

**ADAPTAÇÃO TRANSCULTURAL DO INSTRUMENTO COOKING SKILLS
PARA IDOSOS OBESOS**Ana Paula Garcia Fernandes dos Santos¹, Giane Bientinez Sprada¹, Regina Maria Vilela¹**RESUMO**

A busca por intervenções multidisciplinares no manejo da obesidade na população idosa tem aumentado nos últimos anos. Neste cenário, o ato de cozinhar tem se apresentado como estratégia factível. Dado o exposto, o objetivo do presente estudo é disponibilizar para o Brasil, versão adaptada do instrumento Cooking Skills, a fim de instrumentalizar pesquisas na área de habilidades culinárias. Trata-se de uma pesquisa metodológica de tradução e adaptação transcultural do instrumento para a população idosa com obesidade. A etapa da adaptação seguiu o modelo metodológico de Beaton e colaboradores, sendo elas: tradução, síntese da tradução, retrotradução, comitê de especialistas e pré-teste. Foram analisadas as equivalências semânticas, idiomáticas, culturais e conceituais dos instrumentos, obtendo um ponto de corte igual ou superior a 80% de consenso entre o comitê de especialistas. A etapa de pré-teste foi realizada com a aplicação do instrumento para a população idosa com obesidade. Foram convidados indivíduos com idade entre 60 e 75 anos e com o IMC entre $\geq 30 \text{ kg/m}^2$ e $\leq 34,9 \text{ kg/m}^2$, através de convite online aberto à comunidade. A aplicação dos questionários ocorreu de março a maio de 2022 em Curitiba, Paraná e contou com uma amostra de 32 indivíduos. Nenhum respondente referiu intercorrências durante o preenchimento do instrumento. Durante a etapa da adaptação, nenhum item precisou ser excluído e houve a preservação da originalidade dos instrumentos de origem. O questionário atingiu o ponto de corte para as equivalências citadas.

Palavras-chave: Idosos. Manejo da Obesidade. Estresse Psicológico. Culinária. Estudos Transculturais.

1 - Universidade Federal do Paraná, Curitiba, Paraná, Brasil.

ABSTRACT

Cross-cultural adaptation of the cooking skills instrument for obese elderly people

The search for multidisciplinary interventions in the management of obesity in the elderly population has increased in recent years. In this scenario, the act of cooking has been presented as a feasible strategy. Given the above, the objective of the present study is to make available to Brazil an adapted version of the Cooking Skills instrument, in order to instrumentalize research in the area of culinary skills. This is a methodological research of translation and cross-cultural adaptation of the instrument for the elderly population with obesity. The adaptation stage followed the methodological model of Beaton and collaborators, namely: translation, translation synthesis, back-translation, expert committee and pre-test. The semantic, idiomatic, cultural and conceptual equivalences of the instruments were analyzed, obtaining a cut-off point equal to or greater than 80% of consensus among the expert committee. The pre-test stage was performed with the application of the instrument for the elderly population with obesity. Individuals aged between 60 and 75 years and with a BMI between $\geq 30 \text{ kg/m}^2$ and $\leq 34.9 \text{ kg/m}^2$ were invited, through an online invitation open to the community. The application of the questionnaires took place from March to May 2022 in Curitiba, Paraná and had a sample of 32 individuals. No respondent reported intercurrents while completing the instrument. During the adaptation stage, no item had to be excluded and the original instruments were preserved. The questionnaire reached the cutoff point for the cited equivalences.

Key words: Elderly. Obesity Management. Psychological stress. Cooking. Cross-Cultural Studies.

E-mail dos autores:
anagarcianutricao@gmail.com
gianesprada@gmail.com
regina.vilela@mail.mcgill.ca

INTRODUÇÃO

O ato de cozinhar é o que nos torna humanos. É com esta frase que o escritor Michael Pollan afirma que o preparo de refeições representa mais do que nutrir o organismo. Em seu livro “Cozinhar” publicado em 2014, o autor discorre sobre a importância de um relacionamento íntimo da sociedade com o preparo de alimentos, principalmente no fomento de práticas culturais e laços afetivos.

Definida como qualquer tipo de processamento de transformação do alimento, a culinária pode significar o despertar de memórias, sentimentos e simbologias; além de auxiliar no desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis e manutenção dos processos cognitivos individuais.

Como cozinhar requer integração de diferentes processos - como é o caso dos físicos e emocionais -, essa atividade promove melhoras no humor, memória e na autoestima daqueles que a praticam (Mazzonetto, Dean, Fiates, 2020).

Apesar de todos os benefícios já elucidados sobre cozinhar, atualmente, o tempo destinado ao preparo e consumo de refeições reduziu drasticamente, tornando o ato de comer cada vez mais individualizado, mecânico e longe de seus princípios.

Pesquisas realizadas em diversos países referem que este distanciamento, físico e emocional, da prática culinária pode contribuir para a promoção de hábitos alimentares não saudáveis.

Consequentemente, esse fato pode agravar ou ocasionar problemas de saúde, uma vez que a diminuição do preparo dos alimentos parece também estar relacionada à epidemiologia da obesidade nas últimas décadas (Pollan, 2014).

O declínio do ato de cozinhar é percebido em diferentes faixas etárias e populações, representando impactos diferentes em cada cenário.

No que se referem à população idosa, com o processo natural de envelhecimento, mudanças na composição corporal, funcionamento do aparelho digestivo e funções sensoriais são notadas.

Essa conjuntura afeta diretamente o consumo alimentar destes indivíduos e, quando relacionada com a capacidade funcional diminuída, pode ocasionar ainda mais impactos, dada a dependência para a realização de atividades diárias relacionadas à

alimentação, como a compra e a preparação dos alimentos. As alterações das práticas de alimentação com o avançar da idade, o saudosismo de comidas do passado, a modernização da alimentação e a inserção das recomendações nutricionais como critério de escolha alimentar fazem parte da narrativa sobre a alimentação dos idosos (Koster, Mojet, 2015).

Estudos com idosos demonstram que na observação das aulas práticas de culinárias, estes indivíduos valorizam a agilidade no preparo das comidas e a limpeza do local.

Essa valorização da diminuição do tempo gasto com o preparo culinário pode ser reflexo das mudanças sociais e econômicas das últimas décadas como também do baixo valor social do trabalho doméstico. Sendo assim, a praticidade na cozinha e a diminuição do tempo gasto no preparo das refeições foram características valorizadas, principalmente entre as idosas.

Ao lado disso, observa-se que comer fora de casa era considerado mais saudável do que comer em casa (Astbury, Penney, Adams, 2019).

Se, para as idosas, representava uma economia do tempo dedicado à cozinha, para os idosos, era a possibilidade de ter uma refeição com quase nenhum esforço. Muitos idosos relataram que atualmente cozinham pouco, que se cansaram desse trabalho doméstico, que não gostavam de cozinhar só para si, ou que achavam cansativo e dispendioso ter que fazer várias comidas diferentes, como no caso em que o marido tem restrições alimentares e precisa de uma comida especial. Assim, planejar estratégias para fomentar a prática da culinária nesta população, de modo seguro e viável, torna-se fundamental (Karpinski e colaboradores, 2021).

O Guia Alimentar para População Brasileira, publicado em 2014 pelo Ministério da Saúde, (Brasil, 2014) dentre diversas orientações e recomendações, incentiva o compartilhamento das habilidades culinárias entre as pessoas e entre gerações como forma de promover saúde a partir de hábitos alimentares saudáveis.

As habilidades culinárias podem ser definidas como as habilidades envolvidas em todas as etapas de preparo de alimentos in natura ou minimamente processado, que vão desde a seleção, pré-preparo, tempero, cozimento, combinação e apresentação dos alimentos.

Quando se incentiva a culinária como método de intervenção nutricional, deve-se considerar que a falta de habilidades culinárias e falhas na transmissão de conhecimentos a respeito de alimentação de uma geração para outra distanciam e desencorajam os indivíduos a prepararem seu próprio alimento.

Estudos reforçam que a capacidade de manter uma dieta saudável está diretamente relacionada aos conhecimentos a respeito da culinária e demonstram bons resultados quando usadas oficinas de culinárias em sua metodologia (Oliveira, Castro, 2022).

No Brasil, há poucos estudos de associação e intervenção, relacionando características nutricionais e comportamentais, bem como, poucas pesquisas com metodologias bem estruturadas exploram os impactos de oficinas de culinária nos hábitos alimentares e no comportamento dos indivíduos.

Mesmo que muitos estudos tenham avaliado habilidades culinárias com diferentes objetivos e com a combinação de instrumentos e públicos, poucos se referiram às publicações sobre o seu desenvolvimento e sua validação. Assim, de modo geral, parâmetros para avaliar habilidades culinárias relacionadas a hábitos alimentares saudáveis ainda são escassos na literatura (Jomori e colaboradores, 2018).

Nos Estados Unidos, pesquisadores da Clemson University na Carolina do Sul elaboraram um questionário específico, chamado Cooking Skills, para avaliar o programa de intervenção culinária Cooking with a Chef (CWC).

Este programa baseou-se na ligação de conhecimentos de Nutrição e Culinária, com o objetivo de melhorar os comportamentos alimentares com uma intervenção culinária (Condraski, 2010).

