



# Pre-Exercise Screening Questionnaire: tradução do instrumento de triagem relacionado à COVID-19

Pre-Exercise Screening Questionnaire: translation of the screening instrument related to COVID-19

## AUTORES

Iaggo Raphael David<sup>1</sup>   
Lara Sofia Rodrigues de Sousa Fernandes  
Carneiro<sup>2</sup>   
Vinícius Dias Rodrigues<sup>1</sup>   
Frederico Mansur Machado<sup>1</sup>   
Alfredo Maurício Batista de Paula<sup>1</sup>   
Felipe Barreto Schuch<sup>3</sup>   
Leônidas de Oliveira Neto<sup>4</sup>   
Renato Sobral Monteiro-Junior<sup>1</sup>

1 Universidade Estadual de Montes Claros, Montes Claros, Minas Gerais, Brasil.

2 Instituto Universitário da Maia, Maia, Portugal.

3 Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, Rio Grande do Sul, Brasil.

4 Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, Rio Grande do Norte, Brasil.

## CONTATO

Renato Sobral Monteiro-Junior  
[renato.monteiro@unimontes.br](mailto:renato.monteiro@unimontes.br)  
Campus Universitário Prof. Darcy Ribeiro,  
Av. Prof. Rui Braga, s/n - Vila Mauricea,  
Montes Claros, Minas Gerais, Brasil.  
CEP: 39401-089.

## DOI

10.12820/rbafs.25e0145



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.

## RESUMO

A pandemia causada pela doença do coronavírus 2019 (COVID-19) e as medidas de distanciamento social provocaram reduções nos níveis de atividade física das pessoas. A atividade física está associada a uma melhor saúde física e mental, e manter a população ativa durante a pandemia é essencial. No entanto, ainda não se sabe se exercícios podem, em pessoas infectadas, causar uma potencial exacerbação de sintomas da COVID-19. O presente estudo objetivou traduzir o *Pre-exercise screening questionnaire* (PESQ) para o Português Brasileiro e de Portugal, para facilitar a sua utilização por profissionais ligados ao exercício físico não fluentes na língua inglesa. O PESQ contém sete perguntas diretas sobre os sintomas mais comuns de COVID-19 mais comumente encontrado em adultos e idosos, para orientação segura para prática de exercício físico. A tradução foi feita em 5 etapas: Tradução inicial, tradução cega, revisão da tradução, adequação da língua Portuguesa e ajustes e finalização. As etapas foram realizadas por pesquisadores experientes, com fluência em língua inglesa e nativos em português Brasileiro e de Portugal. No processo de tradução não houve divergências importantes entre os tradutores. A adaptação transcultural foi importante, pois, o português de Portugal difere-se do brasileiro. O instrumento foi devidamente traduzido e pode ser utilizado como ferramenta de *screening* para os sintomas da COVID-19 por profissionais do exercício durante a pandemia. No momento, o PESQ é a principal ferramenta disponível para prevenir danos relacionados à COVID-19 e a prática de exercícios.

**Palavras-chave:** Atividade física; Infecções por coronavírus; Pandemia.

## ABSTRACT

*The 2019 pandemic caused by coronavirus disease (COVID-19) and measures of social detachment caused reductions in people's physical activity levels. Physical activity is associated with better physical and mental health, and keeping the population active during the pandemic is essential. However, it remains to be determined whether exercise can potentially exacerbate symptoms of COVID-19 in infected people. This study aimed to translate the Pre exercise screening questionnaire (PESQ) into Brazilian Portuguese and Portugal, to facilitate its use by professionals linked to physical exercise who are not fluent in the English language. The PESQ has seven questions about the most common symptoms of COVID-19 seen in adults and older adults, providing safety to perform exercise. The translation was done in 5 steps: initial translation, blind translation, revision of the translation, adequacy of the Portuguese language and adjustments and finalization. The stages were carried out by experienced researchers, fluent in English and native speakers in Brazilian and Portuguese. There was no relevant disagreement within assessor in the translating procedure. The transcultural adaptation was crucial because Portuguese language varies across Brazil and Portugal. The instrument has been properly translated and can be used as a screening tool for the symptoms of COVID-19 by exercise professionals during the pandemic. Nowadays, the PESQ is the main available tool to prevent burden regarding COVID-19 and exercise practice.*

