Recommendations for the cross-cultural adaptation of health status measures. *American Academy of Orthopaedic Surgeons*. Institute for Work & Health. Recuperado em dezembro 15, 2016, de <https://www.ortho.umn.edu/sites/ortho.umn.edu/files/recommendations-cultural.pdf>
- Bibiloni, M., Pich, J., Pons, A., & Tur, J. A. (2013). Body image and eating patterns among adolescents. *BMC Public Health*, *13*, 1104. <http://dx.doi.org/10.1186/1471-2458-13-1104>
- Castro, F. G., Barrera Jr, M., & Holleran Steiker, L. K. (2010). Issues and challenges in the design of culturally adapted evidence-based interventions. *Annual Review of Clinical Psychology*, *6*, 213–239.
- Dunker, K. L. (2009). Prevenção dos transtornos alimentares: uma revisão metodológica. *Nutrire*, *34*(2), 195–211. Recuperado em 15 dezembro, 2016, de <http://files.bvs.br/upload/S/1519-8928/2009/v34n2/a195-211.pdf>
- Evans, E. H., Tovée, M. J., Boothroyd, L. G., & Drewett, R. F. (2013). Body dissatisfaction and disordered eating attitudes in 7- to 11-year-old girls: Testing a sociocultural model. *Body Image*, *10*(1), 8–15. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.10.001>
- Fundação das Nações Unidas par Infância (UNICEF). (2011). Situação mundial da infância 2011: Adolescência: Uma fase de oportunidades. New York: UNICEF. Recuperado de http://www.unicef.org/brazil/pt/br_sowcr11web.pdf
- Ghaderi, A., Martensson, M., & Schwan, H. (2005). “Everybody’s Different”: A Primary Prevention Program Among Fifth Grade School Children. *Eating Disorders*, *13*, 245–259. doi:<http://dx.doi.org/10.1080/10640260590932869>
- Grogan, S. (2010). Promoting positive body image in males and females: Contemporary issues and future directions. *Sex Roles*, *63*, 757–765. doi:<http://dx.doi.org/10.1007/s11199-010-9894-z>
- Hambleton, R. K. (2005). Issues, designs, and technical guidelines for adapting test into multiple languages and cultures. In R. K. Hambleton, P. F. Merenda, & C. D. Spielberger. *Adapting educational and psychological tests for cross-cultural assessment*. (pp. 3–38). London: LEA.
- Kumpfer, K. L., Pinyuchon, M., de Melo, A. T., & Whiteside, H. O. (2008). Cultural adaptation process for international dissemination of the Strengthening Families Program. *Evaluation & the health professions*, *31*(2), 226–239.
- Leal, G. V. D. S., Philippi, S. T., Polacow, V. O., Cordás, T. A., & Alvarenga, M. D. S. (2013). O que é comportamento de risco para transtornos alimentares em adolescentes?. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, *62*(1), 62–75. Recuperado em 15 dezembro, 2016, de [http://www.ipub.ufrj.br/portal/jbp/62/01/009_JBP_62\(1\).pdf](http://www.ipub.ufrj.br/portal/jbp/62/01/009_JBP_62(1).pdf)

- McVey, G. L., Davis, R., Tweed, S., & Shaw, F. (2004). Evaluation of school-based program designed to improve body image satisfaction, global self-esteem and eating attitudes and behaviors: A replication study. *International Journal of Eating Disorders*, 36(1), 1–11. doi:<http://dx.doi.org/10.1002/eat.20006>
- Mendes, V., Araújo, J., Lopes, C., & Ramos, E. (2014). Determinants of Weight Loss Dieting Among Adolescents: A Longitudinal Analysis. *Journal of Adolescent Health*, 54, 360–363. doi:<http://dx.doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.12.003>
- Neumark-Sztainer, D. (2012). Integrating messages from the eating disorders field into obesity prevention. *Adolescent Medicine: State of the art Reviews*, 23(3), 529–543.
- O'Dea, J. A. (2007). *Everybody's Different: A Positive Approach to Teaching about Health, Puberty, Body Image, Nutrition, Self-esteem and Obesity Prevention*. Camberwell, Vic.: ACER Press.
- O'Dea, J. A. (2012). Preventing body image problems: School-based approaches. In T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance* (Vol. 2, pp. 686–692). Amsterdam, Netherlands: Elsevier/Academic Press.
- O'Dea, J. A. & Abraham, S. (2000). Improving the body image, eating attitudes, and behaviors of young male and female adolescents: A new educational approach that focuses on self-esteem. *International Journal of Eating Disorders*, 28, 43–57. doi:[http://dx.doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-108X\(200007\)28:1<43::AID-EAT6>3.0.CO;2-D](http://dx.doi.org/10.1002/(SICI)1098-108X(200007)28:1<43::AID-EAT6>3.0.CO;2-D)
- Oliveira, M. L. de. (2013). *Estimativa dos custos da obesidade para o Sistema Único de Saúde do Brasil*. Tese (doutorado) – Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade de Brasília. Recuperado em 15 dezembro, 2016, de http://apsredes.org/teste/wp-content/uploads/2013/04/Tese_Michele_Lessa_Completa.pdf
- Phelps, L., Sapia, J. Nathanson, D., & Nelson, L. (2000). An empirically supported eating disordered prevention program. *Psychology in Schools*, 37(5), 443–452. doi:[http://dx.doi.org/10.1002/1520-6807\(200009\)37:5<443::AID-PITS4>3.0.CO;2-8](http://dx.doi.org/10.1002/1520-6807(200009)37:5<443::AID-PITS4>3.0.CO;2-8)
- Sichieri, R., & Souza, R. A. (2008). Estratégias para prevenção da obesidade em crianças e adolescentes. *Cadernos de Saúde Pública*, 24(Suppl. 2), s209–s223. doi:<http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2008001400002>
- Stewart, D. A., Carter, J. C., Drinkwater, J., Hainsworth, J., & Faiburn, C. G. (2001). Modification of eating attitudes and behavior in adolescent girls: A controlled study. *International Journal of Eating Disorders*, 29, 107–118. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(200103\)29:2<107::AID-EAT1000>3.0.CO;2-1](https://doi.org/10.1002/1098-108X(200103)29:2<107::AID-EAT1000>3.0.CO;2-1)
- Tylka, T. L. (2012). Positive psychology perspectives on body image. In T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance*, Volume 2 (pp. 657–663). London, UK, and San Diego, CA: Academic Press.

Watson, H. J., Joyce, T., French, E., Willan, V., Kane, R. T., Tanner Smith, E. E., ... Egan, S. J. (2016). Prevention of eating disorders: A systematic review of randomized, controlled trials. *International Journal of Eating Disorders*, 49, 833–862.

World Health Organization (WHO). (2016). *Obesity and overweight*. Geneva. Recuperado em 15 dezembro, 2016, de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>

Submissão: 16.6.2017

Aceite: 22.8.2017