Para que o questionário Cooking Skills possa ser utilizado no Brasil é necessário realizar a sua adaptação transcultural. A adaptação transcultural envolve a tradução de uma medida existente de sua versão original para o idioma de destino e o processo de considerar quaisquer diferenças entre a cultura de origem e a de destino para manter a equivalência de significado.

Recomenda-se o termo adaptação transcultural por envolver o processo de tradução além da adequação cultural do instrumento, a qual considera aspectos culturais, idiomáticos, linguísticos e contextuais da tradução.

O instrumento, que já foi validado para a população adolescente, demonstra potencial para aplicação em demais faixas etárias, como em idosos, porém, com necessidade de novos estudos de adaptação e validação.

Assim, o objetivo deste trabalho é realizar a tradução e a adaptação transcultural do questionário Cooking Skills com o intuito de disponibilizar esta ferramenta aos profissionais de saúde, especialmente os nutricionistas, em pesquisas futuras.

A escolha da população idosa teve como intuito incluir esta população como elo de educação nutricional na família, considerando que as habilidades culinárias podem favorecer relações afetivas transgeracionais em torno da alimentação.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa metodológica de tradução e adaptação transcultural do instrumento Cooking Skills. A pesquisa faz parte do projeto "O Cozinhar emocional e cognitivo é a resposta? Estratégias culinárias e clínicas aliadas ao manejo da obesidade" aprovado no Comitê de Ética de Pesquisa (CEP) do Setor de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Paraná (UFPR) sob o nº 43880121.7.0000.0102. Para iniciar o processo foi necessário contatar a equipe responsável pelo desenvolvimento do instrumento original, por correio eletrônico, para obter a sua autorização.

A adaptação transcultural seguiu as recomendações com aceitabilidade internacional de Beaton e colaboradores (2000) que possui cinco etapas: tradução, síntese, retrotradução, comitê de especialistas e pré-teste.

Tradução

A etapa inicial envolveu a tradução dos instrumentos do inglês, idioma original dos questionários, para o português. Esse processo foi segmentado em duas etapas: a primeira correspondeu à tradução realizada por um grupo de quatro nutricionistas doutores, com experiência nas áreas de Técnica Dietética e Nutrição Clínica, docentes do Setor de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Paraná e que possuem o português brasileiro como idioma nativo (T1); a segunda tradução foi realizada por um tradutor juramentado, ou seja, um tradutor público que dá existência legal no

Brasil a um documento emitido em língua estrangeira e que deve ter familiaridade com os costumes linguísticos, gramáticos e culturais (T2). Cada tradutor recebeu via correio eletrônico o instrumento original e produziu um breve relatório escrito da tradução que fizeram. Comentários adicionais foram feitos para destacar frases desafiadoras ou incertezas.

Síntese

Posteriormente, após a finalização das duas traduções, ocorreu uma reunião remota entre as nutricionistas doutoras que participaram do estágio inicial e o tradutor juramentado, com observação da pesquisadora do presente estudo.

Essa etapa teve como objetivo construir uma versão única das traduções (T12), após um consenso da equipe e a discussão de possíveis divergências.

Retrotradução

Com a construção da versão T12, os instrumentos foram traduzidos novamente para o inglês, de modo independente, formando as versões R1 e R2. As retrotraduções foram realizadas por dois tradutores que não participaram de nenhuma etapa anterior e que possuem o inglês como idioma nativo.

Comitê de especialistas

Com a finalização das traduções e retrotraduções, os questionários passaram por uma avaliação semântica de modo alcançar a equivalência transcultural. Esse processo correspondeu à comparação entre todas as versões resultantes até o momento e foi realizado pelos indivíduos que realizaram as etapas anteriores de tradução e retrotradução; por um tradutor juramentado de idioma nativo português brasileiro, que não participou de nenhuma etapa anterior; e cinco nutricionistas que atuam na área de saúde com características descritas anteriormente.

Apesar destes representarem os nutricionistas da área de nutrição que seriam a audiência a utilizar a ferramenta em sua rotina profissional, a escolha foi feita por conveniência, em um único hospital do sul do Brasil e que, portanto, refletem costumes linguísticos e culturais somente desta região do país. A equipe estabeleceu uma equivalência entre os pares de 0 a 100%, considerando

aspectos semânticos, idiomáticos, culturais e conceituais. A equivalência semântica se refere a avaliação gramatical e de vocabulário; a equivalência idiomática trata das dificuldades em traduzir expressões coloquiais de um determinado idioma; a equivalência cultural prioriza que os termos utilizados sejam coerentes com as experiências vivenciadas pela população à qual se destina; e por fim, a equivalência conceitual trata de adequar os conceitos dos termos utilizados (Pedroso e colaboradores, 2004).

De acordo com as recomendações de Beaton, e colaboradores (2000), se nesta etapa a concordância dos respondentes for igual ou superior a 80%, não é necessário verificar novamente o instrumento com o comitê.

Assim, os itens com pontuações inferiores devem ser substituídos conforme sugestões dos especialistas.

Esta etapa foi realizada por reunião remota e todos os procedimentos citados foram devidamente registrados e documentados.

Pré-teste

A conclusão da adaptação transcultural ocorreu com a realização do pré-teste dos instrumentos na população idosa com obesidade.

Foram convidados indivíduos com idade entre 60 e 75 anos e com o IMC entre ≥ 30 kg/m² e $\leq 34,9$ kg/m², através de convite online aberto à comunidade. Os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e foram adequadamente instruídos sobre as etapas do trabalho, riscos e benefícios, assegurando-se o anonimato dos seus dados e a garantia de possibilidade de desistência a qualquer momento da pesquisa.

A versão pré-teste foi aplicada no período de março a maio de 2022. Foi necessário um mínimo de 30 participantes para a etapa de pré-teste conforme recomendado na literatura.

Os indivíduos responderam os questionários de forma individual e sem a interferência da pesquisadora; ao final, foi realizada uma entrevista e os participantes foram questionados quanto a possíveis dúvidas, dificuldades encontradas para compreensão do questionário, bem como foi dada a oportunidade de opinarem e darem sugestões sobre o instrumento.

Neste estágio, caso os indivíduos apresentem dificuldades durante o

preenchimento, uma nova revisão pode ser realizada pelo comitê de especialistas, ou seja, aqueles itens, com baixo nível de compreensão, podem ser revisados nesta fase.

RESULTADOS

As traduções do idioma original para o português brasileiro, tanto a T1 quanto a T2, foram bastante próximas.

Apesar disso, as versões apresentaram formas distintas de interpretação em determinados itens, conforme demonstrado na Tabela 1.

Tabela 1 - tradução do instrumento cooking skills do inglês para o português do Brasil.

Item	Termo original	Tradução T1	Tradução T2
1	Chop, mix and stir foods, e.g. chopping vegetables, dicing an onion, cubing meat, mixing and stirring food together in a pot/bowl.	Picar, misturar e mexer alimentos, por exemplo, cortar uma cebola, cortar carne em cubos, misturar e mexer alimentos em uma tigela.	Picar, misturar e mexer alimentos. Exemplo: picar vegetais, cortar uma cebola em cubos, cortar carne em cubos, misturar e mexer os alimentos em uma panela ou tigela.
2	Blend foods to make them smooth, like soups or sauces (using a whisk/blender/food processor etc.)	Misturar os alimentos para que fiquem mais cremosos, como sopas ou molhos (usando um batedor, liquidificador, processador de alimentos).	Bater alimentos para liquidificá-los, como sopas ou molhos (por batedeira, liquidificador, processador, etc.).
3	Steam food (where the food doesn't touch the water but gets cooked by the steam).	Cozinhar alimentos no vapor (onde a comida não toca a água, mas são cozidos pelo vapor).	Preparar alimentos no vapor (quando o alimento não toca a água, mas é cozido pelo vapor).
4	Boil or simmer food (cooking it in a pan of hot, boiling/bubbling water).	Ferver ou cozinhar em fogo brando (cozinhar em uma panela com água quente, fervendo/borbulhando).	Ferver ou cozinhar alimentos (cozinhá-los em panela de água quente, fervente ou borbulhante).
5	Stew food (cooking it for a long time (usually more than an hour) in a liquid or sauce at a medium heat, not boiling) e.g. beef stew.	Cozinhar em fogo lento (cozinhar por um longo tempo (geralmente mais de uma hora) em um líquido ou molho em fogo médio, sem ferver), por exemplo, ensopado/guisado de carne.	Cozinhar em fogo brando (durante longo tempo, em geral mais de uma hora) em líquido ou molho a fogo médio, não fervente. Exemplo: ensopado de carne.
6	Roast/bake food in the oven, for example raw meat/chicken, fish, vegetables etc.	Grelhar/assar alimentos no forno, por exemplo, carne/frango crus, peixes, vegetais, etc.	Gratinar ou assar alimentos no forno. Exemplo: carne bovina, frango, peixe, legumes crus, etc.
7	Fry/stir-fry food in a frying pan/wok with oil or fat using the hob/gas rings/hot plates.	Fritar/refogar alimentos em uma frigideira ou outra panela, com óleo ou outra gordura usando o fogão a gás ou elétrico e fogão de placas ou bocas.	Fritar ou refogar alimentos em frigideira ou wok com óleo ou gordura, em fogão, queimadores a gás ou elétricos.
8	Microwave food (not drinks/liquid) including heating ready-meals.	Cozinhar com microondas (não bebidas/líquidos)	Preparar alimentos no microondas (não bebidas ou líquidos),