**Keywords:** Physical activity; Coronavirus infections; Pandemic.

## Introdução

A pandemia da doença do coronavírus 2019 (COVID-19), causada pela contaminação com o vírus nomeado coronavírus da síndrome respiratória aguda grave 2 (SARS-Cov-2), teve seu início na China no final de 2019 e alastrou-se rapidamente por todo o mundo<sup>1</sup>. Por ser um vírus de fácil disseminação, estimando que

para cada uma pessoa infectada outras quatro são contaminadas, alterações significativas e inesperadas na rotina da população mundial foram necessárias<sup>2,3</sup>. Além disso, ações rápidas e eficientes dos serviços de saúde foram desenvolvidas para o combate à transmissão do vírus e tratamento dos pacientes acometidos pela COVID-19<sup>4</sup>. A Organização Mundial da Saúde (OMS)

recomendou a adoção de ações preventivas não-farmacológicas para lidar primariamente com o novo vírus, baseadas em modelos de distanciamento social, que incluem isolamento ou afastamento social, quarentena, uso de máscaras e álcool em gel<sup>5,6</sup>. Apesar de ser a melhor estratégia não farmacológica de combate a disseminação da doença, as medidas de distanciamento social podem resultar em outros problemas de saúde física e mental.

Com o afastamento/isolamento social, fatores de riscos para o adoecimento começaram a ter destaque, como a inatividade física, comportamento sedentário e o adoecimento mental<sup>7</sup>, sendo estes atenuados pela a prática regular de exercício físico<sup>8</sup>. Os efeitos positivos da prática de exercício físico tem sido assunto mundial para a manutenção da saúde durante o isolamento social. Estudos têm mostrado o efeito do exercício na prevenção da ansiedade e depressão e diminuição de seus sintomas, além da redução de casos de suicídio, controle do peso corporal e aumento da imunidade<sup>9,10</sup>.

Em meio a pandemia, a prática contínua de exercício em casa e até mesmo em locais abertos (ex. parques) tem sido incentivada na tentativa de amenizar os efeitos deletérios do isolamento social<sup>11,12</sup>. O *American College of Sports Medicine*<sup>13</sup> recomenda a manutenção do estilo de vida ativo. Entretanto, pessoas diagnosticadas ou com sintomas de COVID-19 devem ter cuidados específicos relacionados ao exercício. A COVID-19 tem um período de incubação de 5 dias e seus sintomas surgem em aproximadamente 11 dias após a contaminação, portanto, existe a necessidade da verificação diária dos sintomas<sup>14</sup>. Sendo assim, os cuidados devem ser rigorosos, principalmente para a prática do exercício de alta intensidade, pois seus efeitos são bem conhecidos na literatura pelo aumento da produção de espécies reativas de oxigênio, citocinas proinflamatórias e supressão do sistema imunológico<sup>15</sup>, não sabemos o quanto é seguro para essa população se exercitar, sendo possível que, para pessoas infectadas, haja a um risco de exacerbação de sintomas. Dessa forma, a prática de exercício físico de intensidade moderada vem sendo indicada para a prevenção de complicações decorrentes da COVID-19<sup>11,16,17</sup>, especialmente pela modulação do sistema imunológico de forma positiva e pelos efeitos na saúde mental<sup>18</sup>.

Considerando a importância da prática de exercício para a manutenção da saúde física e mental e preocupando-se com os riscos da realização de exercícios de pessoas em adoecimento pela COVID-19, especial-

mente pelo fato de se conhecer pouco sobre o prognóstico da doença, é importante que se faça uma triagem para os sintomas da COVID-19 pré-exercício. Para tal, foi desenvolvido o *Pre-Exercise Screening Questionnaire* (PESQ). O PESQ tem como objetivo identificar os principais sintomas de COVID-19, para orientar o indivíduo a realizar exercício físico ou buscar atendimento médico e fazer uma triagem para identificação de pessoas em risco de estarem com COVID-19 e a prática segura de exercício físico<sup>19</sup>. Entretanto, destacamos que a publicação do instrumento ocorreu na língua inglesa, o que dificulta sua aplicação em países de língua portuguesa, visto que nem todos as pessoas nativas em português dominam a língua inglesa.

Reconhecendo a importância do PESQ no cenário atual de pandemia, em que algumas pessoas estão iniciando a prática de exercícios físicos em casa, vimos a necessidade de ampliar e facilitar a utilização do instrumento nos países de língua portuguesa. Portanto, o objetivo do presente trabalho foi realizar a tradução do instrumento da língua inglesa para a língua portuguesa.