		incluindo refeições prontas para aquecimento.	refeições para	inclusive aquecer refeições prontas.
9	Bake goods such as cakes, buns, cupcakes, scones, bread etc., using basic/raw ingredients or packet mixes.	Assar produtos de confeitaria como bolos, pãezinhos/pães, cupcakes, broas, rosquinha, bolacha/biscoito etc, usando ingredientes básicos/frescos ou misturas prontas de pacotes.	de	Assar produtos como bolos, pãezinhos, cupcakes, sonhos, broas, etc., usando ingredientes básicos ou misturas prontas.
10	Peel and chop vegetables (including potatoes, carrots, onions, broccoli).	Descascar e picar vegetais (incluindo batatas, cenouras, cebolas, brócolis).	e	Descascar e picar vegetais (como batatas, cenouras, cebolas, brócolis).
11	Prepare and cook raw meat/poultry.	Preparar e cozinhar carnes/aves cruas.		Preparar e cozinhar carne bovina e de frango em natura.
12	Prepare and cook raw fish.	Preparar e cozinhar peixe cru.		Preparar e cozinhar peixe em natura.
13	Make sauces and gravy from scratch (no ready-made jars, pastes or granules).	Preparar molhos/cremes desde o início (do zero, sem misturas prontas em caixinha/lata/vidro).		Fazer molhos e caldos a partir do zero (sem ser de pote, como pastas ou grãos).
14	Use herbs and spices to flavour dishes.	Usar ervas e temperos para dar sabor aos pratos.		Usar ervas e temperos para dar sabor aos pratos.
15	...plan meals ahead? (e.g. for the day/week ahead).	...planeja refeições com antecedência? (por exemplo, para o dia/semana seguinte).		... planeja refeições com antecedência? (diária ou semanal).
16	...prepare meals in advance? e.g. packed lunch, partly preparing a meal in advance.	... prepara refeições com antecedência? Por exemplo, embalar almoço, preparando parcialmente uma refeição com antecedência?		...prepara refeições com antecedência? Como marmita para o trabalho, em parte feitas antes?
17	...follow recipes when cooking?	...segue receitas enquanto cozinha?		... segue receitas culinárias?
18	...shop with a grocery list?	...faz compras com uma lista de compras?		... faz compras com lista de produtos?
19	...shop with specific meals in mind?	...faz compras com refeições específicas em mente?		... faz compras com certas refeições em mente?
20	...plan how much food to buy?	...planeja a quantidade de alimento a ser comprada?		... planeja quantos alimentos vai comprar?
21	...compare prices before you buy food?	...compara preços antes de comprar os alimentos?		... compara preços antes de comprar alimentos?
22	...know what budget you have to spend on food?	...sabe o quanto de dinheiro tem no orçamento para gastar em alimentos?		... sabe o orçamento disponível para gastar com alimentos?
23	...buy food in season to save money?	...compra alimentos da época para economizar dinheiro?		... compra alimentos da época para economizar dinheiro?

24	...buy cheaper cuts of meat to save money?	...compra cortes de carne mais baratos para economizar dinheiro?	...compra cortes inferiores de carne para economizar?
25	...cook more or double recipes which can be used for another meal?	...cozinha a mais ou dobra receitas para comê-las em outra refeição?	... cozinha a mais ou dobra a receita para outras refeições?
26	...prepare or cook a healthy meal with only few ingredients on hand?	...prepara ou cozinha uma refeição saudável com apenas poucos ingredientes à mão?	... prepara ou cozinha alimentos saudáveis com o que tiver em mãos?
27	...prepare or cook a meal with limited time?	...prepara ou cozinha uma refeição com tempo limitado?	... prepara ou cozinha uma refeição rápida?
28	...use leftovers to create another meal?	...usar sobras para preparar outra refeição?	... usa sobras para criar outra refeição?
29	... keep basic items in your cupboard for putting meals together? e.g. herbs/spices, dried/tinned goods?	... mantém itens básicos no seu armário para preparar as refeições. Por exemplo ervas/especiarias, produtos desidratados/enlatados?	... mantém itens básicos em casa para criar refeições? Como ervas, temperos, comida desidratada ou em lata?
30	...read the best-before date on food?	... verifica a data de vencimento/validade dos alimentos?	... lê a data de validade do alimento?
31	...read the storage and use-by information on food packets?	...lê as informações do pacote sobre armazenamento e uso?	... lê os dados de armazenagem e validade nas embalagens?
32	...read the nutrition information on food labels?	...lê as informações nutricionais nos rótulos dos alimentos?	... lê as informações nutricionais nos rótulos dos alimentos?
33	...balance meals based on nutrition advice on what is healthy?	...equilibra as refeições com base em aconselhamento nutricional sobre o que é saudável?	... equilibra refeições com base em dados sobre o que é saudável?

Fonte: A Autora (2022).

Apesar da semelhança entre as traduções, é notório que em algumas palavras, as traduções se diferenciaram, devido ao uso de sinônimos, adição ou supressão de termos em comparação com o original.

Apesar de terem sido encontrados poucos desacordos entre os tradutores da

tabela, decidiu-se realizar a reunião de síntese. A decisão para o desenvolvimento da T12 e consenso das versões buscou englobar a proximidade semântica com a versão original, como apresentado na Tabela 2.

Tabela 2 - Consenso entre as versões traduzidas do instrumento cooking skills.

Item	Tradução T1	Tradução T2	Síntese T3	Observação
1	Picar, misturar e mexer alimentos, por exemplo, cortar uma cebola, cortar carne em cubos, misturar e mexer alimentos em uma tigela.	Picar, misturar e mexer alimentos. Exemplo: picar vegetais, cortar uma cebola em cubos, cortar carne em cubos, misturar e mexer os alimentos em uma panela ou tigela.	Picar, misturar e mexer alimentos. Exemplo: picar vegetais, cortar uma cebola em cubos, cortar carne em cubos, misturar e mexer os alimentos em uma panela ou tigela.	Decidido pelo uso da T2, devido critério gramatical.
2	Misturar os alimentos para que fiquem mais cremosos, como sopas ou molhos (usando um batedor, liquidificador, processador de alimentos).	Bater alimentos para a liquidificação, como sopas ou molhos (por batedeira, liquidificador, processador, etc.).	Misturar os alimentos para que fiquem mais cremosos, como sopas ou molhos (usando um batedor, liquidificador, processador de alimentos).	Decidido pelo uso da T1, devido maior proximidade com aspectos culturais brasileiros e experiência das docentes com as técnicas culinárias mencionadas.
3	Cozinhar alimentos no vapor (onde a comida não toca a água, mas são cozidos pelo vapor).	Preparar alimentos no vapor (quando o alimento não toca a água, mas é cozido pelo vapor).	Cozinhar alimentos no vapor (onde a comida não toca a água, mas são cozidos pelo vapor).	Decidido pelo uso da T1, devido maior proximidade com aspectos culturais brasileiros e experiência das docentes com as técnicas culinárias mencionadas.
4	Ferver ou cozinhar em fogo brando (cozinhar em uma panela com água quente, fervendo/borbulhando).	Ferver ou cozinhar alimentos (cozinhar em uma panela de água quente, fervendo/borbulhando).	Ferver ou cozinhar em fogo brando (cozinhar em uma panela com água quente, fervendo/borbulhando).	Decidido pelo uso da T1, devido maior proximidade com aspectos culturais brasileiros e experiência das docentes com as técnicas culinárias mencionadas.
5	Cozinhar em fogo lento (cozinhar por um longo tempo (geralmente mais de uma hora) em um líquido ou molho em fogo médio, sem ferver), por exemplo, ensopado/guisado de carne.	Cozinhar em fogo brando (durante longo tempo, em geral mais de uma hora) em líquido ou molho a fogo médio, não ferver. Exemplo: ensopado de carne.	Cozinhar em fogo lento (cozinhar por um longo tempo (geralmente mais de uma hora) em um líquido ou molho em fogo médio, sem ferver), por exemplo, ensopado/guisado de carne.	Decidido pelo uso da T1, devido maior proximidade com aspectos culturais brasileiros e experiência das docentes com as técnicas culinárias mencionadas.
6	Grelhar/assar alimentos no forno, por exemplo, carne/frango crus,	Gratinar ou assar alimentos no forno. Exemplo: carne bovina, frango, peixe.	Grelhar/assar alimentos no forno, por exemplo, carne/frango crus, peixes, vegetais, etc.	Decidido pelo uso da T1, devido maior proximidade com aspectos culturais brasileiros e experiência