## Método

O PESQ<sup>19</sup> contém sete perguntas diretas sobre os sintomas mais comuns de COVID-19 (febre, tosse, fadiga, produção de escarro, falta de ar, dor de garganta e dor de cabeça) mais comumente encontrado em adultos e idosos, visto que os poucos artigos publicados relatavam a sintomatologia da população mais acometida e responsiva a sintomatologia<sup>20,21</sup>, além de uma questão sobre contato com pessoas com suspeita de infecção por COVID-19 ou diagnóstico confirmado. As respostas às perguntas são de caráter binário (sim/não). Se todas as perguntas forem respondidas com “não”, o avaliado pode se exercitar com relativa segurança, com baixo risco de apresentar complicações médicas. Por outro lado, se alguma resposta for “sim”, recomenda-se uma consulta médica para esclarecer os sintomas e o risco de iniciar um programa de exercícios. Na Tabela 1, o instrumento original pode ser observado.

A tradução foi realizada a partir do suporte metodológico do instrumento COSMIN/PROM<sup>22</sup>, que apresenta itens relacionados à qualidade do processo de tradução, garantindo qualidade e validade transcultural/invariância de medição. Entretanto, devido ao PESQ ser um instrumento novo, criado de modo urgente para orientação na prática de exercícios durante a pandemia de COVID-19, sua elaboração foi baseada em estudos e observações clínicas da sintomatologia da

**Tabela 1** – Take the Pre-Exercise Screening Questionnaire (PESQ)19

Being physically active is very safe for most people. Some people, however, should consult their doctors before starting physical exercise, especially if they experience symptoms of fever for many days.

Answer **Yes** or **No** to the Following Questions

- 1) Do you feel a sore throat?
- 2) Do you feel cough and sputum production?
- 3) Do you feel fatigue?
- 4) Do you feel short of breath or difficulty breathing?
- 5) Do you feel fever >37.8°C?
- 6) Have you had fever for more than three days >37.8°C?
- 7) Have you had any contact with anyone who has been diagnosed or suspected of the new coronavirus?

If You Answered Yes

If you answered yes to question number seven (Q-6) and/or number nine (Q-7), You should ask for a medical clearance along with information about specific for starting exercise.

If You Answered No

If you answered no to all the PESQ questions, you can be reasonably sure that you can exercise safely and have a low risk of having any medical complications from exercise.

doença. Portanto, alguns itens do COSMIN/PROM foram atendidos (Tabela suplementar 2). Tomando-o como base metodológica, o processo de tradução do *Pre-Exercise Screening Questionnaire* foi realizado em cinco fases: 1) tradução inicial, 2) tradução cega, 3) revisão de tradução, 4) adequação da língua portuguesa e 5) ajustes e finalização. Participaram do processo cinco profissionais de Educação Física e um profissional de Odontologia.

Na Fase 1 – Tradução Inicial, os itens da versão em inglês (original) do PESQ foram traduzidos para a língua portuguesa por um aluno de mestrado (IRD) do Programa de Pós-graduação em Ciências da Saúde, sob a supervisão de um professor (RSMJ) doutor em Medicina e experiência com trabalhos científicos na língua inglesa e no assunto que envolve o questionário.

Na Fase 2 – Tradução Cega, um pesquisador (VDR) com doutorado em Ciências da Saúde e outro (FSMM) com doutorado em Fisiologia e Farmacologia, ambos brasileiros com experiência em pesquisas na língua inglesa, realizaram a tradução do PESQ. Adicionalmente, uma pesquisadora norte-americana com doutorado em Biologia Molecular (RHD) e professora universitária no Brasil, também realizou a tradução. Os pesquisadores não mantiveram contato entre si para falar sobre o instrumento, de modo a ocultar o processo de tradução e evitar vieses entre os sujeitos. Ao final, o documento contendo a tradução do PESQ foi enviado por e-mail ao coordenador do trabalho (RSMJ).

Na Fase 3 – Revisão de Tradução, um pesquisador (AMBP) com doutorado em Patologia recebeu as traduções provenientes da fase anterior, para que fosse

realizada uma revisão. Tal pesquisador enviou uma versão revisada do PESQ traduzido ao coordenador do trabalho.