	peixes, vegetais, etc.	e, legumes crus, etc.		das docentes com as técnicas culinárias mencionadas.
7	Fritar/refogar alimentos em uma frigideira ou outra panela, com óleo ou outra gordura usando o fogão a gás ou elétrico e fogão de placas ou bocas.	Fritar ou refogar alimentos em frigideira ou wok com óleo ou gordura, em fogão, queimadores a gás ou elétricos.	Fritar/refogar alimentos em uma frigideira ou outra panela, com óleo ou outra gordura usando o fogão a gás ou elétrico e fogão de placas ou bocas.	Decidido pelo uso da T1, devido maior proximidade com aspectos culturais brasileiros e experiência das docentes com as técnicas culinárias mencionadas.
8	Cozinhar com micro-ondas (não bebidas/líquidos) incluindo refeições prontas para aquecimento.	Preparar alimentos no microondas (não bebidas ou líquidos), inclusive aquecer refeições prontas.	Preparar alimentos no microondas (não bebidas ou líquidos), inclusive aquecer refeições prontas.	Decidido pelo uso da T2, devido critério gramatical.
9	Assar produtos de confeitaria como bolos, pãezinhos/pães, cupcakes, broas, rosquinha, bolacha/biscoito etc, usando ingredientes básicos/frescos ou misturas prontas de pacotes.	Assar produtos como bolos, pãezinhos, cupcakes, sonhos, broas, etc., usando ingredientes básicos ou misturas prontas.	Assar produtos de confeitaria como bolos, pãezinhos/pães, cupcakes, broas, rosquinha, bolacha/biscoito etc, usando ingredientes básicos/frescos ou misturas prontas de pacotes.	Decidido pelo uso da T1, devido maior proximidade com aspectos culturais brasileiros e experiência das docentes com as técnicas culinárias mencionadas.
10	Descascar e picar vegetais (incluindo batatas, cenouras, cebolas, brócolis).	Descascar e picar vegetais (incluindo batatas, cenouras, cebolas, brócolis).	Descascar e picar vegetais (incluindo batatas, cenouras, cebolas, brócolis).	Semelhança entre as traduções.
11	Preparar e cozinhar carnes/aves cruas.	Preparar e cozinhar carne bovina e de frango em natura.	Preparar e cozinhar carnes/aves cruas.	Decidido pelo uso da T1, devido critério gramatical.
12	Preparar e cozinhar peixe cru.	Preparar e cozinhar peixe cru.	Preparar e cozinhar peixe cru.	Semelhança entre as traduções.
13	Preparar molhos/cremes desde o início (do zero, sem misturas prontas em caixinha/lata/vidro).	Fazer molhos e caldos a partir do zero (sem ser de pote, como pastas ou grãos).	Preparar molhos/cremes desde o início (do zero, sem misturas prontas em caixinha/lata/vidro).	Decidido pelo uso da T1, devido maior proximidade com aspectos culturais brasileiros e experiência das docentes com as técnicas culinárias mencionadas.
14	Usar ervas e temperos para dar sabor aos pratos.	Usar ervas e temperos para dar sabor aos pratos.	Usar ervas e temperos para dar sabor aos pratos.	Semelhança entre as traduções.

15	...planeja refeições com antecedência? (por exemplo, para o dia/semana seguinte).	... planeja refeições com antecedência ? (diária ou semanal).	...planeja refeições com antecedência? (por exemplo, para o dia/semana seguinte).	Decidido pelo uso da T1, devido sentença se apresentar de modo mais explicativo.
16	... prepara refeições com antecedência? Por exemplo, embalar almoço, preparando parcialmente uma refeição com antecedência?	...prepara refeições com antecedência ? Como marmita para o trabalho, em part e feitas antes?	... prepara refeições com antecedência? Por exemplo, embalar almoço, preparando parcialmente uma refeição com antecedência?	Decidido pelo uso da T1, devido sentença se apresentar de modo mais explicativo.
17	...segue receitas enquanto cozinha?	... segue receitas c ulinárias?	...segue receitas enquanto cozinha?	Decidido pelo uso da T1, devido sentença se apresentar de modo mais explicativo.
18	...faz compras com uma lista de compras?	... faz compras co m lista de produtos ?	... faz compras com lista de produtos?	Decidido pelo uso da T2, devido critério gramatical.
19	...faz compras com refeições específicas em mente?	... faz compras co m certas refeições em mente?	...faz compras com refeições específicas em mente?	Decidido pelo uso da T1, devido sentença se apresentar de modo mais explicativo.
20	...planeja a quantidade de alimento a ser comprada?	... planeja quantos alimentos vai comp rar?	...planeja a quantidade de alimento a ser comprada?	Decidido pelo uso da T1, devido sentença se apresentar de modo mais explicativo.
21	...compara preços antes de comprar os alimentos?	... compara preços antes de comprar aliment os?	... compara preços ante s de comprar alimentos?	Semelhança entre as traduções.
22	...sabe o quanto de dinheiro tem no orçamento para gastar em alimentos?	... sabe o orçament o disponível para g astar com alimento s?	...sabe o quanto de dinheiro tem no orçamento para gastar em alimentos?	Decidido pelo uso da T1, devido sentença se apresentar de modo mais explicativo.
23	...compra alimentos da época para economizar dinheiro?	... compra alimento s da época para ec onomizar dinheiro?	... compra alimentos da época para economizar dinheiro?	Semelhança entre as traduções.
24	...compra cortes de carne mais baratos para economizar dinheiro?	...compra cortes inf eriores de carne para economizar?	...compra cortes inferior es de carne para economizar?	Decidido pelo uso da T2, devido critério gramatical.
25	...cozinha a mais ou dobra receitas para comê-las em outra refeição?	... cozinha a mais o u dobra a receita para outra s refeições?	...cozinha a mais ou dobra receitas para comê-las em outra refeição?	Decidido pelo uso da T1, devido sentença se apresentar de modo mais explicativo.

26	...prepara ou cozinha uma refeição saudável com apenas poucos ingredientes à mão?	... prepara ou cozinha alimentos saudáveis com o que tiver em mãos?	...prepara ou cozinha uma refeição saudável com apenas poucos ingredientes à mão?	Decidido pelo uso da T1, devido sentença se apresentar de modo mais explicativo.
27	...prepara ou cozinha uma refeição com tempo limitado?	... prepara ou cozinha uma refeição rápida?	... prepara ou cozinha uma refeição rápida?	Decidido pelo uso da T2, devido critério gramatical.
28	...usa sobras para preparar outra refeição?	... usa sobras para criar outra refeição?	... usa sobras para criar outra refeição?	Semelhança entre as traduções.
29	... mantém itens básicos no seu armário para preparar as refeições? Por exemplo ervas/especiarias, produtos desidratados/enlatados?	... mantém itens básicos em casa para criar refeições? Como ervas, temperos, comida desidratada ou em lata?	... mantém itens básicos no seu armário para preparar as refeições? Por exemplo ervas/especiarias, produtos desidratados/enlatados?	Decidido pelo uso da T1, devido sentença se apresentar de modo mais explicativo e pela experiência das docentes com o tema.
30	... verifica a data de vencimento/validade dos alimentos?	... lê a data de validade dos alimentos?	... lê a data de validade dos alimentos?	Decidido pelo uso da T2, devido critério gramatical.
31	...lê as informações do pacote sobre armazenamento e uso?	... lê os dados de armazenagem e validade nas embalagens?	...lê as informações do pacote sobre armazenamento e uso?	Decidido pelo uso da T1, devido sentença se apresentar de modo mais explicativo.
32	...lê as informações nutricionais nos rótulos dos alimentos?	... lê as informações nutricionais nos rótulos dos alimentos?	... lê as informações nutricionais nos rótulos dos alimentos?	Semelhança entre as traduções.
33	...equilibra as refeições com base em aconselhamento nutricional sobre o que é saudável?	... equilibra refeições com base em dados sobre o que é saudável?	...equilibra as refeições com base em aconselhamento nutricional sobre o que é saudável?	Decidido pelo uso da T1, devido sentença se apresentar de modo mais explicativo e pela experiência das docentes com o tema.

Fonte: A Autora (2022).

Dada à similaridade das versões apresentadas, decidiu-se item a item pela aceitação ou não de termos propostos, considerando sempre maior adequação ao público-alvo do instrumento em questão. Após a síntese das traduções, quando os instrumentos foram retrotraduzidos novamente

para o inglês (R1 e R2), conforme demonstrado na Tabela 3, identificou-se que as traduções também não apresentaram muitas divergências em relação à versão original do instrumento, mostrando assim a qualidade da versão síntese.

Tabela 3 - Distribuição das retrotraduções do instrumento cooking skills.