Na Fase 4 – Adequação da Língua Portuguesa, participou uma pesquisadora (LSFC) nativa de Portugal, fluente em inglês, com doutorado em Ciências do Desporto, a qual recebeu do coordenador do trabalho a versão original em inglês do PESQ e a última versão traduzida (língua portuguesa) e revisada do instrumento. Primeiramente a pesquisadora traduziu a versão da PESQ em inglês para o português. Posteriormente, comparou sua tradução com os instrumentos traduzidos para o português pelos demais pesquisadores. Ao final, ajustes foram realizados e destacados e os arquivos enviados ao coordenador do trabalho.

Na fase 5 – Ajustes e Finalização, a versão do PESQ oriunda da fase anterior foi revisada pelo coordenador do trabalho, atendendo às recomendações de todos os pesquisadores, de modo que o instrumento ficasse claro para pessoas nativas de países de língua portuguesa. Por fim, a última versão do instrumento em português foi reenviada para os pesquisadores brasileiros e para a pesquisadora portuguesa, para última conferência e parecer final.

## Resultados

As traduções realizadas não apresentaram discrepâncias que implicariam em modificação significativa do sentido do questionário. Sendo assim, a versão final do instrumento foi minimamente ajustada para o que melhor se adequaria em relação a coerência e coesão textuais, levando em consideração o entendimento de resposta pelo usuário e que não tivesse divergências (de sentido e lógica) do questionário original.

O Quadro 1 apresenta as duas fases iniciais de tradução do PESQ e suas comparações, no qual pode ser visto que o pesquisador FSMM sugere adequação da sigla para QTPE (Questionário de Triagem Pré-Exercício) para se adequar ao sistema de siglas em português. No entanto, não houve diferenças expressivas, mesmo quando comparado à tradução da pesquisadora norte-americana RHD.

No Quadro 2 é apresentada a revisão da tradução realizada pelo pesquisador AMBP, após a tradução às cegas, e a adequação à língua portuguesa, realizada pela pesquisadora LSFC. A pesquisadora sugere alteração do padrão de sigla do questionário PESQ para QTAE (Questionário de Triagem Antes do Exercício), adequando a tradução para a língua portuguesa, não utili-