Item	Termo original	Retrotradução R1	Retrotradução R2
1	Chop, mix and stir foods, e.g. chopping vegetables, dicing an onion, cubing meat, mixing and stirring food together in a pot/bowl.	Chop, mix and stir food, e.g., cut onions, dice meat, mix and stir food in a bowl.	Chop, mix and stir food E.g.: chop vegetables, dice onions, dice meat, mix and stir the food in a pan or bowl.
2	Blend foods to make them smooth, like soups or sauces (using a whisk/blender/food processor etc.)	Mix the food until it becomes a cream, such as soup or sauce (with a whisk, blender, or food processor).	Mix foods to a cream, such as soup or sauce (with a whisk, blender or food processor).
3	Steam food (where the food doesn't touch the water but gets cooked by the steam).	Steam the food (the food does not come into contact with the water but is cooked by the steam).	Steam the food (the food does not come into contact with the water but is cooked by the steam).
4	Boil or simmer food (cooking it in a pan of hot, boiling/bubbling water).	Boil on low heat (cook in a pan with boiling water).	Boil food (cook in a pan with boiling water).
5	Stew food (cooking it for a long time (usually more than an hour) in a liquid or sauce at a medium heat, not boiling) e.g. beef stew.	Slow cook on medium heat (simmer over a long period of time (generally more than one hour) in liquid or sauce on medium heat, without boiling), e.g. stew / minced meat.	Simmer (over a long period of time, generally more than one hour) in liquid or sauce on medium heat, not boiling. E.g.: Stew.
6	Roast/bake food in the oven, for example raw meat/chicken, fish, vegetables etc.	Grill/roast food in an oven, e.g., raw meat/chicken, fish, vegetables, etc.	Gratinee or roast food in an oven. E.g. Beef, chicken, fish, raw vegetables, etc.
7	Fry/stir-fry food in a frying pan/wok with oil or fat using the hob/gas rings/hot plates.	Fry/braise food in a frying pan or pan, with oil or fat on a gas or electric cooker	Fry or braise food in a frying pan or wok with oil or fat on a gas or electric cooker.
8	Microwave food (not drinks/liquid) including heating ready-meals.	Cook with a micro-wave oven (not drinks or liquids) including pre-cooked meals.	Prepare food in a micro-wave oven (not drinks or liquids) including heating pre-cooked meals.
9	Bake goods such as cakes, buns, cupcakes, scones, bread etc., using basic/raw ingredients or packet mixes.	Bake confectionary such as cakes, breads, cupcakes, buns, donuts, cookies and biscuits, etc. using basic fresh ingredients or ready mixed from a packet.	Bake products such as cakes, breads, cupcakes, donuts, buns, etc. using basic or ready mixed ingredients.
10	Peel and chop vegetables (including potatoes, carrots, onions, broccoli).	Peel and chop vegetables (including potatoes, carrots, onions, broccoli).	Peel and chop vegetables (such as potatoes, carrots, onions, broccoli).
11	Prepare and cook raw meat/poultry.	Prepare and cook raw meat / poultry.	Prepare and cook raw beef and poultry.

12	Prepare and cook raw fish.	Prepare and cook raw fish.	Prepare and cook raw fish.
13	Make sauces and gravy from scratch (no ready-made jars, pastes or granules).	Prepare sauces / dips from scratch (with no pre-prepared ingredients from a carton, tin or jar).	Prepare sauces and dips from scratch (without jars of paste or grains).
14	Use herbs and spices to flavour dishes.	Use herbs and spices to flavour dishes.	Use herbs and spices to flavour dishes.
15	...plan meals ahead? (e.g. for the day/week ahead).	...plan meals in advance (e.g. for the next day or week).	...plan meals in advance? (daily or weekly).
16	...prepare meals in advance? e.g. packed lunch, partly preparing a meal in advance.	...prepare meals in advance? E.g. pack a lunch, partially preparing a meal in advance.	...prepare meals in advance? Such as a work lunch-box, partially prepared in advance.
17	...follow recipes when cooking?	...follow recipes while cooking?	...follow cooking recipes?
18	...shop with a grocery list?	... Shop with a shopping list?	... Shop with a shopping list?
19	...shop with specific meals in mind?	...shop with specific recipes in mind?	...shop with certain meals in mind?
20	...plan how much food to buy?	...plan the amount of food which needs to be bought?	...plan how much food to buy?
21	...compare prices before you buy food?	...compare prices before buying food?	...compare prices before buying food?
22	...know what budget you have to spend on food?	...know how much the budget is for food?	...know what the budget is to spend on food?
23	...buy food in season to save money?	...buy seasonal food to save money?	...buy seasonal food to save money?
24	...buy cheaper cuts of meat to save money?	...buy cheaper cuts of meat to save money?	...buy cheaper cuts of meat to save money?
25	...cook more or double recipes which can be used for another meal?	...cook more or double the recipe to eat in another meal?	...cook more or double the recipe for another meal?
26	...prepare or cook a healthy meal with only few ingredients on hand?	...prepare and cook a healthy meal with just a few ingredients?	...prepare and cook a healthy meal with just a few ingredients?
27	...prepare or cook a meal with limited time?	...prepare and cook a meal in a short time?	...prepare and cook a meal quickly?
28	...use leftovers to create another meal?	...use leftovers to prepare another meal?	...use leftovers to prepare another meal?
29	... keep basic items in your cupboard for putting meals together? e.g. herbs/spices, dried/tinned goods?	...keep basic ingredients in the cupboard to prepare meals. E.g. herbs and spices, dried or canned products?	...keep basic ingredients at home to prepare meals? Such as herbs and spices, dried or canned food?
30	...read the best-before date on food?	...check the best before/use by date on food packets?	...read the best before/use by date on food packets?
31	...read the storage and use-by information on food packets?	...read the information on the packet about storage and use?	...read the information on the packet about storage and use-by date?

32	...read the nutrition information on food labels?	...read nutritional information on food labels?	...read nutritional information on food labels?
33	...balance meals based on nutrition advice on what is healthy?	...balance meals based on nutritional advice on what is healthy?	...balance meals based on information on what is healthy?

Fonte: A Autora (2022).

Com a finalização das traduções e retrotraduções, seguiu-se com a etapa corresponde a avaliação feita pelo comitê de especialistas sobre a equivalência semântica, idiomática, cultural e conceitual. Na primeira

avaliação realizada pelo comitê, a maioria dos itens obteve concordância plena dos juízes, porém os itens 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 26 e 27 não atingiram a porcentagem ideal de equivalência proposta, conforme Tabela 4.

Tabela 4 - Avaliação das equivalências pelo comitê de especialistas.

13 especialistas	Semântica	%	Idiomática	%	Cultural	%	Conceitual	%
Item 1	9	69,2%	12	92,3%	10	76,9%	12	92,3%
Item 2	8	61,5%	11	84,6%	12	92,3%	13	100%
Item 3	13	100%	13	100%	13	100%	13	100%
Item 4	8	61,5%	13	100%	13	100%	13	100%
Item 5	12	92,3%	11	84,6%	8	61,5%	13	100%
Item 6	8	61,5%	13	100%	13	100%	13	100%
Item 7	8	61,5%	13	100%	13	100%	13	100%
Item 8	9	69,2%	11	84,6%	11	84,6%	13	100%
Item 9	12	92,3%	13	100%	13	100%	13	100%
Item 10	9	69,2%	13	100%	13	100%	13	100%
Item 11	13	100%	12	92,3%	13	100%	13	100%
Item 12	13	100%	12	92,3%	13	100%	13	100%
Item 13	13	100%	11	84,6%	13	100%	13	100%
Item 14	13	100%	12	92,3%	13	100%	13	100%
Item 15	11	84,6%	12	92,3%	13	100%	13	100%
Item 16	10	76,9%	12	92,3%	12	92,3%	13	100%
Item 17	12	92,3%	11	84,6%	11	84,6%	13	100%
Item 18	11	84,6%	12	92,3%	11	84,6%	13	100%
Item 19	13	100%	12	92,3%	13	100%	13	100%
Item 20	13	100%	13	100%	13	100%	13	100%
Item 21	13	100%	13	100%	13	100%	13	100%
Item 22	12	92,3%	11	84,6%	13	100%	13	100%
Item 23	10	76,9%	12	92,3%	13	100%	13	100%
Item 24	11	84,6%	13	100%	13	100%	13	100%
Item 25	13	100%	13	100%	13	100%	13	100%
Item 26	9	69,2%	13	100%	13	100%	13	100%
Item 27	9	69,2%	11	84,6%	13	100%	13	100%
Item 28	12	92,3%	12	92,3%	13	100%	13	100%
Item 29	11	84,6%	12	92,3%	11	84,6%	13	100%
Item 30	13	100%	13	100%	13	100%	13	100%
Item 31	13	100%	13	100%	13	100%	13	100%
Item 32	12	92,3%	12	92,3%	12	92,3%	13	100%
Item 33	11	84,6%	11	84,6%	12	92,3%	13	100%
Concordância:		90,2%		93,4%		95,3%		99,7%

Fonte: A Autora (2022).

Para os itens que não atingiram o percentual recomendado, foram sugeridas modificações pelos membros do comitê a fim

de alcançar sua total equivalência com a versão original, conforme Tabela 5.

Tabela 5 - Distribuição das opiniões quanto a necessidade de modificação de itens para obtenção da equivalência semântica.