**Quadro 1** – Comparação das versões de tradução do PESQ.

Tradução Inicial		Tradução cega	
IRD	VDR	FSMM	RHD
Responda ao Questionário de Triagem Pré-Exercício (PESQ)	Responda ao Questionário de Triagem Pré-Exercício	Responda ao Questionário de Triagem Pré-Exercício (QTPE)	Responda ao Questionário de Triagem Pré-Exercício (PESQ)
Ser fisicamente ativo é muito seguro para a maioria das pessoas. Algumas pessoas, no entanto, devem consultar seus médicos antes de iniciar o exercício físico, principalmente se sentirem sintomas de febre por muitos dias.	Ser fisicamente ativo é muito seguro para a maioria das pessoas. Algumas pessoas, contudo, devem consultar os seus médicos antes de começarem a praticar exercício físico, especialmente se sentirem sintomas de febre durante muitos dias.	Ser fisicamente ativo é seguro para a maioria das pessoas. Algumas pessoas, entretanto, devem consultar o médico responsável antes de iniciar a prática de exercícios físicos, sobretudo se apresentarem sintomas de febre por vários dias consecutivos.	Ser fisicamente ativo é muito seguro para a maioria das pessoas. Algumas pessoas, no entanto, devem consultar seus médicos antes de iniciar exercícios físicos, principalmente se apresentarem sintomas de febre por muitos dias.
Responda Sim ou Não às seguintes perguntas	Responda Sim ou Não às seguintes perguntas	Responda com SIM ou NÃO às seguintes questões	Responda Sim ou Não às seguintes perguntas
1) Você sente dor de garganta?	1) Sente uma dor de garganta?	1) Você sente dor na garganta?	1) Você sente dor de garganta?
2) Você sente a produção de tosse e escarro?	2) Você sente a produção de tosse e catarro?	2) Você tosse e tem produção de muco?	2) Você sente a produção de tosse e escarro?
3) Você sente fadiga?	3) Sente cansaço?	3) Você sente cansaço?	3) Você se sente cansado?
4) Você sente falta de ar ou dificuldade em respirar?	4) Sente falta de ar ou dificuldade em respirar?	4) Você sente falta de ar ou dificuldade de respirar?	4) Você sente falta de ar ou dificuldade em respirar?
5) Você sente febre > 37,8 °C?	5) Sente febre >37,8°C?	5) Você teve febre maior que 37,8°C?	5) Você sente febre > 37,8 °C?
6) Você teve febre por mais de três dias > 37,8 °C?	6) Você teve febre por mais de três dias > 37,8 °C?	6) Você teve febre maior que 37,8°C por três dias ou mais?	6) Você apresentou febre por mais de três dias > 37,8 °C?
7) Você já teve contato com alguém que foi diagnosticado ou suspeito do novo coronavírus?	7) Você já teve contato com alguém que foi diagnosticado ou suspeito do novo coronavírus?	7) Você teve contato com alguém que tenha sido diagnosticado ou tenha suspeita de ter sido infectado pelo novo coronavírus?	7) Você já teve contato com alguém que tenha sido diagnosticado ou suspeito do novo coronavírus?
Se você respondeu Sim	Se você respondeu Sim	Se você respondeu SIM	Se você respondeu Sim
Se você respondeu sim à pergunta número 5, 6 e/ou 7, solicite uma consulta médica junto com informações específicas sobre o início do exercício.	Se respondeu sim à pergunta número cinco, seis e/ou sete, deverá pedir uma autorização médica juntamente com informações específicas para iniciar o exercício.	Se você respondeu SIM para a quinta, sexta e/ou para a sétima questão, você deve solicitar liberação médica, bem como informações específicas para o início do exercício.	Se você respondeu sim à pergunta número 5, 6 e/ou 7, solicite autorização médica junto com informações específicas para iniciar a prática de exercícios.
Se você respondeu não	Se Respondeu Não	Se você respondeu NÃO	Se você respondeu Não
Se você respondeu não a todas as perguntas do PESQ, pode estar razoavelmente certo de que pode se exercitar com segurança e tem um risco baixo de ter complicações médicas por causa do exercício.	Se respondeu não a todas as perguntas do PESQ, pode estar razoavelmente seguro de que pode fazer exercício com segurança e ter um baixo risco de ter quaisquer complicações médicas decorrentes do exercício.	Se você respondeu não para todas as perguntas do QTPE, você pode ter alguma certeza de que pode se exercitar de forma segura e com baixo risco para complicações médicas decorrentes do exercício.	Se você respondeu não a todas as perguntas do PESQ, pode ter certeza razoável de que pode se exercitar com segurança e apresentar baixo risco de sofrer complicações médicas por causa da prática de exercícios.

zando a versão do questionário original.

O Quadro 3 apresenta a versão final da tradução do PESQ após ajustes e revisão de todas as fases de tradução. A versão final traz o português mais claro e acessível para a maioria das pessoas nativas de países de língua portuguesa. Houve ainda uma adaptação do questionário para que ficasse mais claro no item “*Se respondeu SIM - Se respondeu afirmativamente à questão 5, 6 e/ou 7, deverá solicitar uma autorização médica com informação específica para o início da atividade física.*” Tal alteração ocorreu após conversa com os autores do estudo original, ficando o instrumento de triagem mais objetivo.

## Discussão

O presente estudo apresenta uma tradução do *Pre-Exercise Screening Questionnaire* (PESQ) para a língua portuguesa, de modo que possa ser utilizado em países

nativos em português. A pesquisadora LSFC é nativa de Portugal, o que pode explicar algumas divergências em interpretação do português de Portugal ao Brasileiro. O PESQ original, em língua inglesa, é um questionário de fácil compreensão e útil para realizar uma triagem sobre os sintomas mais ocorrentes e pontuais em função do novo coronavírus, minimizando eventuais riscos decorrente do esforço físico<sup>19</sup>. Sua tradução é importante para que profissionais de educação física nativos de países de língua portuguesa possam utilizá-lo na prática profissional, resguardando a integridade física de seus clientes.

A triagem pré-exercício para sintomas do coronavírus previne que uma pessoa infectada inicie a prática de exercícios, colocando-se em risco devido à inabilidade do sistema imunológico para se recuperar dos danos causados pela doença e pelo próprio fato do exercício

**Quadro 2** – Revisão da tradução do instrumento PESQ.

Revisão de tradução	Adequação da Língua Portuguesa
AMBP	LSFC
Questionário de Triagem Pré-Exercício (PESQ)	Questionário de Triagem Antes do Exercício QTAE)
Responda ao Questionário de Triagem Pré-Exercício (PESQ)	Responda ao Questionário de Triagem Antes do Exercício (QTAE)
Ser fisicamente ativo é muito seguro para a maioria das pessoas. Algumas pessoas, contudo, devem consultar os seus médicos antes de começarem a praticar exercício físico, especialmente se sentirem sintomas de febre por muitos dias.	Ser fisicamente ativo é muito seguro para muitas pessoas. Contudo, algumas pessoas deverão consultar o seu médico antes de iniciarem a prática do exercício físico, especialmente se tiverem febre durante dias seguidos.
Responda Sim ou Não às seguintes perguntas	Responda SIM ou NÃO às questões seguintes:
1) Você sente dor de garganta?	Sente a garganta dolorida?
2) Você sente produção de tosse e escarro?	Tem tosse ou expetoração?
3) Você se sente fatigado?	Sente fadiga?
4) Você Sente falta de ar ou dificuldade em respirar?	Sente falta de ar ou dificuldade em respirar?
5) Você sente febre (> 37,8°C)?	Tem febre > a 37,8°Celsius?
6) Você teve febre (> 37,8°C) por mais de três dias?	Teve febre > a 37,8°Celsius durante mais de três dias?
7) Você já teve contato com alguém que foi diagnosticado ou suspeito do novo coronavírus?	Teve algum contato com alguém que tenha sido diagnosticado ou suspeito de estar contaminado com o novo coronavírus?
Se você respondeu Sim	Se respondeu SIM
Se você respondeu sim para a pergunta 5, 6 e/ou 7, você deve solicitar uma autorização médica juntamente com informações específicas sobre como iniciar a prática de exercícios físicos.	Se respondeu afirmativamente à questão 5, 6 e/ou 7 deverá solicitar uma autorização médica com informação específica para o início da atividade física.
Se você respondeu não	Se respondeu NÃO
Se respondeu não a todas as perguntas do questionário PESQ, você pode estar razoavelmente certo de que você pode realizar exercício físico com segurança e que você tem um baixo risco de ter quaisquer complicações médicas decorrentes desse exercício.	Se respondeu negativamente a todas as questões do QTAE, pode estar razoavelmente seguro de que pode exercitar-se em segurança e de que possui um risco baixo de complicações médicas causadas pela prática do exercício.

**Quadro 3** – Versão final da tradução do PESQ para a língua portuguesa.

Questionário de Triagem Pré-exercício (QTPE)
Responda ao Questionário de Triagem Pré-exercício
Ser fisicamente ativo é muito seguro para muitas pessoas. Contudo, algumas pessoas deverão consultar o seu médico antes de iniciarem a prática do exercício físico, especialmente se tiverem febre durante dias seguidos.
Responda SIM ou NÃO às questões seguintes:
1) Sente a garganta dolorida?
2) Tem tosse ou expetoração (muco, secreção, catarro)?
3) Sente fadiga?
4) Sente falta de ar ou dificuldade em respirar?
5) Tem febre > 37,8°Celsius?
6) Teve febre > 37,8°Celsius durante mais de três dias?
7) Teve algum contato com alguém que tenha sido diagnosticado ou suspeito de estar contaminado com o novo coronavírus?
Se respondeu SIM
Se respondeu afirmativamente à questão 5, 6 e/ou 7, deverá solicitar uma autorização médica com informação específica para o início da atividade física.
Se respondeu NÃO
Se respondeu negativamente a todas as questões, pode estar razoavelmente seguro para se exercitar e possui um risco baixo de complicações médicas causadas pela prática do exercício.

físico gerar um estresse imunológico<sup>23,24</sup>. A identificação de possíveis sintomas, de forma precoce, previne ainda que o indivíduo seja um vetor de contaminação para outras pessoas. Os sintomas descritos no questionário,

especialmente nos itens 5, 6 e 7, alertam o avaliado para buscar uma consulta médica ou, como em alguns locais, notificar as agências de saúde e permanecer em observação.

Atualmente, as academias e locais públicos para realização de exercícios físicos foram liberados para o funcionamento, o que aumenta a necessidade de uma triagem mais eficiente do que somente a mensuração da temperatura corporal. Devido à heterogeneidade de sintomas do novo coronavírus em diferentes pessoas, o Questionário de Triagem Pré-exercício (QTPE) pode fornecer um monitoramento rápido dos sintomas mais comuns, sendo de baixo custo e fácil aplicabilidade.