Item	Síntese T3	Sugestão
1	Picar, misturar e mexer alimentos. Exemplo: picar vegetais, cortar uma cebola em cubos, cortar carne em cubos, misturar e mexer os alimentos em uma panela ou tigela.	Padronizar a técnica citada no item para “cortar”, retirando a palavra “picar” no início da sentença.
2	Misturar os alimentos para que fiquem mais cremosos, como sopas ou molhos (usando um batedor, liquidificador, processador de alimentos).	Incluir a técnica “bater” ao lado da palavra “misturar”, de modo a tornar mais explicativo o procedimento citado no item.
4	Ferver ou cozinhar em fogo brando (cozinhar em uma panela com água quente, fervendo/borbulhando).	Incluir a explicação do que é fogo brando: temperatura um pouco abaixo do ponto de fervura.
5	Cozinhar em fogo lento (cozinhar por um longo tempo (geralmente mais de uma hora) em um líquido ou molho em fogo médio, sem ferver), por exemplo, ensopado/guisado de carne.	Substituir o termo “guisado de carne” para “carne de panela”, por ser uma preparação regional.
6	Grelhar/assar alimentos no forno, por exemplo, carne/frango crus, peixes, vegetais, etc.	Retirar o termo “grelhar/assar” e substituir por “cozinhar alimentos no forno”, pois determinados equipamentos não realizam estas funções.
7	Fritar/refogar alimentos em uma frigideira ou outra panela, com óleo ou outra gordura usando o fogão a gás ou elétrico e fogão de placas ou bocas.	Sintetizar mais a sentença para: “fritar/refogar alimentos em uma frigideira ou outra panela, utilizando gordura e usando o fogão a gás ou elétrico.
8	Preparar alimentos no microondas (não bebidas ou líquidos), inclusive aquecer refeições prontas.	Especificar melhor os itens nos parênteses: (considerando apenas refeições sólidas, excluindo bebidas e outros líquidos).
10	Descascar e picar vegetais (incluindo batatas, cenouras, cebolas, brócolis).	Trocar a palavra “incluindo”, para “como”. Adicionar “e” antes da palavra brócolis.
26	...prepara ou cozinha uma refeição saudável com apenas poucos ingredientes à mão?	Trocar o “à mão” para “disponíveis”.
27	... prepara ou cozinha uma refeição rápida?	Substituir por “... prepara ou cozinha rapidamente refeições?”

Fonte: A Autora (2022).

As sugestões realizadas pelos juízes foram agrupadas, junto das respectivas justificativas, quando presentes, e avaliadas

pela pesquisadora. Nessa rodada foram analisadas as sugestões e considerou-se a sugestão dos avaliadores. Após essa etapa de

análise de equivalências pelo comitê, todas as discrepâncias foram esclarecidas, obtendo-se a versão pré-final, onde foi empregada no pré-teste, etapa seguinte do processo de adaptação transcultural.

Em relação ao título do instrumento, utilizou-se a tradução tendo em vista sua

similitude em ambos os idiomas, resultando em "Questionário de Habilidades Culinárias". A tabela 6 apresenta a versão consensual aprovada pelo comitê de juizes (versão pré-final), bem como a versão original e a versão síntese das traduções iniciais do instrumento.

Tabela 6 - Versão original, síntese das traduções e versão pré-final do instrumento.

Item	Original	Síntese T3	Versão pré-final aprovada pelo comitê de juizes para aplicação no pré-teste
1	Chop, mix and stir foods, e.g. chopping vegetables, dicing an onion, cubing meat, mixing and stirring food together in a pot/bowl.	Picar, misturar e mexer alimentos. Exemplo: picar vegetais, cortar uma cebola em cubos, cortar carne em cubos, misturar e mexer os alimentos em uma panela ou tigela.	Picar, misturar e mexer alimentos. Exemplo: cortar vegetais, cortar uma cebola em cubos, cortar carne em cubos, misturar e mexer os alimentos em uma panela ou tigela.
2	Blend foods to make them smooth, like soups or sauces (using a whisk/blender/food processor etc.)	Misturar os alimentos para que fiquem mais cremosos, como sopas ou molhos (usando um batedor, liquidificador, processador de alimentos).	Misturar/bater os alimentos para que fiquem mais cremosos, como sopas ou molhos (usando um batedor, liquidificador, processador de alimentos).
3	Steam food (where the food doesn't touch the water but gets cooked by the steam).	Cozinhar alimentos no vapor (onde a comida não toca a água, mas são cozidos pelo vapor).	Cozinhar alimentos no vapor (onde a comida não toca a água, mas são cozidos pelo vapor).
4	Boil or simmer food (cooking it in a pan of hot, boiling/bubbling water).	Ferver ou cozinhar em fogo brando (cozinhar em uma panela com água quente, fervendo/borbulhando).	Ferver ou cozinhar em fogo brando, ou seja, temperatura um pouco abaixo do ponto de fervura (cozinhar em uma panela com água quente, fervendo/borbulhando).
5	Stew food (cooking it for a long time (usually more than an hour) in a liquid or sauce at a medium heat, not boiling) e.g. beef stew.	Cozinhar em fogo lento (cozinhar por um longo tempo (geralmente mais de uma hora) em um líquido ou molho em fogo médio, sem ferver), por exemplo, ensopado/guisado de carne.	Cozinhar em fogo lento (cozinhar por um longo tempo (geralmente mais de uma hora) em um líquido ou molho em fogo médio, sem ferver), por exemplo, ensopado/carne de panela.
6	Roast/bake food in the oven, for example raw meat/chicken, fish, vegetables etc.	Grelhar/assar alimentos no forno, por exemplo, carne/frango crus, peixes, vegetais, etc.	Cozinhar alimentos no forno, por exemplo, carne/frango crus, peixes, vegetais, etc.
7	Fry/stir-fry food in a frying pan/wok with oil or fat using the hob/gas rings/hot plates.	Fritar/refogar alimentos em uma frigideira ou outra panela, com óleo ou outra gordura usando o fogão a gás ou elétrico e fogão de placas ou bocas.	Fritar/refogar alimentos em uma frigideira ou outra panela, utilizando gordura e usando o fogão a gás ou elétrico.

8	Microwave food (not drinks/liquid) including heating ready-meals.	Preparar alimentos no microondas (não bebidas ou líquidos), inclusive aquecer refeições prontas.	Preparar alimentos no microondas (considerando apenas refeições sólidas, excluindo bebidas e outros líquidos), inclusive aquecer refeições prontas.
9	Bake goods such as cakes, buns, cupcakes, scones, bread etc., using basic/raw ingredients or packet mixes.	Assar produtos de confeitaria como bolos, pãezinhos/pães, cupcakes, broas, rosquinha, bolacha/biscoito etc, usando ingredientes básicos/frescos ou misturas prontas de pacotes.	Assar produtos de confeitaria como bolos, pãezinhos/pães, cupcakes, broas, rosquinha, bolacha/biscoito etc, usando ingredientes básicos/frescos ou misturas prontas de pacotes.
10	Peel and chop vegetables (including potatoes, carrots, onions, broccoli).	Descascar e picar vegetais (incluindo batatas, cenouras, cebolas, brócolis).	Descascar e picar vegetais (com o batatas, cenouras, cebolas e brócolis).
11	Prepare and cook raw meat/poultry.	Preparar e cozinhar carne bovina e de frango cruas.	Preparar e cozinhar carne bovina e de frango cruas.
12	Prepare and cook raw fish.	Preparar e cozinhar peixe cru.	Preparar e cozinhar peixe cru.
13	Make sauces and gravy from scratch (no ready-made jars, pastes or granules).	Preparar molhos/cremes desde o início (do zero, sem misturas prontas em caixinha/lata/vidro).	Preparar molhos/cremes desde o início (do zero, sem misturas prontas em caixinha/lata/vidro).
14	Use herbs and spices to flavour dishes.	Usar ervas e temperos para dar sabor aos pratos.	Usar ervas e temperos para dar sabor aos pratos.
15	...plan meals ahead? (e.g. for the day/week ahead).	...planeja refeições com antecedência? (por exemplo, para o dia/semana seguinte).	...planeja refeições com antecedência? (por exemplo, para o dia/semana seguinte).
16	...prepare meals in advance? e.g. packed lunch, partly preparing a meal in advance.	... prepara refeições com antecedência? Por exemplo, embalar almoço, preparando parcialmente uma refeição com antecedência?	... prepara refeições com antecedência? Por exemplo, embalar almoço, preparando parcialmente uma refeição com antecedência?
17	...follow recipes when cooking?	...segue receitas enquanto cozinha?	...segue receitas enquanto cozinha?
18	...shop with a grocery list?	... faz compras com lista de produtos?	... faz compras com lista de produtos?
19	...shop with specific meals in mind?	...faz compras com refeições específicas em mente?	...faz compras com refeições específicas em mente?
20	...plan how much food to buy?	...planeja a quantidade de alimento a ser comprada?	...planeja a quantidade de alimento a ser comprada?
21	...compare prices before you buy food?	... compara preços antes de comprar alimentos?	... compara preços antes de comprar alimentos?
22	...know what budget you have to spend on food?	...sabe o quanto de dinheiro tem no orçamento para gastar em alimentos?	...sabe o quanto de dinheiro tem no orçamento para gastar em alimentos?