Por limitações de tradução do instrumento, não houve a elaboração de um estudo piloto para teste do questionário traduzido, no entanto, o PESQ é um questionário com perguntas simples e objetivas cujo objetivo é alertar sobre a prática de atividade física sob o risco de estar contaminado pelo COVID-19, não extrapolando-se para a prática clínica diagnóstica.

Vale ressaltar que devido a sintomatologia diversificada entre os grupos etários, como crianças, adolescentes, adultos e idosos, o PESQ é melhor indicado para adultos e idosos<sup>25</sup>. No entanto, sabe-se que outros sintomas, como a perda de olfato/paladar e dor de cabeça, ambos

presentes em mais de 50% dos casos<sup>26</sup>, são característicos da doença e também devem ser considerados em triagem pré-exercício, de modo a melhorar ainda mais o rastreamento efetivo de COVID-19.

## Considerações finais

O QTPE pode ser um aliado importante na prevenção de intercorrências relacionadas à infecção por COVID-19 e a prática de exercícios. Cabe ressaltar que o instrumento original foi elaborado quando poucos estudos sobre o novo coronavírus haviam sido desenvolvidos.

## Conflito de interesse

Os autores declaram não haver conflito de interesse.

## Contribuição dos autores

David IR participou da escrita do artigo e tradução do instrumento. Carneiro LRSF, participou de uma das fases da tradução do instrumento, escrita parcial do artigo e revisão crítica. Rodrigues VD, participou de uma das fases da tradução do instrumento e revisão crítica do texto. Machado FM, participou de uma das fases da tradução do instrumento e revisão crítica do texto. Paula AMB, participou de uma das fases da tradução do instrumento. Schuch FB, fez a revisão geral do artigo. Neto LO, fez a revisão geral do artigo. Monteiro-Junior RS, orientação geral da construção do trabalho, tradução do instrumento e revisão final do artigo.