23	...buy food in season to save money?	... compra alimentos da época para economizar dinheiro?	... compra alimentos da época para economizar dinheiro?
24	...buy cheaper cuts of meat to save money?	... compra cortes inferiores de carne para economizar?	... compra cortes inferiores de carne para economizar?
25	...cook more or double recipes which can be used for another meal?	...cozinha a mais ou dobra receitas para comê-las em outra refeição?	...cozinha a mais ou dobra receitas para comê-las em outra refeição?
26	...prepare or cook a healthy meal with only few ingredients on hand?	...prepara ou cozinha uma refeição saudável com apenas poucos ingredientes à mão?	...prepara ou cozinha uma refeição saudável com apenas poucos ingredientes disponíveis?
27	...prepare or cook a meal with limited time?	... prepara ou cozinha uma refeição rápida?	... prepara ou cozinha rapidamente uma refeição?
28	...use leftovers to create another meal?	... usa sobras para criar outra refeição?	... usa sobras para criar outra refeição?
29	... keep basic items in your cupboard for putting meals together? e.g. herbs/spices, dried/tinned goods?	... mantém itens básicos no seu armário para preparar as refeições? Por exemplo ervas/especiarias, produtos desidratados/enlatados?	... mantém itens básicos no seu armário para preparar as refeições? Por exemplo ervas/especiarias, produtos desidratados/enlatados?
30	...read the best-before date on food?	... lê a data de validade dos alimentos?	... lê a data de validade dos alimentos?
31	...read the storage and use-by information on food packets?	... lê as informações do pacote sobre armazenamento e uso?	... lê as informações do pacote sobre armazenamento e uso?
32	...read the nutrition information on food labels?	... lê as informações nutricionais nos rótulos dos alimentos?	... lê as informações nutricionais nos rótulos dos alimentos?
33	...balance meals based on nutrition advice on what is healthy?	...equilibra as refeições com base em aconselhamento nutricional sobre o que é saudável?	...equilibra as refeições com base em aconselhamento nutricional sobre o que é saudável?

Fonte: A Autora (2022).

A versão pré-final em português foi utilizada no pré-teste, correspondendo à quinta etapa da adaptação transcultural. Esta versão foi aplicada a 32 indivíduos com idade entre 60 e 75 anos e com o IMC entre ≥ 30 kg/m² e \leq

34,9 kg/m². A aplicação dos instrumentos ocorreu de março a maio de 2022. O perfil dos idosos que participaram desta etapa do estudo está descrito na Tabela 7.

Tabela 7 - Caracterização dos participantes da etapa de pré teste.

Característica	n	%
Sexo		
Feminino	28	87,5%
Masculino	4	12,5%
Estado civil		
Casado	22	68,7%
Solteiro	4	12,5%
Viúvo	6	18,7%
União estável	0	*
Escolaridade		
Sem escolaridade	0	*
Ensino fundamental completo	13	40,6%
Ensino médio completo	11	34,4%
Ensino superior completo	8	25%
Filhos		
Sim	28	87,5%
Não	4	12,5%
Renda familiar		
Menor que o salário-mínimo	2	6,2%
De 1 a 2 salários-mínimos	12	37,5%
De 2 a 5 salários-mínimos	14	43,8%
De 5 a 10 salários-mínimos	4	12,5%
Acima de 10 salários-mínimos	0	*

Fonte: A Autora (2022).

O tempo médio dos participantes para o preenchimento do questionário foi de 12 (\pm 2,93 DP) minutos. A aplicação mostrou que os itens eram compreensíveis, com opções de respostas claras e facilmente elegíveis. Nesta etapa, não foi necessária a modificação de conteúdo da versão pré-final brasileira.

Nenhum respondente referiu intercorrências durante o preenchimento do instrumento, porém, houve o relato de um dos participantes sobre o tempo de preenchimento,

em que ele afirma que “o questionário é muito longo, o que deixa o processo um pouco cansativo”. Ainda, um dos participantes sugeriu a inclusão de uma introdução robusta no início do documento, para evitar possíveis dúvidas durante o preenchimento. Como pontos positivos, um participante referiu que “o questionário me fez perceber o quanto gosto de cozinhar e no quanto minha família sempre me incentivou nesta prática”. A versão final do instrumento está detalhada na Tabela 8.

Tabela 8 - Versão final em português brasileiro do instrumento.

Item	Versão final
1	Picar, misturar e mexer alimentos. Exemplo: cortar vegetais, cortar uma cebola em cubos, cortar carne em cubos, misturar e mexer os alimentos em uma panela ou tigela.
2	Misturar/bater os alimentos para que fiquem mais cremosos, como sopas ou molhos (usando um batedor, liquidificador, processador de alimentos).
3	Cozinhar alimentos no vapor (onde a comida não toca a água, mas são cozidos pelo vapor).
4	Ferver ou cozinhar em fogo brando, ou seja, temperatura um pouco abaixo do ponto de fervura (cozinhar em uma panela com água quente, fervendo/borbulhando).
5	Cozinhar em fogo lento (cozinhar por um longo tempo (geralmente mais de uma hora) em um líquido ou molho em fogo médio, sem ferver), por exemplo, ensopado/carne de panela.

6	Cozinhar alimentos no forno, por exemplo, carne/frango crus, peixes, vegetais, etc.
7	Fritar/refogar alimentos em uma frigideira ou outra panela, utilizando gordura e usando o fogão a gás ou elétrico.
8	Preparar alimentos no microondas (considerando apenas refeições sólidas, excluindo bebidas e outros líquidos), inclusive aquecer refeições prontas.
9	Assar produtos de confeitaria como bolos, pãezinhos/pães, cupcakes, broas, rosquinha, bolacha/biscoito etc, usando ingredientes básicos/frescos ou misturas prontas de pacotes.
10	Descascar e picar vegetais (como batatas, cenouras, cebolas e brócolis).
11	Preparar e cozinhar carne bovina e de frango cruas.
12	Preparar e cozinhar peixe cru.
13	Preparar molhos/cremes desde o início (do zero, sem misturas prontas em caixinha/lata/vidro).
14	Usar ervas e temperos para dar sabor aos pratos.
15	...planeja refeições com antecedência? (por exemplo, para o dia/semana seguinte).
16	... prepara refeições com antecedência? Por exemplo, embalar almoço, preparando parcialmente uma refeição com antecedência?
17	...segue receitas enquanto cozinha?
18	... faz compras com lista de produtos?
19	...faz compras com refeições específicas em mente?
20	...planeja a quantidade de alimento a ser comprada?
21	... compara preços antes de comprar alimentos?
22	...sabe o quanto de dinheiro tem no orçamento para gastar em alimentos?
23	... compra alimentos da época para economizar dinheiro?
24	...compra cortes inferiores de carne para economizar?
25	...cozinha a mais ou dobra receitas para comê-las em outra refeição?
26	...prepara ou cozinha uma refeição saudável com apenas poucos ingredientes disponíveis?
27	... prepara ou cozinha rapidamente uma refeição?
28	... usa sobras para criar outra refeição?
29	... mantém itens básicos no seu armário para preparar as refeições? Por exemplo ervas/especiarias, produtos desidratados/enlatados?
30	... lê a data de validade dos alimentos?
31	...lê as informações do pacote sobre armazenamento e uso?
32	... lê as informações nutricionais nos rótulos dos alimentos?
33	...equilibra as refeições com base em aconselhamento nutricional sobre o que é saudável?

Fonte: A Autora (2022).

DISCUSSÃO

É notável que cada vez mais estudos de adaptação transcultural de instrumentos estão sendo publicados na área da saúde.

O câmbio destas ferramentas para realidades culturais distintas de onde foram

desenvolvidas originalmente possibilita um maior número de novas metodologias disponíveis para uso.

A preferência pelo uso de um questionário existente, em detrimento de desenvolver um novo instrumento, se deve, principalmente, pelo fato de que o processo de

adaptação de uma ferramenta é sabidamente mais ágil e menos custoso que a criação de uma nova (Reichenheim, Moraes, 2007).

Casas-Anguita e colaboradores (2001) defendem que a adaptação transcultural deve ser priorizada no momento de escolha dos instrumentos a serem utilizados em uma pesquisa, dado a alta complexidade do processo de desenvolvimento de um novo questionário - processo que, segundo os autores, deve ser realizado apenas em último caso.

Com este aumento de publicações que recomendam os procedimentos para a adaptação transcultural, além da falta de um consenso científico, torna-se difícil escolher a metodologia ideal para trabalhos na área.

Tentativas de sistematização das metodologias disponíveis para fins de adaptação transcultural de instrumentos de medida e avaliação foram encontradas na literatura, porém, ainda é possível encontrar muitas informações divergentes e, até mesmo, conflituosas sobre as diferentes diretrizes publicadas (Junior, Costa, 2022)

Apesar de não existir um consenso, o grupo de pesquisa composto por Beaton e colaboradores (2000) tem ganhado notoriedade, dado o alto número de pesquisas que utilizam as cinco etapas preconizadas por estes autores.

Na área da saúde, a metodologia proposta por Beaton colaboradores (2000) é a mais utilizada, justamente pela sua fácil aplicação e pelos bons resultados encontrados até o momento (Monteiro, Almeida, Kruse, 2013; Machado e colaboradores, 2018; Silva e colaboradores, 2020).

Estes achados também foram encontrados no presente estudo, dado que, ao optar por esta metodologia, foi possível obter um instrumento semanticamente, idiomáticamente, experimentalmente e conceitualmente equivalente à versão original.

Apesar da exigência de extremo rigor metodológico, o processo de adaptação se mostrou ágil e factível.

Uma das etapas que mais gera controvérsias entre os autores é o estágio da retrotradução. Estudos descobriram que efeitos semelhantes podem ser alcançados quando a avaliação pelo comitê de especialistas é realizada por membros bilíngues - processo este que seria suficiente para alcançar equivalências conceituais e de mensuração

entre o instrumento original e o traduzido (Duarte, Piffer, 2021).