## Referências

- Bezerra ACV, Silva CEM, Soares FRG, Silva JAM. Factors associated with people's behavior in social isolation during the covid-19 pandemic. *Cienc e Saude Coletiva*; 2020;25(Suppl.1):2411-21.
- Jiménez-Pavón D, Carbonell-Baeza A, Lavie CJ. Physical exercise as therapy to fight against the mental and physical consequences of COVID-19 quarantine: Special focus in older people. *Prog Cardiovasc Dis*. 2020;63(3):386-88.
- Lima CKT, Carvalho PMM, Lima I AAS, Nunes JVA O, Saraiva JS, Souza RI, et al. The emotional impact of Coronavirus 2019-nCoV (new Coronavirus disease). *Psychiatry Res*. 2020;287:112915.
- King AJ, Burke LM, Halson SL, Hawley JA. The Challenge of Maintaining Metabolic Health During a Global Pandemic. *Sport Med*. 2020;50(7):1233-41.
- Ferreira MJ, Irigoyen MC, Consolim-Colombo F, Saraiva JFK, De Angelis K. Physically active lifestyle as an approach to confronting COVID-19. *Arq Bras Cardiol*. 2020;114(4):601-2.
- World Health Organization. Considerations for public health and social measures in the workplace in the context of COVID-19. *World Heal Organ*. 2020;1-7.
- Ammar A, Brach M, Trabelsi K, Chtourou H, Boukhris O, Masmoudi L, et al. Effects of COVID-19 home confinement on eating behaviour and physical activity: Results of the ECLB-COVID19 international online survey. *Nutrients*. 2020;12(6):1583-96.
- Matias T, Dominski FH, Marks DF. Human needs in COVID-19 isolation. *J Health Psychol*. 2020;25(7):871-82.
- Jacob L, Tully MA, Barnett Y, Lopez-Sanchez GF, Butler L, Schuch F, et al. The relationship between physical activity and mental health in a sample of the UK public: A cross-sectional study during the implementation of COVID-19 social distancing measures. *Ment Health Phys Act*. 2020;19:1-5.
- Schuch FB, Bulzing RA, Meyer J, Vancampfort D, Firth J, Stubbs B, et al. Associations of moderate to vigorous physical activity and sedentary behavior with depressive and anxiety symptoms in self-isolating people during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional survey in Brazil. *Psychiatry Res*. 2020;292:113339.
- Constandt B, Thibaut E, Bosscher V, Scheerder J, Ricour M, Willem A. Exercising in times of lockdown: An analysis of the impact of COVID-19 on levels and patterns of exercise among adults in Belgium. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(11):1-10.
- Perlis RH. Exercising Heart and Head in Managing Coronavirus Disease 2019 in Wuhan. *JAMA Netw Open*. 2020;3(3):e204006.
- Bushman BA. Complete Guide to Fitness & Health Second Edition. *Am Coll Sport Med*. 2017.
- Shi Y, Wang G, Cai X, Deng J, Zheng L, Zhu H, et al. An overview of COVID-19. *J Zhejiang Univ B*. 2020;21(5):343-60.
- Leandro CG, Ferreira Silva WT, Lima-Silva AE. Covid-19 and Exercise-Induced Immunomodulation. *Neuroimmunomodulation*. 2020;27:75-77.
- Rahmati-Ahmadabad S, Hosseini F. Exercise against SARS-CoV-2 (COVID-19): Does workout intensity matter? (A mini review of some indirect evidence related to obesity). *Obes Med*. 2020;19:100245.
- Fallon K. Exercise in the time of COVID-19. *Aust J Gen Pract*. 2020;49(Suppl.13):1-2.
- Dixit S. Can moderate intensity aerobic exercise be an effective and valuable therapy in preventing and controlling the pandemic of COVID-19? *Med Hypotheses*. 2020;143:109854.
- Oliveira Neto L, Oliveira Tavares VD, Schuch FB, Lima KC. Coronavirus Pandemic (SARS-COV-2): Pre-Exercise Screening Questionnaire (PESQ) for Telepresential Exercise. *Front Public Heal*. 2020;8:18-21.
- Huang C, Wang Y, Li X, Ren L, Zhao J, Hu Y, et al. Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *Lancet*. 2020;395(10223):497-506.
- Guan W, Ni Z, Hu Y, Liang W, Ou C, He J, et al. Clinical Characteristics of Coronavirus Disease 2019 in China. *N Engl J Med*. 2020;382(18):1708-20.
- Mokkink LB, Princen CAC, Patrick DL, Alonso J, Bouter LM, de Vet HCW, et al. COSMIN Study Design checklist for Patient-reported outcome measurement instruments. *Dep Epidemiol Biostat Amsterdam Public Heal Res Inst Amsterdam Univ Med Centers, Locat VUmc*. 2019;(July):1-32.
- Damiot A, Pinto AJ, Turner JE, Gualano B. Immunological Implications of Physical Inactivity among Older Adults during the COVID-19 Pandemic. *Gerontology*. 2020.
- Yuki K, Fujiogi M, Koutsogiannaki S. COVID-19 pathophysiology: A review. *Clin Immunol*. 2020;215:1-7.
- Mantovani A. Coronavirus disease 2019 (COVID-19) in children and / or adolescents: a meta-analysis. *Pediatr Res*. 2020;2019(April).

26. Bastiani L, Fortunato L, Pieroni S, Bianchi F, Adorni F, Prinelli F, et al. EPICOID19: Psychometric assessment and validation of a short diagnostic scale for a rapid Covid-19 screening based on reported symptoms. 2020:20159590.

Recebido: 26/08/2020

Aprovado: 14/10/2020

**Como citar este artigo:**

David IR, Carneiro LSRSF, Rodrigues VD, Machado FM, Paula AMB, Schuch FB, Oliveira Neto L, Monteiro-Junior RS. Pre-Exercise Screening Questionnaire: tradução do instrumento de triagem relacionado à COVID-19. Rev Bras Ativ Fis Saúde. 2020;25:e0145. DOI: 10.12820/rbafs.25e0145

## Suplemento

**Tabela 2 suplementar** - Lista de verificação para o processo de tradução PROM.

	Very good	Adequate	Doubtful	Inadequate	
1	X	-	-	-	Original
2	-	X	-	-	Original
3	X	-	-	-	Original
4	X	-	-	-	Original
5	X	-	-	-	Original
6	-	X	-	-	New
7	X	-	-	-	Original
8	X	-	-	-	Original
9	X	-	-	-	Original
10	X	-	-	-	New
11	-	-	-	-	RoB Box 1
12	-	-	-	-	RoB Box 1

\*O PROMs se trata de um instrumento que ainda não foi traduzido para a língua portuguesa e, portanto, é apresentado em nosso estudo no idioma original.