Neste estudo, além da presença de membros bilíngues no comitê, a etapa de retrotradução seguiu as recomendações de Beaton e colaboradores (2000) e foi realizada por dois retrotradutores nativos da língua original do documento e fluentes na língua-alvo, que não foram informados sobre os assuntos técnicos do trabalho.

Apesar de determinados estudos sugerirem que essa etapa deve ser realizada a partir do mesmo número de tradutores estabelecidos para a tradução, na presente pesquisa utilizamos um número inferior. Não foi constatada uma limitação metodológica devido este fator e, ao final, identificou-se que as retrotraduções não apresentaram muitas divergências em relação à versão original do instrumento, mostrando assim a qualidade da versão síntese.

Como limitação desta pesquisa, pode-se citar a composição do comitê de especialistas. Apesar do grupo seguir as recomendações de Beaton e colaboradores (2000) e possuir profissionais da área e tradutores, a escolha dos profissionais foi realizada por conveniência, sem envio de convite a comunidade, e representa uma amostra de apenas uma região do país. Dado a vasta extensão territorial do Brasil, a inclusão de profissionais de outras localidades poderia gerar outros achados, principalmente pelas diferentes gírias e coloquialismos existentes por região.

Há, ainda, que ressaltar, que embora a pesquisa tenha concluído o processo de adaptação transcultural, não é possível afirmar que o instrumento está validado para a população pretendida.

Por mais que os indivíduos não tenham relatado dificuldades no preenchimento do instrumento na fase pré-teste, sabe-se que com relação à interpretação de textos e conceitos, os idosos comumente apresentam dificuldades para encontrar palavras, dificuldades relacionadas à fluência verbal, inferências e pressuposições, principalmente pelo processamento de informações mais lento.

Dado que a adaptação de instrumentos destinados à população idosa tem aumentado consideravelmente, refletindo o crescimento do interesse de realizar pesquisas e ações voltadas para este público, torna-se necessário o desenvolvimento de políticas de incentivo a estudos relacionados a estes processos, uma

vez que estes podem ser utilizados para a implementação de ações na área da saúde para estes indivíduos (Chaimowicz, 200).

Ainda, é possível verificar que existem outros trabalhos bem-sucedidos de adaptação transcultural de instrumentos para idosos para a realidade do Brasil, como retratado na revisão integrativa publicada por Maia e colaboradores. (2014), porém, faz-se necessário a realização das medidas psicométricas para atestar a validade e a confiabilidade destes instrumentos.

Oliveira e colaboradores (2018) afirmam que após o processo de adaptação cultural de um instrumento, deve-se proceder a validação de suas medidas psicométricas para verificação se as características do instrumento original foram preservadas por meio da validação de conteúdo, critério e constructo.

No que tange às habilidades culinárias, Jomori e colaboradores, (2021) publicaram estudo pioneiro na área, em que pela primeira vez o tema foi abordado com base nos resultados de um processo de adaptação transcultural de instrumentos. O autor refere que a maioria dos estudos que incluem intervenções culinárias em suas metodologias não possuem uma forma de mensurar estes processos, assim, utilizam apenas o relato dos participantes para analisar se a intervenção culinária foi benéfica ou não e se houve incremento nas habilidades culinárias dos participantes.

Desse modo, ressalta-se a importância de mais publicações nesta área, para diferentes faixas etárias e públicos pretendidos, com o fim de instrumentalizar mais pesquisas com metodologias robustas e confiáveis.

Neste sentido, o uso do questionário adaptado neste estudo poderá ser visto em pesquisas científicas, consultas nutricionais e, inclusive, em atividades de educação alimentar e nutricional.

CONCLUSÃO

Este estudo trouxe uma descrição da metodologia condutora da adaptação transcultural do instrumento original "Cooking Skills", com nome traduzido e adaptado para o português brasileiro "Questionário de Habilidades Culinárias". Utilizando os procedimentos recomendados por Beaton e colaboradores. (2000), foi possível verificar que o instrumento possui fácil compreensão e aplicabilidade, principalmente pela sua

consistência na equivalência da tradução e da adaptação transcultural para o uso no Brasil.

O questionário avaliado se constituiu em um bom instrumento de pesquisa para estudos epidemiológicos na população idosa com obesidade, apresentando equivalência semântica, idiomática, cultural e conceitual, podendo fornecer informações importantes para a implementação de ações na área de saúde.

Ainda, ressalta-se que a presente pesquisa poderá contribuir para reduzir a lacuna de parâmetros das etapas da adaptação transcultural, especialmente em estudos da área da nutrição, além de possuir utilidade para mensurar estudos que possuam intervenções culinárias em suas metodologias.

A versão adaptada transculturalmente para o Brasil é disponibilizada para pesquisas ou para a prática clínica de forma gratuita, não sendo necessário comunicar aos autores.

REFERÊNCIAS

- 1-Astbury, C.; Penney, T.; Adams, J. Home-prepared food, dietary quality and socio-demographic factors: a cross-sectional analysis of the UK National Diet and nutrition survey. *Int J Behav Nutr Phys Act.* Vol. 16. Num. 82. 2019.
- 2-Beaton, D.; e colaboradores. Guidelines for the process of cross-cultural adaptation of self-report measures. *Spine (Phila Pa 1976).* Vol. 25. Num. 24. 2000. p.3186-91.
- 3-Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. Guia Alimentar Para a População Brasileira. Versão para consulta pública. Brasília. Ministério da Saúde. 2014.
- 4-Casas-Anguita, J.; e colaboradores. Measurements of quality of life related with health. Basic concepts and cultural adaptation. *Medicina Clínica. Spain.* Vol. 116. Num. 20. 2001. p. 789-796.
- 5-Chaimowicz, F. Epidemiologia e o envelhecimento no Brasil. In: Freitas, E.V.; e colaboradores. Tratado de geriatria e gerontologia. 2ª edição. Rio de Janeiro. Guanabara. Koogan. 2006. p.106-130.
- 6-Duarte, V. N.; Piffer, M. Caracterização do método delphi: aspectos teóricos e

metodológicos. In: II Simpósio Latino-Americano de Estudos de Desenvolvimento Regional. Vol. 2. Num.1. 2021.

7-Jomori, M. M. e colaboradores. The concept of cooking skills: A review with contributions to the scientific debate. Revista De Nutrição. Vol. 31. Num. 1. 2018. p.119-135.

8-Júnior, C. J.; Costa, P. J. M. S. Adaptação transcultural e validação para o Português (Brasil) do Parent Attitudes About Childhood Vaccine (PACV). Ciência & Saúde Coletiva. Vol. 27. Num. 5. 2022. p.2057-2070.

9-Karpinski, C.; Xavier, M. O.; Gomes, A. P.; Bielemann, R. M. Adequação da frequência e tipos de refeições realizadas por idosos comunitários do sul do Brasil. Ciênc saúde coletiva. Vol. 26. Num. 8. 2021. p. 3161-73.

10-Koster, E.P.; Mojet, J. From mood to food and from food to mood: A psychological perspective on the measurement of food-related emotions in consumer research. Food Research International. Vol. 76. 2015. p. 180-191.

11-Machado, R. S.; e colaboradores. Métodos de adaptação transcultural de instrumentos na área da enfermagem. Rev Gaúcha Enferm. Vol. 39. 2018. p. 1-11.

12-Maia, R. S.; e colaboradores. Adaptação transcultural de instrumentos para idosos no Brasil: revisão integrativa da literatura. Estud. Interdisciplinar do Envelhecimento. Vol. 19. Num. 2. 2014. p. 359-376.

13-Mazzonetto, A. C.; Dean, M.; Fiates, G. M. R. Percepções de indivíduos sobre o ato de cozinhar no ambiente doméstico: revisão integrativa de estudos qualitativos. Ciência & Saúde Coletiva. Vol.25. Num.11. 2020. p. 4559-4571.

14-Monteiro, D. R.; Almeida, M. A.; Kruse, M. H. L. Tradução e adaptação transcultural do instrumento Edmonton Symptom Assessment System para uso em cuidados paliativos. Revista Gaúcha de Enfermagem. Vol. 34. Num. 2. 2013. p.163-171.

15-Oliveira, F.; e colaboradores. Aspectos Teóricos e Metodológicos para Adaptação Cultural e Validação de Instrumentos na

Enfermagem. Texto & Contexto. Enfermagem. Vol. 27. Num. 2. 2018.

16-Oliveira, M. F. B.; Castro, I. R. R. Cooking autonomy: a multilevel conceptual model on healthy home cooking. Cad Saúde Pública. Vol. 38. Num. 4. 2022. p.1-16.

17-Pollan, M. Cozinhar: uma história natural da transformação. Rio de Janeiro. Intrínseca. 2014. p. 448.

18-Reichenheim, M.; Moraes, C. Operacionalização de adaptação transcultural de instrumentos de aferição usados em epidemiologia. Rev Saúde Pública. Vol. 41. Num. 4. 2007. p. 665-73.

19-Silva, C. T.; e colaboradores. Estratégias de enfrentamento e autoeficácia em mulheres com sobrepeso e obesidade em tratamento nutricional. Psicogente. Vol.23. Num. 43. 2020.

Recebido para publicação em 28/04/2023

Aceito em 02/08/2023